

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

berdasarkan penelitian, perhitungan data dan hipotesis, peneliti memperoleh kesimpulan bahwa Penerapan Metode *Distributed Practice* dapat meningkatkan Hasil Belajar Pada *Passing* Atas Bola Voli Pada Siswa Kelas X MAS YPKS Padangsidempuan Tahun Ajaran 2013/2014.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian, maka peneliti mempunyai beberapa saran :

1. Bagi guru pendidikan jasmani, model pembelajaran *Distributed Practise* dapat dijadikan alternative dalam memperbaiki hasil belajar siswa khususnya passing atas bola voli.
2. Bagi guru pendidikan jasmani penggunaan model *Distributed Practise* dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan kognitif , afektif , dan psikomotor siswa karena siswa terus menerus melakukan praktik sehingga memahami betul gerakan passing atas.
3. Kepada pembaca diharap lebih bermanfaat untuk penelitian selanjutnya agar dapat lebih memperbaiki hasil belajar passing atas menggunakan model *Distributed Practise* yang dimodifikasi yang berguna untuk aktifitas siswa di sekolah.
4. Sebagai bahan acuan bagi peneliti-peneliti selanjutnya pada hal yang menyangkut tentang permasalahan dan penyelesaiannya yang dibahas oleh peneliti sebelumnya. Kepada para teman-teman mahasiswa FIK UNIMED agar dapat mencoba

melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan Penguatan Umpan Balik.



THE
Character Building
UNIVERSITY