BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa “Dengan Menggunakan Media Rintangan Dapat Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Panai Hulu Kabupaten Labuhan Batu Tahun Ajaran 2014/2015”.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti menyarankan:

1. Agar guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMP Negeri 1 Panai Hulu Kabupaten Labuhan Batu untuk mempertimbangkan penggunaan media rintangan disesuaikan dengan materi pembelajaran.
2. Agar pihak sekolah lebih memperhatikan kualitas sarana dan prasarana pendidikan jasmani.
3. Kepada teman-teman jurusan PJKR FIK UNIMED agar dapat mencoba melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan pengajaran di sekolah dengan menggunakan media rintangan.