

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

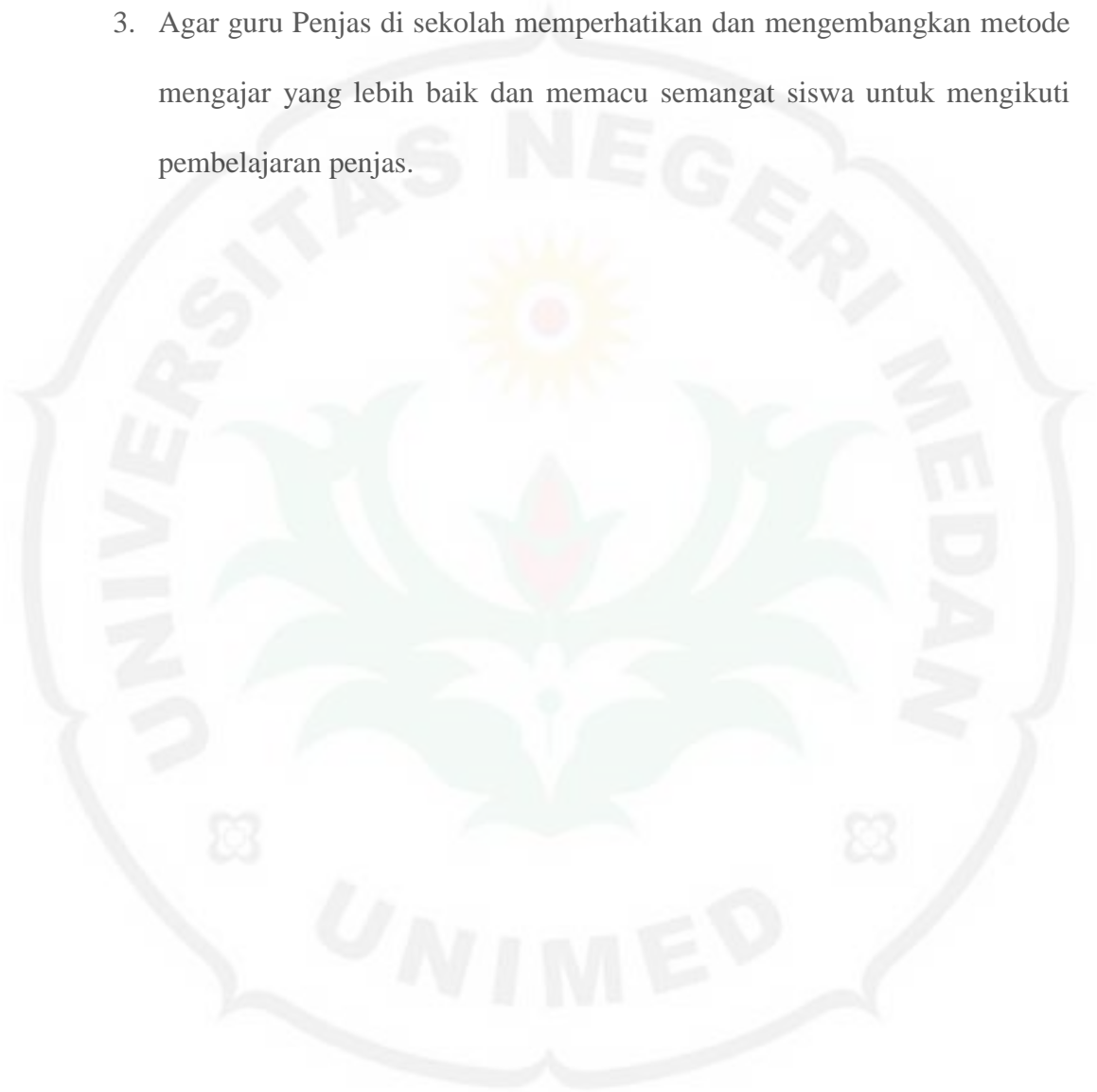
Berdasarkan hasil dari data rata-rata dan persentase hasil proses pembelajaran lompat jauh gaya menggantung, dapat disimpulkan bahwa materi lompat jauh gaya menggantung dengan menggunakan alat bantu pembelajaran sederhana seperti botol air mineral bekas, bola plastik, ban bekas dan matras dapat memberikan pengaruh secara signifikan terhadap proses pembelajaran dalam materi lompat jauh gaya menggantung bagi siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Pancur Batu dengan Nilai rata-rata pada kondisi awal 67,86% (Tidak tuntas), pada pelaksanaan pos-test I nilai rata-rata siswa tes awal meningkat menjadi 46,43% (Tidak tuntas), dan pada pelaksanaan pos-test II nilai rata-rata siswa telah mencapai 85,71% (Tuntas).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti menyarankan :

1. Agar guru Pendidikan Jasmani hendaknya dalam pembelajaran lompat jauh gaya menggantung disajikan dengan menggunakan alat bantu pembelajaran sederhana yang murah dan mudah didapatkan.
2. Agar siswa SMP Negeri 3 Pancur Batu untuk lebih giat dan bersemangat dalam menyerap materi khususnya lompat jauh gaya menggantung pada pembelajaran atletik.

3. Agar guru Penjas di sekolah memperhatikan dan mengembangkan metode mengajar yang lebih baik dan memacu semangat siswa untuk mengikuti pembelajaran penjas.



THE
Character Building
UNIVERSITY