

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran melalui peningkatan hasil belajar dengan penerapan variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sigumpar Tahun Ajaran 2014/2015.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Penerapan variasi pembelajaran merupakan pembelajaran yang dapat diterapkan dalam memperbaiki hasil belajar siswa khususnya nomor tolak peluru gaya menyamping.
2. Diharapkan kepada guru Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Olahraga Sekolah Menengah Pertama sebaiknya menjelaskan lebih rinci lagi bagaimana teknik tolak peluru yang benar.
3. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian dengan kajian yang sama dapat menjadikan skripsi ini sebagai bahan acuan atau rujukan.