

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari data rata-rata dan persentase hasil proses pembelajaran lompat harimau dapat disimpulkan bahwa materi lompat harimau melalui modifikasi alat pembelajaran seperti melompati kardus, dan melompati tongkat dapat memberikan pengaruh secara signifikan terhadap proses pembelajaran dalam materi lompat harimau bagi siswa kelas X MAN 2 Model Medan dengan Nilai rata-rata pada kondisi awal 72 % (Tidak tuntas), pada pelaksanaan pos-test I nilai rata-rata siswa tes awal meningkat menjadi 50% (Tidak tuntas), dan pada pelaksanaan pos-test II nilai rata-rata siswa telah mencapai 86,84% (Tuntas).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti menyarankan :

1. Agar guru Pendidikan Jasmani hendaknya dalam pelaksanaan pembelajaran lompat harimau materi senam lantai disajikan dalam bentuk modifikasi alat pembelajaran seperti kotak, dan tongkat.
2. Agar siswa MAN 2 Model Medan untuk lebih giat dan bersemangat dalam menyerap materi khususnya lompat harimau pada pembelajaran senam lantai.
3. Agar guru Pendidikan jasmani di sekolah memperhatikan dan mengembangkan metode mengajar yang lebih baik.