

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis hasil yang telah dilakukan disimpulkan bahwa pembelajaran tolak peluru gaya menyamping dengan variasi bermain bola sasaran pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Demak, maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Sikap siswa dalam mengikuti pembelajaran tolak peluru gaya menyamping dengan variasi bermain bola sasaran (afektif) pada siklus pertama mencapai tingkat pencapaian 64,53%, sedangkan pada siklus kedua mencapai 77,34%. Ini berarti ada peningkatan sebesar 0,4.
- 2) Pemahaman siswa dalam pembelajaran tolak peluru gaya menyamping dengan variasi bermain bola sasaran (kognitif) pada siklus pertama mencapai tingkat pencapaian 67,03%, sedangkan pada siklus kedua mencapai 76,72%. Ini berarti ada peningkatan sebesar 0,3.
- 3) Keterampilan siswa dalam pembelajaran tolak peluru gaya menyamping dengan variasi bermain bola sasaran (psikomotorik) pada siklus pertama mencapai tingkat pencapaian 69,53%, sedangkan pada siklus kedua mencapai 79,38%. Ini berarti ada peningkatan sebesar 0,3.

5.2 Implikasi Hasil Penelitian

Penggunaan pendekatan bermain dapat dijadikan pertimbangan bagi guru Penjasorkes untuk diterapkan di SMP Negeri 4 Demak dalam pembelajaran tolak peluru gaya menyamping.

Dengan hasil penelitian ini diharapkan kepala sekolah terus memberikan dorongan kepada guru untuk menerapkan model pembelajaran dengan pendekatan bermain sebagai upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani yang digariskan dalam kurikulum.

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan wawasan tentang penggunaan pendekatan bermain dan efektivitasnya dalam meningkatkan proses pembelajaran tolak peluru gaya menyamping.

5.3 Keterbatasan Penelitian

Peneliti berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan oleh peneliti, antara lain:

1. Peneliti hanya menganalisis kemampuan kognitif, afektif, psikomotor dalam pembelajaran serta perkembangan tolak peluru gaya menyamping siswa setelah menerima pembelajaran melalui metode bermain
2. Peneliti tidak mengamati pembelajaran yang meliputi kegiatan pendahuluan, inti, penutup, pada saat pembelajaran berlangsung.

5.4 Saran

Saran yang dapat disampaikan penyusun berkaitan dengan hasil penelitian, antara lain adalah:

- 1) Peningkatan pembelajaran tolak peluru gaya menyamping dengan variasi bermain bola sasaran dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran kayang.
- 2) Penggunaan metode pembelajaran ini diharapkan sesuai dengan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- 3) Bagi guru Penjas di SMP Negeri 4 Demak dapat mengembangkan PAIKEM yaitu Pembelajaran Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan dalam melaksanakan pembelajaran.
- 4) Bagi siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Demak, setelah mengikuti pembelajaran tolak peluru gaya menyamping dengan variasi bermain bola sasaran diharapkan lebih berminat untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- 5) Bagi SMP Negeri 4 Demak, agar dapat memanfaatkan sarana dan prasarana sebagai media pembelajaran.
- 6) Bagi pembaca untuk dapat mengambil hasil yang mungkin dapat menjadi masukan dan tambahan pengetahuan dalam pemanfaatan lingkungan sebagai metode pembelajaran tolak peluru.