

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan pada bab IV, maka dapat diperoleh simpulan yaitu:

5.1.1 Pembelajaran lari *sprint* melalui permainan hitam hijau bagi siswa kelas V SDN Karangroto 01 Genuk Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017 dapat meningkatkan hasil belajar, dimana mengalami peningkatan yang signifikan. Dimana tingkat ketuntasan belajar meningkat dari 19,23% (5 siswa) menjadi 92,31% (24 siswa) sehingga terjadi peningkatan sebesar 73,08%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Pembelajaran lari *sprint* melalui permainan hitam hijau Bagi Siswa Kelas V SDN Karangroto 01 Genuk Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017 dapat meningkatkan hasil belajar secara signifikan.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil simpulan di atas, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi guru penjasorkes, akan dapat membantu mengatasi permasalahan pembelajaran yang dihadapi dan mendapatkan wawasan untuk meningkatkan mutu dan kualitas pembelajaran

2. Bagi siswa, akan dapat memperoleh pelajaran penjasorkes yang lebih menarik, menyenangkan dan memungkinkan bagi dirinya untuk memperoleh nilai-nilai positif dari penjasorkes yang sangat berguna bagi kehidupannya kelak dikemudian hari.
3. Bagi sekolah, akan dapat memberikan sumbangan dalam upaya meningkatkan mutu pembelajaran penjasorkes di sekolah

