

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data refleksi pada setiap siklus, maka dapat penulis menarik kesimpulan bahwa: Pembelajaran lompat jauh melalui metode lompat tali dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Hal ini terlihat pada hasil ketuntasan belajar siswa yang melebihi KKM yang telah ditetapkan yaitu 75 mengalami peningkatan yaitu pada siklus 1 ke siklus 2 sebesar 19,73% yaitu dari 63,93% (siklus 1) menjadi 83,66% (siklus 2). Pada pembelajaran lompat jauh menggunakan metode lompat tali pada siswa kelas IX^A UPTD SMP Negeri 10 Kupang.

B. Saran

Saran yang dapat penulis sampaikan sebagai pertimbangan untuk meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya cabang atletik adalah dalam pembelajaran nomor lompat khususnya lompat jauh, sebaiknya guru mampu menerapkan metode atau modifikasi pembelajaran yang inovatif yang disesuaikan dengan karakteristik siswa. Guru juga harus mengerti situasi dan kondisi siswa sehingga dalam pembelajaran semua siswa merasa semangat dan senang.