

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian data pembahasan upaya meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek menggunakan pendekatan bermain hitam-hijau pada setiap siklus, maka dapat peneliti menyimpulkan sebagai berikut:

1. Pembelajaran lari jarak pendek menggunakan pendekatan bermain Hitam Hijau dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
2. Hasil ketuntasan belajar siswa siklus I yang melebihi KKM yang telah ditetapkan mengalami peningkatan yaitu dari 15 orang siswa 8 siswa sudah cukup memenuhi KKM, dan ada 7 siswa yang masih belum memenuhi KKM.
3. Hasil belajar siklus ke II dan peningkatan dari siklus I ke siklus ke II siswa yang telah mencapai KKM sebanyak 13 siswa dari jumlhah 15 siswa.

Dari data di atas peningkatan hasil belajar dari siklus I ke siklus II sebesar 31,17% yaitu dari 55,50% (siklus I) dan (siklus II) menjadi 86,67%.

B. Saran

1. Bagi siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran olahraga harus meningkatkan semangat belajar dan lebih memfokuskan diri ketika

pembelajaran berlangsung sehingga mendapat pengetahuan serta prestasi yang lebih baik.

2. Bagi Guru Penjasorkes agar tetap menjaga kedisiplinan dan memberikan metode-metode yang kreatif dalam kegiatan pelajaran serta selalu memberikan motivasi bagi siswa agar tetap berlatih dan giat dalam mengikuti pelajaran penjasorkes.

3. Kepala Sekolah agar dapat menjadi wadah bagi siswa dan dapat memfasilitasi siswa pada kegiatan pelajaran serta peraktek, agar siswa lebih bersemangat dalam proses pembelajaran di sekolah, minat dan potensinya.

4. Pemerintah agar bisa menjadi wadah untuk memajukan dunia pendidikan baik di daerah maupun negara, agar bisa menjadi lebih baik lagi.

5. Bagi Peneliti hasil pelajaran yang diperoleh dari belajar siswa tentang olahraga baik dari olahraga apapun akan agar tetap dipertahankan dan bahkan ditingkatkan serta supaya memiliki dasar dalam suatu kegiatan lainya seperti atletik lari, lompat, lempar, tolak, tenis meja, bola voli, renang, bulu tangkis, agar dapat memperoleh prestasi melalui kegiatan di sekolah serta di luar sekolah untuk menghasilkan pengalaman dan nilai positif yang baik dan bermanfaat bagi kita.