

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis data refleksi pada setiap siklus, maka dapat penulis menarik kesimpulan bahwa: penerapan pendekatan bermain sepak bola untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar *dribbling* dan *passing* di SMP Angkasa Kupang sudah sangat baik. Untuk teknik *dribbling* siklus I sebesar 42,85% dan siklus II sebesar 85,71%. Jadi teknik dasar *dribbling* mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II sebesar 42,86%. Sedangkan untuk teknik *passing* pada siklus I sebesar 23,81% dan siklus II sebesar 95,23%. Jadi teknik dasar *passing* mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II sebesar 71,43%. Ketuntasan belajar siswa melebihi KKM yang telah ditetapkan yaitu 75.

#### **B. Saran**

Saran yang dapat penulis sampaikan sebagai pertimbangan untuk meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya kebugaran jasmani siswa adalah :

1. Sebaiknya pendidik mengetahui keinginan siswanya dalam melakukan permainan sepak bola baik pada saat proses belajar dan di luar jam pelajaran, karena dengan begitu pendidik lebih tahu dan paham mengenai teknik -teknik dasar dalam permainan sepak bola terutama dalam *passing* dan *dribbling*.
2. Permainan sepak bola merupakan suatu cara untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa melalui penerapan teknik dasar *dribbling* dan *passing*.