

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Melalui penerapan permainan hitam hijau dapat meningkatkan hasil belajar lari sprint pada siswa kelas V SD Inpres Lasiana Kecamatan Kelapa Lima Kelurahan Lasiana Tahun Ajaran 2023/2024 ditandai dengan meningkatnya ketuntasan nilai hasil belajar.

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran gerak dasar lari sprint melalui permainan kecil hitam hijau yang dilakukan dengan pendekatan metode permainan hitam hijau dapat meningkat. Keaktifan dan gerak dasar lari sprint melalui permainan kecil hitam hijau anak yaitu: awalan, start, dan lari.

1. Keaktifan hasil belajar lari sprint melalui permainan kecil Hitam Hijau dari siklus I sampai siklus II banyak siswa yang nilai mendekati 100% berkategori Baik Sekali (BS) dan masih ada siswa berkategori Kurang (K).
2. Hasil belajar Lari sprint melalui permainan kecil hitam hijau pada siklus I sebanyak 6 siswa yang berkategori kurang (k), sebanyak 11 siswa yang berkategori Sedang (S), sebanyak 8 siswa yang berkategori Baik (B), dan sebanyak 2 siswa yang berkategori Baik Sekali (BS).
3. Hasil lari sprint melalui permainan hitam hijau pada siklus II sebanyak 4 siswa yang berkategori Kurang (K), sebanyak 6 siswa yang berkategori Sedang (S), sebanyak 11 siswa yang berkategori Baik (B), dan sebanyak 6 siswa yang berkategori Baik Sekali (BS).

4. Perbandingan hasil belajar lari sprint melalui permainan hitam hijau pada siklus I dan siklus II siswa yang berkategori Kurang (K), tidak ada, sebanyak 12 siswa yang berkategori Sedang (S), sebanyak 11 siswa yang berkategori Baik (B), dan sebanyak 4 siswa yang berkategori Baik Sekali (BS).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Siswa hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat.
2. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan hendaknya membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran, dan kritikan agar dapat memperbaiki kualitas pengajarannya.
3. Kepala sekolah dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran.
4. Pemerintah tentu semua masalah dipecahkan secara tuntas dalam penelitian sekarang setelah penelitian sekarang timbul masalah yang terkait.