

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, dapat ditarik beberapa kesimpulan bahwa :

- a. Atletik merupakan suatu induk dari beberapa cabang olahraga yang banyak di ajarkan dan termasuk dalam kurikulum yang di ajarkan di sekolah baik di sekolah dasar sampai di sekolah menengah tingkat atas, yang salah satu diantaranya nomor lompat.
- b. Berdasarkan hasil observasi awal kemampuan lompat jauh gaya menggantung yang dimiliki siswa kelas XI TGB yang berada di SMK Almamater Telaga Kabupaten Gorontalo, masih kurang. Hal ini dapat di lihat dari hasil perolehan data pada observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, yang hanya mencapai 58.82%. Sehingga diberikan tiga kali tindakan (menerapkan metode pembelajaran *Drill* kedalam proses pembelajaran), dan dilakukan evaluasi kesiklus I, yang kemudian mengalami peningkatan sebesar 7.84% sehingga menjadi 66.66%. Akan tetapi perolehan evaluasi siklus I, belum mencapai indikator yang telah di tetapkan dan dilakukan evaluasi siklus yang ke II. Pada evaluasi siklus yang ke II ini, kemampuan lompat jauh gaya menggantung, mengalami peningkatan sebesar 11.54% sehingga mencapai 78.2%. dan berdasarkan data yang diperoleh pada evaluasi siklus yang ke II, indikator capaian dalam penelitian tindakan kelas ini telah berhasil dicapai.

- c. Melalui penerapan metode *Drill* dalam proses pembelajaran, kemampuan lompat jauh gaya menggantung, telah mengalami peningkatan sebagaimana yang di harapkan oleh peneliti.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian tindakan kelas ini (PTK), peneliti dapat mengemukakan saran sebagai berikut :

- a. Metode drill baik dan lebih memudahkan siswa dalam memahami setiap materi yang diajarkan, karena prosesnya latihan yang di ulang-ulang akan cepat diingat dan mudah dilaksanakan.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memotifasi guru untuk lebih aktif, kreatif dan inovatif dalam melaksanakan proses belajar mengajar, sehingga tercipta suasana pembelajaran atif, inovatif dan menyenangkan (PAIKEM) bagi peserta didik.
- c. Setiap guru mata pelajaran penjasokes, hendaknya melaksanakan penelitian tindakan kelas, agar pelaksanaan proses pembelajaran menjadi lebih berkualitas dan hasil belajar siswa akan meningkat pula.