

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan diuraikan sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Pada pembelajaran Penjaskes khususnya materi teknik dasar tolak peluru gaya menyamping arah sektor lemparan, pendekatan modifikasi dapat digunakan dimana korelasi dan pertalian antara satu gerakan dengan gerakan yang selanjutnya dapat dipertahankan dan lebih efisien.
2. Dengan menggunakan pendekatan modifikasi pada materi teknik dasar tolak peluru gaya menyamping arah sektor lemparan, maka hasil belajar peserta didik dapat meningkat. Hal ini nampak pada peningkatan kemampuan peserta didik dari pelaksanaan observasi awal, siklus I sampai akhirnya pada siklus II.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa: “Jika menggunakan pendekatan modifikasi, maka kemampuan dasar tolak peluru gaya menyamping arah sektor lemparan pada peserta didik kelas VII.3 SMP Negeri 1 Bonepantai tahun pelajaran 2011/2012 dapat meningkat”. Dapat diterima karena terbukti kebenarannya.

1.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti dapat memberikan saran:

1. Pendekatan modifikasi diharapkan dapat digunakan dalam pembelajaran penjaskes dengan semaksimal mungkin.

2. Berdasarkan hasil penelitian, ternyata pendekatan modifikasi berpengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan dasar tolak peluru gaya menyamping arah sektor lemparan pada peserta didik kelas VII.3 SMP Negeri 1 Bonepantai. Oleh karena itu disarankan kepada pengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan agar dapat mengintegrasikan dan menimplementasikan dalam pembelajaran.
3. Semoga hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk menciptakan inovasi baru dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.