

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut :

1. Metode demonstrasi merupakan salah satu model pembelajaran yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan gerak dasar start jongkok. Sesuai hasil analisis yang dilakukan peneliti diperoleh hasil sebagai berikut : Pada observasi awal rata-rata nilai hasil belajar siswa dalam melakukan gerak dasar start jongkok 46,97. Pada siklus I menjadi 68,73, pada siklus II meningkat menjadi 76,75, sedangkan pada Siklus III mencapai 84,22.
2. Siswa telah memperoleh pembelajaran gerak dasar start jongkok dengan metode demonstrasi kemampuannya dalam melakukan 6 (enam) gerak start jongkok mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Sesuai hasil akhir dari tindakan kelas yang dilakukan pada siklus III, ternyata kemampuan siswa melakukan gerak dasar start jongkok meningkat menjadi 90%.
3. Pembelajaran dengan menggunakan metode demonstrasi memungkinkan guru memperoleh pembelajaran start jongkok lebih efektif, pembelajaran lebih fokus , motivasi belajar siswa meningkat, keterlibatan siswa secara emosional, sosial, dan intelektual terbina. Aktivitas seperti ini memungkinkan

tumbuh dan terbinanya keterampilan siswa dalam mengikuti pembelajaran, sehingga pada akhirnya hasil belajar siswa bisa meningkat.

## **5.2 Saran**

Dengan mengacu pada hasil penelitian yang telah diperoleh melalui penerapan metode demonstrasi pada gerak dasar start jongkok, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Setiap guru mata pelajaran penjasokes, hendaknya melaksanakan penelitian tindakan kelas agar pelaksanaan proses pembelajaran penjas menjadi lebih berkualitas dan hasil belajar siswa lebih meningkat pula.
2. Untuk kegiatan penelitian tindakan kelas kiranya pihak yang terkait dapat memberikan perhatian dan dukungan kepada guru yang melaksanakannya.
3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memotivasi guru untuk lebih efektif, kreatif dan inovatif dalam melakukan proses belajar, sehingga tercipta suasana pembelajaran aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan bagi peserta didik.