

BAB V

PENUTUP

5.1. Simpulan

Berdasarkan penyajian data dan pembahasan dalam penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Bahwa dari dua kali tindakan yang dilaksanakan terjadi peningkatan disetiap tindakan. Dan diawali dengan observasi awal sebagai dasar pelaksanaan tindakan selanjutnya tampak teknik dasar tolak peluru bagi siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Tapa menunjukkan kriteria yang kurang dengan skor rata-rata keseluruhan 54.68%. Pada siklus I kegiatan teknik dasar tolak peluru yaitu cara memegang peluru, cara meletakkan peluru di atas bahu di bawa telinga dekat leher, cara mengambil awalan, cara menolak peluru, sikap akhir setelah menolak peluru keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 66.58% artinya masih berada pada kategori cukup. Dan pada siklus II mengalami peningkatan yaitu Pada kegiatan teknik dasar tolak peluru yaitu cara memegang peluru, cara meletakkan peluru di atas bahu di bawa telinga dekat leher, cara mengambil awalan, cara menolak peluru, sikap akhir setelah menolak peluru keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 82.15% artinya telah berada pada kategori baik.

Pada kegiatan siklus I dapat diketahui bahwa modifikasi pembelajaran yang dilaksanakan peneliti belum memenuhi target yang diharapkan. Hal ini dapat dilihat dari 24 aspek yang diamati dalam pelaksanaan kegiatan mengajar, aspek yang mencapai kriteria baik sebanyak 11 aspek dengan persentase 45,8%, kriteria

cukup 10 aspek atau 41,6% dan kriteria kurang ada 3 aspek atau 12,5%. Modifikasi pembelajaran pada siklus II yang dilaksanakan peneliti telah memenuhi target yang diharapkan. Hal ini dapat dilihat dari 24 aspek yang diamati dalam pelaksanaan kegiatan guru, aspek yang mencapai kriteria baik sebanyak 21 aspek dengan persentase 87,5%, kriteria cukup 3 aspek atau 12,5% dan kriteria kurang tidak ada.

Dengan demikian melalui teknik dasar tolak peluru melalui modifikasi pembelajaran dapat diterima dan dapat ditingkatkan.

5.2. Saran

Dalam kesempatan ini peneliti sekaligus sebagai penulis akan memberikan saran yang kiranya dapat dijadikan pegangan dalam menjalankan tugas sebagai seorang pendidik yaitu:

1. Guru dapat memodifikasi pemanasan dengan permainan penjas sebelum pelaksanaan kegiatan inti (materi) yang terkait dengan materi yang diajarkan.
2. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman secara langsung dalam proses belajar mengajar dan diharapkan peneliti dapat mengaplikasikan modifikasi pembelajaran tersebut.
3. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menumbuhkan aktivitas dan kreatifitas siswa secara optimal dalam pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani.