

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya maka peneliti dapat menyimpulkan yaitu:

1. Metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil lompat jauh gaya gantung dalam cabang olahraga atletik.
2. Pada observasi awal siswa hanya mencapai nilai rata-rata 58.33. Setelah diberikan tindakan lanjutan pada siklus I memperoleh peningkatan sebesar 11 orang yang mampu melakukan tindakan, menjadi 66.66. Selanjutnya diberikan tindakan pada siklus II dan mengalami peningkatan sebesar 21 orang menjadi 75. Hal ini memenuhi kriteria peneliti yang menetapkan indikator kinerja 75%.
3. Hipotesis yang telah di ajukan yaitu “Metode Demonstrasi dapat Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Gantung Siswa SMA Negeri 1 Tapa”.

5.2 Saran

1. Diharapkan khususnya guru penjasorkes untuk dapat menerapkan metode demonstrasi dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar disekolah guna meningkatkan mutu pendidikan disekolah.
2. Mengharapkan guna karya tulis ilmiah ini bias menjadi bahan rujukan untuk penelitian –penelitian di kemudian hari.