

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya maka peneliti dapat menyimpulkan yaitu metode drill dapat meningkatkan hasil lompat jauh gaya gantung dalam cabang olahraga atletik. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan yang signifikan dalam penelitian ini. Pada observasi awal rata-rata capaian siswa hanya mencapai nilai 56,88. Setelah diberikan tindakan lanjutan pada siklus I memperoleh peningkatan sebesar 17,18 menjadi 74,06. Selanjutnya diberikan tindakan pada siklus II dan mengalami peningkatan sebesar 6,15 menjadi 80,21. Hal ini memenuhi ekspektasi peneliti yang menetapkan indikator kinerja 80 %.

Dengan demikian maka hipotesis yang telah diajukan yaitu “Metode Drill Meningkatkan Hasil Lompat Jauh Gaya Gantung Dalam Cabang Olahraga Atletik Pada Siswa Kelas VII C SMP Negeri 1 Botupingge” dapat diterima.

#### **5.2 Saran**

Dari hasil penelitian ini, peneliti mengharapkan kepada pendidik khususnya guru penjasorkes untuk dapat menerapkan metode drill dalam melaksanakan proses pembelajaran di sekolah guna meningkatkan mutu pendidikan yang ada di sekolah.