

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Dalam pengujian hipotesis digunakan uji analisis data penelitian eksperimen. Untuk menganalisis data eksperimen yang menggunakan pre-test dan post-test design. Dari hasil pengujian hasil pre-test dan post-test menunjukkan harga  $t_{hitung}$  sebesar 57.44. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga  $t_{daftar}$  atau  $t_{(0,995)(20)} = 2.84$ . Ternyata harga  $t_{hitung}$  telah berada di dalam daerah penerimaan  $H_A$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_A$  diterima dan tidak dapat menerima  $H_0$ . Jadi dapat disimpulkan bahwa metode bermain berpengaruh pada kemampuan teknik dasar lari jarak pendek Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka implikasi dari kesimpulan tersebut dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Kepada para guru bidang studi, hendaknya mencermati situasi gejala-gejala yang menyebabkan hasil belajar siswa rendah dan kemudian berusaha menemukan alternatif pemecahannya.
2. Jika memungkinkan materi pelajaran (pokok bahasan yang sesuai), hendaknya guru menerapkan metode bermain untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, Dedi Yusuf.** (2016:167). *Pengaruh Penerapan Metode Pembelajaran Resitasi Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa*. Universitas Indraprasta PGRI
- Farhurahman, Oman.** (2017:31). *Hakikat Bermain dan Permainan Anak Usia Dini di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)*. Uin Sultan Maulana Hasanudin Banten
- Fathurrohman Muhammad.** 2015. *Model-Model Pembelajaran Inovatif*. Yogyakarta : AR – Ruzz Media
- Harie, Subhan.** (2015:260). *Pengaruh Metode Pembelajaran Dan Gaya Belajar Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Biologi*. Universitas Indraprasta PGRI
- Ifriyanti, Syofnida.** (2015:155). *Implementasi Metode Bermain Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Ips Di Madrasah Ibtidaiyah*. IAIN Raden Intan Lampung.
- Kusumawati, Mia.** (2015:127). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Alfabeta. Bandung.
- Kurniasih Imas, Sani Berlian.** 2016. *Ragam Pengembangan Model Pembelajaran Untuk Peningkatan Profesionalitas Guru*. Kata Pena
- M.Thobroni.** 2015. *Belajar Pembelajaran*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Muhajir.** (2017:121). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- Rusman.** 2018. *Model-Model Pembelajaran*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Sugiyono.** (2015:81). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Sumiati dan Asra.** (2019:91). *Metode Pembelajaran*. PT. Sandiarta Sukses. Bandung
- Sumaryoto, Nopembri Soni.** 2016. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.