

V.KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan dari hasil penelitian, pada setiap siklus maka dapat disimpulkan hasil penelitian kelas ini sebagai berikut :

1. Dengan menggunakan alat modifikasi berupa bola plastic beragam warna yang berjumlah 20 yang seukuran dengan peluru standar dapat meningkatkan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik khususnya keterampilan gerak dasar tolak peluru pada siswa kelas VII-A di SMP N 1 Sukoharjo.
2. Dengan penggunaan alat modifikasi berupa bola plastic beragam warna yang seukuran dengan peluru standar dan diisi semen yang telah dicampuri dengan pasir sehingga beratnya menjadi lebih ringan dibandingkan dengan berat peluru standar yang digunakan disekolah dan dua tiang serta satu tali dapat meningkatkan kemampuan siswa menguasai keterampilan gerak dasar tolak peluru pada siswa kelas VII-A di SMP N 1 Sukoharjo
3. Dengan penggunaan alat modifikasi berupa bola plastic beragam warna yang berjumlah 20 yang seukuran dengan peluru standar, bola plastic beragam warna yang seukuran dengan peluru dan diisi semen yang telah dicampuri dengan pasir sehingga beratnya menjadi lebih ringan dibandingkan dengan berat peluru standar yang digunakan disekolah dan dua tiang serta satu tali dapat meningkatkan dan memperbaiki pembelajaran keterampilan gerak dasar tolak peluru pada siswa kelas VII-A di SMP N 1 Sukoharjo

B. Saran

Setelah penelitian ini dilaksanakan, penulis ingin menyampaikan saran khusus kepada guru penjas yang ada disekolah SMP N 1 Sukoharjo agar dengan keterbatasan alat untuk proses pembelajaran yang ada sebaiknya guru penjas disekolah melakukan modifikasi alat agar proses pembelajaran dapat tercapai dengan baik dan siswa menjadi lebih termotifasi dengan penggunaan alat modifikasi sehingga target ketuntasan belajar dapat tercapai.