

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan dari penelitian, pada setiap siklus maka dapat disimpulkan hasil penelitian tindakan dengan alat bantu pembelajaran sebagai berikut:

- 1 Bola plastik yang dimana bola dalam tersebut telah diisi plastik siswa dapat mempermudah dalam melakukan pembelajaran gerak dasar *stopping* kearah bola yang dilambungkan berpasangan.
- 2 Modifikasi bola plastik dimana bola tersebut telah diisi dengan batu krikil siswa dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan pembelajaran gerak dasar *stopping* kearah kaki bagian dalam.
- 3 Bantuan modifikasi bola plastik dimana bola tersebut di balut dengan bahan karet dari ban dalam mobil dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan pembelajaran gerak dasar *stopping* kearah kaki bagian dalam yang diberi skor nilai. Metode ini lebih efektif dilakukan kesiswa dalam gerak dasar *stopping*.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat diajukan saran-saran bagi:

1. Siswa

Hendaknya siswa belajar dan memperbanyak intensitas latihan agar mendapat hasil yang maksimal.

2. Guru

Menambah metode pembelajaran yang inovatif agar terciptanya siswa yang aktif dalam proses belajar mengajar.

3. Peneliti

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dan melihat masalah sebelumnya ada permasalahan dapat diselesaikan dengan cara menggunakan alat bantu untuk menyelesaikan masalah yang terjadi pada siswa kelas VIII A SMP N 8 bandar lampung. Oleh sebab itu peneliti memberi saran kepada peneliti lain agar dapat menyempurnakan penelitian ini.