

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan hasil Penelitian Tindakan Kelas ini sebagai berikut :

1. Proses pembelajaran dengan menggunakan alat bantu bola yang besarnya sama dengan peluru sebenarnya, dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru
2. Proses pembelajaran dengan menggunakan alat bantu bola yang di isi dengan semen yang besarnya sama dengan peluru sebenarnya, dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru gaya menyamping.
3. Implikasi dari pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas dalam proses pembelajaran tolak peluru gaya menyamping melalui dua siklus dapat meningkatkan hasil pembelajaran tolak peluru.
4. Tingkat efektivitas pembelajaran tolak peluru mengalami peningkatan yang besar dengan menggunakan alat bantu pembelajaran untuk kelas VI SD Negeri 2 Batu Putu Bandar Lampung.

B. Saran

Berdasarkan hasil simpulan penelitian ini, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

- a. Kepada siswa-siswi kelas VI SD N 2 Batu Putu Bandar Lampung agar berupaya untuk mengembangkan kemampuan yang dimilikinya
- b. Kepada Guru-guru Pendidikan Jasmani supaya dapat menggunakan sarana modifikasi dalam pembelajaran baik dalam pembelajaran atletik, senam dan permainan
- c. Kepada Program Studi pendidikan jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, agar dapat merekomendasikan model pembelajaran dengan menggunakan sarana modifikasi kepada guru dan mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.