

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Dengan penggunaan alat modifikasi berupa bola plastik beragam warna yang berjumlah 20 yang seukuran dengan peluru standar dapat meningkatkan minat siswa dalam mengikuti pelajaran atletik khususnya keterampilan gerak dasar tolak peluru teknik linier pada siswa kelas VII-A di SMP WIYATAMA Bandar Lampung.
2. Dengan penggunaan alat modifikasi berupa bola plastik beragam warna yang seukuran dengan peluru standar dan di isi semen yang dicampur dengan pasir sehingga beratnya menjadi lebih ringan dibanding berat peluru standar yang digunakan di sekolah dan dua tiang serta satu tali dapat meningkatkan kemampuan siswa menguasai keterampilan gerak dasar tolak peluru teknik linier pada siswa kelas VII-A di SMP WIYATAMA Bandar Lampung.
3. Dengan penggunaan alat modifikasi berupa bola plastik beragam warna yang berjumlah 20 yang seukuran dengan peluru standar, bola plastik beragam warna yang seukuran dengan peluru standar dan di isi semen yang dicampur dengan pasir sehingga beratnya menjadi lebih ringan dibanding berat peluru standar yang digunakan di sekolah, dan dua tiang serta satu tali dapat

meningkatkan dan memperbaiki pembelajaran keterampilan gerak dasar tolak peluru teknik linier pada siswa kelas VII-A di SMP WIYATAMA Bandar Lampung

B. Saran

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