

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Secara garis besar dengan menerapkan modifikasi permainan bolabasket dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan waktu aktif belajar gerak siswa di SMA Negeri 23 Bandung. Dengan demikian penerapan modifikasi permainan bolabasket dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan jumlah waktu aktif belajar gerak siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 23 Bandung khususnya, dan secara umum dapat pula digunakan di sekolah-sekolah lain pada saat pembelajaran pendidikan jasmani.

Kesimpulan dari pembahasan upaya meningkatkan jumlah waktu aktif belajar dengan menerapkan modifikasi permainan bolabasket dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa melalui penerapan modifikasi permainan bolabasket dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang menarik dan bervariasi dapat meningkatkan minat dan keaktifan dalam belajar gerak, sehingga terjadi peningkatan jumlah waktu aktif belajar gerak siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 23 Bandung.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dikemukakan, ada beberapa hal yang ingin disampaikan oleh penulis sebagai saran atau masukan yang diharapkan dapat memberikan manfaat dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani yaitu sebagai berikut:

1. Bagi para guru pendidikan jasmani diharapkan dapat menerapkan modifikasi permainan bolabasket dalam aktivitas proses belajar mengajar

pendidikan jasmani agar dapat meningkatkan jumlah waktu aktif belajar gerak siswa.

2. Bagi para guru pendidikan jasmani diharapkan agar dapat mengembangkan modifikasi permainan bolabasket dalam pembelajaran pendidikan jasmani secara sistematis, lebih bervariasi dan lebih lengkap. Hal ini diharapkan dapat memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Untuk lebih menyempurnakan penelitian ini, diharapkan adanya penelitian yang serupa mengenai pembelajaran pendidikan jasmani dengan teori yang lebih mendalam sehingga terjadinya proses pendidikan jasmani yang lebih baik.