

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti menyimpulkan bahwa:

1. Metode bagian memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar lompat jauh. Karena dengan menggunakan metode bagian, peneliti dapat memberikan contoh secara bagian perbagian mengenai gerakan-gerakan yang terdapat pada lompat jauh dan secara langsung dapat dilakukan oleh siswa.
2. Metode keseluruhan memiliki pengaruh yang signifikan pada hasil belajar lompat jauh, karena dengan metode keseluruhan peneliti dapat menginstruksikan setiap gerakan dari lompat jauh secara keseluruhan dan dilakukan oleh siswa. Namun, metode keseluruhan kurang memberikan kontribusi yang baik terhadap hasil belajar lompat jauh.
3. Metode pembelajaran bagian lebih baik untuk digunakan atau diterapkan dibandingkan dengan metode pembelajaran keseluruhan dalam pembelajaran lompat jauh di SMA Negeri 2 Ciamis karena dalam proses belajar lompat jauh terdapat gerakan-gerakan yang harus dicontohkan atau didemonstrasikan oleh peneliti secara bertahap atau perbagian yang memerlukan keterampilan khusus supaya pembelajaran lompat jauh dapat dimengerti secara sempurna oleh siswa khususnya siswa SMA.

B. SARAN

Saran atau rekomendasi yang dapat penulis kemukakan setelah kesimpulan maka penulis ingin ditunjukkan kepada para siswa, pihak sekolah, guru, dan peneliti berikutnya. Setelah mengkaji seluruh permasalahan dan hasil dari penelitian yang dilakukan, maka penulis mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Siswa agar lebih bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh di sekolah, karena manfaat dari pembelajaran itu sangat positif apalagi bila dipelajari atau dilatih lagi lebih dalam akan mengantarkan siswa pada prestasi apalagi lompat jauh merupakan salah satu nomor perorangan.
2. Pengaturan waktu mengajar untuk pembelajaran atletik agar diperbanyak
3. Guru penjas dianjurkan berinovasi dalam pembelajaran atletik agar pembelajaran atletik tidak monoton dalam pandangan siswa
4. Pihak sekolah supaya memperbaiki dan memperhatikan fasilitas dan perlengkapan olahraga, agar proses pembelajaran bisa berjalan dengan baik.
5. Guru penjas harus menerapkan metode pembelajaran bagian tidak hanya metode keseluruhan yang diberikan kepada siswa dan menggunakan variasi-variasi yang lebih menarik dan inovatif supaya proses pembelajaran dapat terlaksana dengan optimal.
6. Diharapkan ada untuk penelitian selanjutnya agar dapat memunculkan dan mengembangkan sampel yang lebih banyak ataupun variabel yang lebih luas, metode serta instrumen dan faktor-faktor lain maupun variasi serta inovasi yang lebih baru yang dapat mempengaruhi perkembangan lompat jauh di Sekolah Menengah Atas sehingga akan diketahui secara jelas dan akurat mengenai proses belajar mengajar yang cocok dalam dunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

Implementasi Basic

Setelah dilaksanakannya seluruh proses penelitian dan mengetahui hasil penelitian tersebut, penulis akan mencoba mengaplikasikan atau merealisasikan pada proses pembelajaran yang sebenarnya. Dari semua tingkatan sekolah, dalam kurikulum pembelajaran terdapat materi pembelajaran lompat jauh, sehingga terdapat kesempatan yang sangat besar untuk memberikan atau menerapkan metode pembelajaran yang telah diteliti. Diantaranya metode bagian dan metode keseluruhan, dengan demikian penelitian tentang Perbandingan Metode Bagian Dengan Metode Keseluruhan Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh dapat diimplementasikan atau dapat diterapkan pada proses pembelajaran lompat jauh.

