

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas, pengolahan dan analisis data, yang sudah melalui prosedur statistika, penulis mengambil simpulan sebagai hasil dari proses penelitian ini adalah:

Melalui penerapan modifikasi alat bantu karet dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran materi lompat tinggi atletik di kelas X SMAN 10 Bandung.

#### B. Saran

1. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai kepercayaan diri dan modifikasi dengan melibatkan lebih banyak sampel.
2. Dapat melakukan penelitian tentang ekstrakurikuler olahraga ataupun juga mengenai model pembelajaran yang dikaitkan dengan lompat tinggi dengan hasil belajar pada siswa secara lebih mendalam, atau dikaitkan dengan variabel-variabel yang lain.
3. Bagi rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian, mengenai lompat tinggi ataupun aktivitas fisik lainnya, ataupun keterampilan pendidikan jasmani pada siswa baik di tingkat SD, SMP, atau juga SMA. Penulis merekomendasikan atau menyarankan, kerena penelitian mengenai pendekatan saintifik karena masih jarang dan belum banyak yang meneliti.
4. Diharapkan dapat menginspirasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut khususnya tentang modifikasi alat karet, lompat tinggi dan kepercayaan diri siswa.