

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data pada pembahasan bab sebelumnya, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Pembelajaran bola voli yang dimodifikasi dapat meningkatkan keberanian siswa tunagrahita sebesar 9,45%.
2. Pembelajaran bola voli yang dimodifikasi dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa tunagrahita sebesar 7,77%.

#### **5.2 Saran**

Dari kesimpulan yang telah dikemukakan, disarankan :

1. Bagi para guru dan pembaca pada umumnya agar melakukan modifikasi pembelajaran yang menarik dan aman bagi siswa dalam setiap pembelajaran penjas yang akan dilakukan terutama pembelajaran yang menggunakan alat seperti bola, net, dan lain-lain. Sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung sesuai dengan tujuan pembelajaran.
2. Berikanlah tugas ajar secara berulang-ulang sambil selalu memberikan contoh pada setiap gerakan yang akan dilakukan.
3. Gunakanlah alat-alat yang menarik, berwarna-warni, dan lain-lain. Agar dapat menarik perhatian siswa pada saat melakukan pembelajaran.
4. Pada pelaksanaan pembelajaran diusahakan guru selalu melibatkan seluruh siswa agar selalu aktif dengan cara memberikan kesempatan siswa mencoba tugas ajar yang diperintahkan.
5. Agar diadakan penelitian lebih lanjut dengan sarana dan prasarana yang lebih baik dan jumlah sampel lebih besar, sehingga dapat meningkatkan keberanian dan kebugaran jasmani siswa secara signifikan.