

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan pada bab IV, maka dapat disimpulkan secara umum sebagai berikut: peningkatan keterampilan lempar cakram dengan menggunakan modifikasi media piring plastik pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Nanga Empangau Kabupaten Kapuas Hulu sudah berjalan dengan baik. Berdasarkan kesimpulan umum tersebut diatas maka dirumuskan kesimpulan khusus sebagai berikut :

1. Perencanaan pembelajaran modifikasi yang dilakukan oleh guru dalam teknik dasar lempar cakram dapat membuat siswa aktif karena didukung oleh adanya pemberian teknik dasar dan sarana prasarana yang memadai sehingga dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar lempar cakram.
2. Pelaksanaan pembelajaran dengan modifikasi yang dilakukan guru dapat membuat siswa meningkatkan respon siswa karena dengan modifikasi media piring plastik siswa dapat melakukan latihan teknik dasar lempar cakram sendiri tanpa paksaan, dengan demikian dapat meningkatkan keterampilan lempar cakram siswa.
3. Peningkatan pembelajaran dengan menggunakan modifikasi media piring plastik pada teknik dasar lempar cakram terbukti dapat meningkatkan keterampilan lempar cakram. Dari data perbandingan siklus terlihat bahwa terjadi kenaikan nilai pada setiap siklusnya terlihat pada prasiklus ketuntasan siswa hanya mencapai 5 siswa atau sebesar (15,62%), kemudian pada siklus 1 terjadi kenaikan yang cukup signifikan namun belum memenuhi target capaian yaitu sebanyak 16 siswa atau sebesar (50%), dan pada siklus kedua terjadi peningkatan ketuntasan menjadi 84,37 %. Peningkatan ketuntasan pada siklus kedua dirasa cukup karena sudah melebihi dari target capaian yaitu 75 %

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan dalam penelitian ini, dapat disarankan sebagai berikut :

1. Guru penjasokes diharapkan dapat mengembangkan kreatifitas dan lebih inovatif pada proses pembelajaran dalam upaya meningkatkan kompetensi siswa.
2. Mengingat pembelajaran keterampilan teknik dasar lempar cakram masih banyak berbagai persoalan yang belum teridentifikasi dan terpecahkan, maka diharapkan adanya penelitian dengan menggunakan modifikasi yang dilakukan guru dapat meningkatkan keterampilan lempar cakram siswa.
3. Untuk meningkatkan keterampilan lempar cakram dapat menggunakan modifikasi.