

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian tindakan kelas tentang Upaya Meningkatkan Kemampuan Menggiring Bola Melalui Variasi Latihan dengan Media Bola Plastik Dalam Permainan Sepak Bola SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi di laksanakan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan, setiap pertemuan terdiri dari empat tahap, yaitu : (1) perencanaan , (2) pelaksanaan tindakan, (3) obsevasi, dan (4) refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah di lakukan dan pembahasan yang telah di ungkapkan pada bab IV, menghasilkan kesimpulan bahwa dengan menerapkan variasi latihan dengan media bola plastik dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola Kelas IV SDN 11 Sengkuang Bora Kabupateb Melawi.

1. Tahap perencanaan peneliti membuat rencana pembelajaran dengan berkonsultasi kepada guru olahraga agar proses perencanaan sesuai dengan karakteristik siswa di sekolah tersebut, pada tahap ini peneliti berusaha menggunakan variasi latihan dan media bola plastik agar siswa lebih mudah dalam melakukan menggiring bola.
2. Tahap pelaksanaan di lakukan dengan 2 siklus, di dalam siklus 1 siklus terdapat dua kali petemuan.pada siklus pertama peneliti mulai menerapkan media bola plastik tersebut namun dalam 2 kali petemuan ternyata masih ada hambatan dan nilai siswa masih belum tuntas, kemudian peneliti melanjtkan siklus berikutnya yaitu keuda, dengan menerapkan pembelajaran yang sudah di perbaiki di siklus sebelumnya, hasil siklus I terdapat 47,3% dan pada siklus II terjadi peningkatan 84,2%.
3. terdapat peningkatan dalam pembelajaran menggiring bola menggunakan media bola plastik, hal ini terlihat peningkatan dalam setiap siklus I 47,3% dan di silus II terjadi peningkatan menjadi 84,2%.

B. Saran

Sesuai dengan hasil penelitian, serta menyumbang dalam pemikiran bagi guru dalam meningkatkan hasil pembelajaran siswa khususnya dalam bidang studi pjok, maka dapat saya sampaikan saran bagi guru pjok SDN 11 Sengkuang Bora Kabupaten Melawi.

1. Dalam pembelajaran guru harus memperhatikan kondisi siswa dan menggunakan strategi sebanyak-banyaknya bervariasi.
2. Guru hendaknya lebih inovatif dalam menerapkan metode dan media untuk menyampaikan materi pembelajaran.
3. Siswa perlu lebih meningkatkan berbagai aktivitas dan mengembangkan berbagai metode belajar sekaligus sebagai sarana memperluas pengetahuan dan wawasannya.