

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi lari jarak pendek kelas V MIN 4 Banjar dapat dikemukakan simpulan yaitu :

1. Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Lari Jarak Pendek Kelas V MIN 4 Banjar meliputi beberapa kegiatan yaitu :

Pelaksanaan pembelajaran PJOK diawali dari tahap perencanaan membuat rancangan RPP oleh guru yang bersangkutan, dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan adanya interaksi atau keterlibatan dalam pembelajaran antara pengiriman pesan yaitu guru dengan penerima pesan yaitu peserta didik, kemudian tahap terakhir yaitu tahap evaluasi untuk menentukan keberhasilan belajar peserta didik pada materi lari jarak pendek.

2. Faktor pendukung dan penghambat yang mempengaruhi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Lari Jarak Pendek Kelas V MIN 4 Banjar adalah faktor pendukung berasal dari minat dan kesadaran diri peserta didik dalam mengikuti pembelajaran serta pengalaman guru olahraga juga mempengaruhi

kualitas serta sarana dan prasarana yang menunjang peserta didik dalam penerapan pembelajaran materi lari jarak pendek.

## **B. Saran-saran**

Meningkatkan pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek di MIN 4 Banjar. Peneliti mengemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi pendidik dan terutama kepada guru yang mengajar mata pelajaran PJOK hendaknya pandai dalam memberikan motivasi dengan cara-cara yang variatif serta mencoba berbagai metode agar siswa aktif dalam pembelajaran. Selain itu dalam penyusunan RPP hendaknya dibuat secara detail agar lebih jelas dan lebih terarah dalam pelaksanaannya.
2. Bagi peserta didik agar selalu memacu semangat dalam belajar, serta mengeluarkan daya kreatifitas yang ada pada diri serta berusaha dan jangan berhenti untuk mencari ilmu guna membangun kemampuan berfikir yang kreatif, inovatif, dan berdayaguna menghadapi perubahan zaman.
3. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk dapat menunjang penelitian selanjutnya yang lebih dalam dan lebih baik lagi serta dapat memberikan hasil untuk lebih banyak manfaat.