

V. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh penulis, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Dengan modifikasi alat botol plastik dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar memukul siswa kelas V SD Negeri 1 Sidodadi Kecamatan Kedaton Bandar Lampung dapat meningkat.
2. Dengan modifikasi alat bola plastik dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar memukul siswa kelas V SD Negeri 1 Sidodadi Kecamatan Kedaton Bandar Lampung dapat meningkat.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Untuk siswa

Perlu diperhatikan agar pada saat mengikuti pembelajaran gerak dasar memukul, lakukanlah dengan sungguh-sungguh karena suatu latihan yang dilakukan dengan sungguh-sungguh akan mendapatkan hasil yang memuaskan.

2. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

Ada baiknya jika hasil penelitian ini dijadikan sebagai salah satu sumber pengetahuan bagi guru Pendidikan Jasmani untuk pedoman dalam mengajar khususnya pada materi permainan bola bakar.

3. Bagi Sekolah

Sebaiknya dijadikan sebagai sumbangan pemikiran di sekolah dalam meningkatkan gerak dasar memukul pada permainan bola bakar.