

V. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Dengan modifikasi alat bola plastik dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar melambung pada siswa V SD Negeri 1 Pecoh Raya Kecamatan Bumi Waras Bandar Lampung dapat meningkat.
2. Dengan modifikasi alat bola kertas dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar melambung pada siswa kelas V SD Negeri 1 Pecoh Raya Kecamatan Bumi Waras Bandar Lampung dapat meningkat.
3. Dengan modifikasi alat bola karet dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar melambung pada siswa kelas V SD Negeri 1 Pecoh Raya Kecamatan Bumi Waras 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 melambung, lakukanlah dengan sungguh-sungguh karena suatu latihan yang dilakukan dengan sungguh-sungguh akan mendapatkan hasil yang memuaskan.
2. Kepada guru penjaskes

Diharapkan dapat memanfaatkan dan menggunakan alat bantu yang telah di modifikasi yang dapat meningkatkan hasil pembelajaran gerak dasar melambung bola.

3. Bagi Sekolah

Sebaiknya dijadikan sebagai sumbangan pemikiran di sekolah dalam usaha peningkatan gerak dasar melambung dalam permainan rounders.

4. Pada Peneliti Lain

Pembelajaran gerak dasar melambung masih belum tercapai ketuntasan belajar sebesar 100% atau semua siswa belum mencapai ketuntasan belajar, hal ini dapat diteliti kembali guna menentukan tindakan yang lebih tepat dan menarik agar dapat meningkatkan penguasaan keterampilan gerak dasar melambung bola dalam permainan rounders .