

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Dengan penggunaan media visual berupa gambar pada karton (siklus pertama) dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar roll belakang pada siswa kelas V SDN 1 Restu Rahayu.
2. Dengan penggunaan media visual berupa video yang ditampilkan dan dipraktikkan oleh model dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar roll belakang pada siswa kelas V SDN 1 Restu Rahayu.

B. Saran- Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Kepada para guru pendidikan jasmani, penggunaan bantuan media dalam pembelajaran ini dapat dijadikan sebagai acuan bentuk inovasi pembelajaran gerak dasar roll belakang.
2. Untuk siswa Kelas V SDN 1 Restu Rahayu agar selalu berupaya meningkatkan kemampuan gerak dasar roll belakang.
3. Penelitian ini dapat dilanjutkan dan dikembangkan lebih lanjut dengan model dan pendekatan yang berbeda guna meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar roll belakang di sekolah.

