

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa “ada hubungan antara postur tubuh Dan Keterbelajaran Gerak Pada Siswa Kelas V Dan VI (Usia 10 – 12 Tahun) Sekolah Dasar Negeri 1 Sidosari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2014/2015”.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka beberapa saran yang dapat peneliti berikan antara lain :

1. Hendaknya guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat melakukan aktivitas-aktivitas yang berhubungan dengan perkembangan fisiknya. Karena pada dasarnya perkembangan individu dipengaruhi oleh beberapa faktor dan salah satunya adalah aktivitas yang berhubungan dengan fisik sehingga dapat mempengaruhi tingkat perkembangan siswa tersebut. Program pembelajaran pendidikan jasmani hendaknya memberikan kebebasan memilih bagi siswa dalam melakukan tugas geraknya. Kegiatan-kegiatan dalam pendidikan

jasmani semestinya dilaksanakan dengan bervariasi agar dapat memberikan kepuasan kepada anak bergerak sesuai minatnya, dan dapat memberikan pengalaman yang lebih bermakna kepada anak. Program pendidikan jasmani di sekolah diarahkan pada upaya pengembangan pribadi anak yang menyeluruh.

2. Hendaknya orang tua dan guru Penjas lebih memberikan dukungan kepada siswa yang memiliki perkembangan fisik dalam kategori sedang. Kondisi ini akan dapat ditingkatkan dengan lebih menekankan kepada siswa tersebut untuk lebih banyak melakukan aktivitas fisik yang dapat menunjang perkembangan postur tubuhnya.
3. Untuk peneliti selanjutnya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan terutama penelitian yang berkaitan dengan hubungan antara postur tubuh dengan keterbelajaran gerak pada siswa.