

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Dengan Penggunaan alat bantu matras dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar sikap lilin pada Siswa Kelas V SD N Marga Lestari Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2011/2012.
2. Dengan Penggunaan bantuam teman dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar sikap lilin pada Siswa Kelas V SD N Marga Lestari Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2011/2012.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Kepada para guru pendidikan jasmani, modifikasi pembelajaran ini dapat dijadikan sebagai acuan ke depan dalam proses pembelajaran gerak dasar sikap lilin.

2. Untuk siswa Kelas V SD N Marga Lestari Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2011/2012 agar selalu berupaya meningkatkan gerak dasar sikap lilin.
3. Bagi peneliti lainnya agar penelitian ini kiranya dapat dikembangkan lebih lanjut dalam proses pembelajaran guna meningkatkan hasil belajar gerak dasar sikap lilin.