

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Dengan menggunakan alat bantu matras dalam melakukan gerak dasar kayang pada siklus pertama dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar kayang pada siswa kelas V SD Negeri 4 Tegal Sari Pringsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.
2. Dengan menggunakan bantuan teman dalam melakukan gerak dasar kayang pada siklus pertama dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar kayang pada siswa kelas V SD Negeri 4 Tegal Sari Pringsewu Tahun Pelajaran 2011/2012.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Kepada para guru pendidikan jasmani, alat bantu pembelajaran ini dapat dijadikan sebagai acuan ke depan dalam proses pembelajaran gerak dasar kayang.

2. Untuk siswa Kelas V SD Negeri 4 Tegal Sari Pringsewu Tahun Pelajaran 2011/2012 agar selalu berupaya meningkatkan gerak dasar kayang.
3. Bagi peneliti lainnya agar penelitian ini kiranya dapat dikembangkan lebih lanjut dalam proses pembelajaran guna meningkatkan hasil belajar gerak dasar kayang.