

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Dengan modifikasi alat pembelajaran melalui latihan guling lenting secara berpasangan untuk proses pembelajaran dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar guling lenting pada Siswa Kelas V SD N Sumber Jaya Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2011/2012.
2. Dengan modifikasi alat pembelajaran melalui latihan guling lenting melalui bantuan dua teman untuk proses pembelajaran dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar guling lenting pada Siswa Kelas V SD N Sumber Jaya 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 guling lenting.
2. Untuk siswa Kelas V SD N Sumber Jaya Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2011/2012 agar selalu berupaya meningkatkan gerak dasar guling lenting.
3. Bagi peneliti lainnya agar penelitian ini kiranya dapat dikembangkan lebih lanjut dalam proses pembelajaran guna meningkatkan hasil belajar gerak dasar guling lenting.