

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Dengan penggunaan alat bantu tali karet dalam melakukan gerak dasar lompat tinggi gaya Gunting untuk proses pembelajaran dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar lompat tinggi gaya Gunting pada Siswa kelas V SDN Gedong Air Tanjung Karang Barat Bandar Lampung.
2. Dengan penggunaan alat bantu tali karet dalam melakukan gerak dasar lompat tinggi gaya Gunting untuk proses pembelajaran dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar lompat tinggi gaya Gunting pada Siswa kelas V SDN Gedong Air Tanjung Karang Barat Bandar Lampung.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Kepada para guru pendidikan jasmani, modifikasi alat bantu pembelajaran ini dapat dijadikan sebagai acuan ke depan dalam proses pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya Gunting.
2. Untuk siswa Kelas V SDN Gedong Air Tanjung Karang Barat Bandar Lampung agar selalu berupaya meningkatkan gerak dasar lompat tinggi gaya Gunting.
3. Bagi peneliti lainnya agar penelitian ini kiranya dapat dikembangkan lebih lanjut dalam proses pembelajaran guna meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat tinggi gaya Gunting.