

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data yang dijelaskan pada bab IV, terlihat bahwa *treatment* atau perlakuan pendekatan bermain menggunakan alat pendidikan jasmani modifikasi berpengaruh terhadap keterampilan gerak dasar manipulatif mengalami peningkatan. Dengan demikian dapat disimpulkan sebagai berikut :

Rekonstruksi validitas dan reabilitas tes keterampilan (lempar target) adalah dinyatakan instrument valid dan dengan memiliki tingkat keterandalan cukup baik.

Pendekatan bermain menggunakan alat pendidikan jasmani modifikasi memberikan pengaruh terhadap perkembangan dan peningkatan gerak dasar manipulatif yang terdiri dari melempar, menangkap dan memukul.

B. SARAN

Berdasarkan hasil temuan yang telah diperoleh dari penelitian ini maka terdapat beberapa saran yang dapat penulis kemukakan diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian bahwa pendekatan bermain menggunakan alat pendidikan jasmani modifikasi berpengaruh signifikan terhadap keterampilan gerak dasar, maka bagi guru pendidikan jasmani dianjurkan mengimplentasikan pendekatan ini dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Karena pada dasarnya siswa cenderung lebih mudah jika diberikan pendekatan bermain daripada kegiatan pembelajaran konvensional.
2. Bagi siswa disarankan untuk melakukan aktivitas bermain melalui berbagai permainan, olahraga seperti permainan tradisional, olahraga permainan yang dapat menunjang keterampilan gerak. Tidak hanya untuk terampil pada saat

pembelajaran pendidikan jasmani, namun bermanfaat di kehidupan sehari-hari sepanjang hidup secara alami dalam menghadapi situasi misalkan, menangkap benda yang jatuh secara reflek dan terampil.

3. Bagi FPOK UPI sebagai lembaga akademis dalam bidang pendidikan, olahraga dan kesehatan. diharapkan penelitian ini menjadi sumbangan ilmu pengetahuan yang akan memberikan manfaat bagi semua, yang dipublikasikan melalui media massa baik cetak maupun elektronik.
4. Bagi rekan mahasiswa yang ingin melanjutkan penelitian mengenai peningkatan gerak dasar manipulatif, penulis menganjurkan mencari variabel penelitian yang berbeda, penemuan baru dan lebih relevan serta memiliki manfaat yang lebih dalam hal meningkatkan keterampilan gerak dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
5. Kepada para peneliti berikutnya, agar meneliti lebih lanjut tentang manfaat pendekatan bermain dan modifikasi alat dalam pembelajaran terutama pembelajaran gerak manipulatif untuk pengembangan lebih luas, serta kegunaannya terhadap cabang olahraga lain