

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah dengan penerapan menggunakan konsep bermain atau aktivitas bermain, keterampilan siswa dalam pembelajaran senam lantai khususnya tes senam lantai mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi yang dilakukan guru dengan melakukan tes senam lantai pada saat proses belajar mengajar, menunjukkan adanya peningkatan penilaian senam lantai yang diperoleh siswa dalam hasil tes awal dan setiap siklus selalu meningkat walaupun ada dimana di dalam siklus II tindakan 1 peningkatan hanya memperoleh persentase 0,6% dikarenakan anak merasa jenuh karena tes dilakukan dengan aktivitas bermain. Tetapi pada saat siklus II tindakan 2 tes dilakukan dengan menyisipkan konsep bermain anak menjadi senang kembali dan hasil tes nya pun kembali meningkat secara signifikan.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian ini penulis mempunyai saran-saran yang dapat dipertimbangkan sebagai berikut:

1. Kepada para guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, hasil penelitian ini membuktikan bahwa penerapan pembelajaran melalui konsep bermain ini cukup memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar pada siswa sekolah dasar, sehingga penulis menyarankan untuk menerapkan pembelajaran dengan konsep bermain atau aktivitas permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.
2. Sebelum guru mengajar, terlebih dahulu guru harus memberikan penjelasan yang jelas kepada siswa mengenai langkah pembelajaran yang akan diberikan agar siswa memahami tujuan pembelajaran yang dilakukan oleh guru, sehingga tujuan pembelajaran yang diharapkan oleh guru dan siswa dapat tercapai.

3. Sarana dan prasarana sangat penting dan menjadi salah satu faktor utama dalam menentukan keberhasilan suatu pembelajaran khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani. Untuk itu diharapkan pihak sekolah khususnya, atau semua pihak yang berkepentingan dalam pelaksanaan program pendidikan jasmani dapat turut serta berpartisipasi secara aktif, sehingga dengan adanya ketersediaan fasilitas dan alat pendukung yang memadai, diharapkan bisa menunjang kepada meningkatnya kualitas pembelajaran di sekolah.

Demikian kesimpulan dan saran yang dapat penulis kemukakan, semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan menjadi sumbangsih yang berarti bagi kemajuan pendidikan di Indonesia.