

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan dan dianalisis dari *pre-test* dan *post-test* baik *stork stand*, *hand stand*, dan *head stand* siswa kelas V SDN 032 Tilil, maka didapat hasilnya bahwa terdapat *pengaruh educational gymnastic* PGD posisi statis terhadap keseimbangan siswa saat melakukan tes *stork stand*, tetapi pada saat *hand stand* dan *head stand* tidak terdapat pengaruh *educational gymnastic*. Siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan keseimbangan *hand stand* dan *head stand*.

#### **5.2 Rekomendasi**

Sesuai dengan temuan dan pembahasan penelitian yang dilaksanakan, peneliti ingin memberikan rekomendasi kepada:

1. Guru mata pelajaran pendidikan jasmani diharapkan dapat menerapkan *educational gymnastic* pola gerak dominan kepada siswa, agar siswa dapat meningkatkan keseimbangan.
2. Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan minat belajar *gymnastic* untuk memberikan pembelajaran *gymnastic* secara inovatif dan variasi yang akan diterapkan nanti saat mengajar siswa.
3. Peneliti lain

Adapun saran yang perlu diperhatikan bagi peneliti yang tertarik untuk meneliti tentang *educational gymnastic*:

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan agar mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang berkaitan dengan *educational gymnastic* agar penelitian lebih baik dan lebih lengkap lagi serta kuasai bahasa Inggris agar lebih lengkap untuk mencari referensi yang berbahasa asing.

- b. Peneliti selanjutnya diharapkan agar mempersiapkan diri dengan sebaik mungkin dan juga dan mempersiapkan media yang dipakai serta dibutuhkan rekan untuk membantu dalam pengambilan data.