

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas di SD Negeri 1 Pasirgeulis Siswa Kelas III dapat disimpulkan bahwa dengan menerapkan media audio dan demonstrasi melalui aktivitas senam si buyung kemampuan gerak dasar langkah dan lompat siswa kelas III SD Negeri I Pasirgeulis meningkat sebesar 84.50%.

#### B. Saran

Telah terbukti penerapan media audio dan demonstrasi melalui aktivitas senam si buyung dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, maka penulis sarankan:

1. Bagi guru penjas, dalam memberikan pembelajaran aktivitas senam si buyung, hendaknya guru membuat permainan yang sangat menarik dan lebih bervariasi sehingga siswa termotivasi dan merasa senang dalam mengikuti proses pembelajaran.
2. Dalam kegiatan belajar mengajar guru diharapkan menjadikan penerapan media audio dan demonstrasi melalui aktivitas senam si buyung sebagai suatu alternatif dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa.

3. Karena kegiatan ini sangat bermanfaat khususnya bagi guru dan siswa, maka diharapkan kegiatan ini dapat dilakukan secara berkesinambungan dalam pelajaran Pendidikan Jasmani maupun pelajaran lain.
4. Bagi peneliti lain yang akan melaksanakan penelitian serupa, diharapkan agar lebih disiapkan lagi dengan lebih baik dan lebih matang, baik dari aspek perencanaan maupun dari aspek pelaksanaan dilapangan.