

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

melalui modifikasi alat pembelajaran maka keterampilan gerak dasar rol depan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 05 Kecamatan Kabila Bone Kabupaten Bone Bolangodapat ditingkatkan” dan dapat di terima

5.2 Saran

Dari hasil penelitian ini dapat disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Setiap guru hendaknya menjadikan penelitian tindakan kelas ini sebagai bahan acuan dalam rangka meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa dalam melakukan rol depan.
2. Guru hendaknya kreatif dalam memilih dan memilah metode pembelajaran yang relevan dengan cara belajar siswanya
3. Diharapkan kepada seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan maupun kemampuan gerak dasar siswa, khususnya keterampilan yang berkaitan dengan pembelajaran senam
4. Perlu adanya penelitian lebih lanjut guna lebih memantapkan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar khususnya yang menyangkut dengan senam kependidikan yang dibelajarkan di sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. 2001. *Pembelajaran Senam Di Sekolah Dasar (Sebuah Pendekatan Pembinaan Pola Gerak Dominan)*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Biasworo. 2009. *Seni olahraga da kesehatan pelajar*. PT Gramedia Widiasarana. Indonesia
- Badan Standar Nasional Pendidikan 2007. *Model Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Di Sekolah Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pembinaan Taman Kanak-Kanak dan Sekolah Dasar
- Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). 2006. *Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas I – VI*. Jakarta: Peraturan Menteri Pendidikan Nasional.
- Lutan, 1997, *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta: Depdikbud Ditjen Dikti
- Mukholid. 2006 *pendidikan jasmani dan olahraga*. PT Ghalia Indonesia Printing. Surakarta
- Muchtar, 1995, *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Sekolah Dasar*, Jakarta: Depdikbud Ditjen Dikti
- Roji. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Nilid I kelas VII SMP*. PT Gelora Aksara Pratama. Jakarta
- Simanjuntak, dkk. 2008. *Bahan Ajar Cetak (Pendidikan Jasmani dan Kesehatan)*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.

ABSTRAK

ZABER NIHALI / 831411266 “ Meningkatkan keterampilan Dasar Rol Depan Pada senam Lantai melauai modifikasi alat pembelajaran Terhadap Siswa Kelas IV SDN NEGE 3 Bonepantai. Pembimbing 1. Drs. Ahmad Lamusu M.pd.
11. Zulkifli Lamusu Spd. M.pd

Masalah dalam Penelitian pada olahraga Senam Lantai di SDN 3 Bonepantai. Cara pemecahannya di lakukan dengan menggunakan Metode Demonstrasi. Dalam metode ini Guru memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan Keterampilan Dasar Rol depan secara langsung dengan indikator- indikator yang telah di tetapkan .

Penelitian tindakan Kelas ini bertujuan untuk meningkatkan Keterampilan Dasar Rol Depan . Peningkatan keterampilan siswa melakukan dasar rol depan dikatakan meningkat jika Presentase rata-rata jumlah siswa yang sudah mampu melakukan keterampilan dasar rol depan dapat di tingkatkan minimal 75 %.

Data di ambil dengan menggunakan lembar pengamatan kegiatan guru dan siswa, serta evaluasi terhadap materi yang di ajarkan pada setiap siklus. Kemudian data dianalisa secara kuantitatif ataupun kualitatif . Berdasarkan analisa data maka diketahui bahwa penggunaan metode demonstrasi dapat meningkatkan keterampilan siswa melakukan rol depan, dari observasi awal 149.66 % menjadi 68.1 % pada siklus 1.

Kesimpulan yang ditarik dari hasil penelitian adalah metode demonstrasi mempunyai pengaruh positif terhadap kemampuan siswa dalam melakukan rol depan, Pengaruh ini dapat dilihat peningkatan hasil penguasaan siswa dari observasi awal 49,66% siklus 1 68,1 % meningkat menjadi 78 ,4% pada siklus 11.