

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti diperoleh kesimpulan bahwa:

1. Pendekatan bermain dapat meningkatkan proses pembelajaran guling depan dan meningkatkan kemampuan guling depan siswa.
2. Dari penilaian proses pembelajaran guling depan meningkat dari semua indikator yang terdapat pada instrumen proses pembelajaran sudah mencapai skor rata-rata siklus I adalah 65
3. Rata-rata siklus II adalah 86. Persentase kelulusan siklus I adalah 43% sedangkan siklus II meningkat menjadi 100%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti mengajukan beberapa saran, yaitu:

1. Siswa : agar selalu bersungguh-sungguh dan konsentrasi dalam mengikuti pembelajaran guling depan ataupun pelajaran pendidikan jasmani lainnya.
2. Guru Pjok : Guru hendaknya dapat membiasakan penggunaan pendekatan bermain pada pelajaran pendidikan jasmani karena dapat mengaktifkan siswa pada proses pembelajaran.

3. Kepala Sekolah : Penggunaan pendekatan bermain hendaknya dapat menjadi salah satu upaya untuk mengembangkan sekolah ke arah yang lebih baik terutama kualitas pembelajaran.
4. Pemerintah : Pendekatan bermain hendaknya pemerintah dapat menjadi salah satu upaya untuk mengembangkan siswa-siswi ke arah yang lebih baik terutama kualitas pembelajaran
5. Peneliti Selanjutnya : Penelitian mengenai penggunaan pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani hendaknya lebih dikembangkan dengan menerapkan pada materi yang lain.