

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil *pre-test* Gerak Dasar Lokomotor diatas dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam pembelajaran materi Gerak Dasar Lokomotor masih rendah. Dimana data *pre-test* kemampuan gerak dasar lokomotor siswa kelas III A SD Negeri 106160 Tanjung Rejo Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang memperoleh nilai maksimum 180; nilai minimum 90; nilai rata-rata 128,1 serta standart deviasi (simpangan baku) 20,39. Dan setelah diberi perlakuan menggunakan metode pembelajaran bermain tampak ada peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor dari siswa tersebut. Hal ini dapat dilihat dari hasil data *post-test* kemampuan gerak dasar lokomotor siswa kelas III A SD Negeri 106160 Tanjung Rejo Kec.Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang yaitu diperoleh data nilai maksimum 200; nilai minimum 100; nilai rata-rata 147,2 serta nilai standart deviasi (simpangan baku) 20,83.

Berdasarkan hal tersebut diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Metode Pembelajaran Bermain dapat meningkatkan Gerak Dasar Lokomotor Siswa Kelas III A SD Negeri 106160 Tanjung Rejo Kec.Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2012/2013.

## B. Saran

Sebagai saran dapat diberikan peneliti sebagai berikut :

1. Disarankan pada Guru Pendidikan Jasmani SD Negeri 106160 Tanjung Rejo Kec.Percut Sei Tuan untuk menggunakan Metode Pembelajaran Bermain sebagai metode pembelajaran untuk memperbaiki Gerak Dasar Lokomotor siswa.
2. Kepada Guru Pendidikan Jasmani diharapkan mampu memanfaatkan peralatan yang ada dan dapat digunakan sebagai media serta mampu memodifikasi peralatan yang ada dan terus berinovasi dalam menggunakan metode-metode pembelajaran dalam proses pembelajaran.
3. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian coba menggunakan Metode Pembelajaran Bermain untuk dicoba dengan materi lainnya.
4. Penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan bagi peneliti yang ingin mengangkat judul yang menyangkut penelitian ini.