

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah dari pembahasan diatas analisis yang dilakukan maka penelitian ini dapat ditarik suatu kesimpulan yaitu:

1. Pola gerak Lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 70/V Lubukpada gerak lokomotor jalan memiliki kategori cukup dengan rentang 5-6 sebanyak 16 orang dengan persentasi 52%, pada gerak lokomotor lari memiliki kategori kurang dengan interval 5 sebanyak 15 orang dengan persentasi 48%, pada gerak lokomotor melompat memiliki kategori cukup dengan rentang 5-6 sebanyak 17 orang dengan persentasi 55%.
2. Kurangnya pola gerak Lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 70/V Lubuk Terap, yaitu waktu belajar di jadikan dalam satu hari, sehingga waktu hanya sedikit, selain itu fasilitas yang ada di sekolah ini masih tergolong sangat kurang khususnya olahraga.
3. Kesalahan pada saat melakukan gerak lokomotor yaitu: 1) peserta didik saat berlari belum mampu bereaksi secara cepat terhadap rangsangan yang diberikan sehingga untuk mencapai memerlukan waktu yang lama, 2) peserta didik belum mampu merubah arah posisi secara cepat, 3) keseimbangan yang kurang dapat dilihat saat peserta didik melakukan jalan diatas tumpukan batu bata masih sering jatuh, 4) ketertarikan yang dimiliki peserta didik kurang, hal ini terlihat dari antusias yang ditunjukkan saat proses pembelajaran.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian didapat saran antara lain yaitu:

1. Indikator penelitian dapat dikembangkan menjadi lebih banyak untuk mengukur keterampilan gerak dasar.
2. Keterampilan gerak dasar pada anak harus di stimulasi untuk menghasilkan gerak yang optimal, dan dilakukan peneliti lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih banyak