

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Dari sistem informasi senam lantai, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

Dengan dibuatkannya aplikasi senam lantai siswa dapat mudah untuk mempelajari gerakan-gerakan senam lantai tanpa harus mempelajari teori terlebih dahulu. Selain itu, dengan adanya aplikasi yang penulis buat siswa dapat memperoleh pengetahuan lebih tentang senam lantai. Khususnya, siswa dapat mempraktekan langsung senam lantai dengan melihat video yang ada pada aplikasi. Di sisi lain juga dapat menjaga kesehatan bagi guru dan siswa dalam menjalani pola hidup sehat di kehidupan sehari-hari.

5.2 Saran

Saran – saran yang berguna untuk pengembangan lebih lanjut terhadap senam lantai adalah sebagai berikut:

1. Diperlukan adanya sebuah metode untuk mengatasi masalah, pengetahuan informasi terhadap senam lantai.
2. Untuk pengembangan selanjutnya dalam menggunakan sistem informasi senam lantai ini, diperlukan adanya pemahaman pengetahuan terhadap senam lantai.