

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Dari hasil analisis dan pembahasan pada Bab IV menunjukkan bahwa pembelajaran senam lantai tehnik dasar roll depan dengan menggunakan media audio visual dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Metode ini memudahkan siswa menghafal dan mengingat gerakan. Pembelajaran yang diberikan secara menarik telah membangkitkan semangat kebersamaan antar siswa dan memperbanyak berlatih sehingga menambah waktu belajar dan waktu latihan.

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa melalui media audio visual dapat meningkatkan kemampuan tehnik dasar roll depan pada siswa kelas V SDIT Mutiara Baru Kota Bekasi. Peningkatan ini terlihat dari 3 aspek, yakni : (1) Aspek Afektif, (2) Aspek Kognitif, (3) Aspek Psikomotor. Aspek Afektif nilai rata-rata prasiklus adalah 73, pada siklus I meningkat menjadi 75, dan pada siklus II meningkat menjadi 78. Aspek kognitif nilai rata-rata awal atau prasiklus adalah 74, pada siklus I meningkat menjadi 75, dan pada siklus II meningkat menjadi 78. Aspek psikomotor dari aktivitas belajar senam lantai tehnik dasar roll depan kelas V SDIT Mutiara Baru kota Bekasi. Terbukti dari 30 siswa yang aktivitasnya kurang baik pada kegiatan prasiklus dengan rata-rata skor 71, pada siklus I meningkat menjadi 74,6 dan pada skhir siklus II menjadi 77,4. Prestasi belajar senam lantai tehnik dasar roll depan kelas V SDIT Mutiara Baru Kota Bekasi. Terbukti ada peningkatan persentase ketuntasan belajar siswa dari 40% pada kegiatan prasiklus menjadi 80% pada siklus I dan meningkat menjadi 93,33% pada akhir siklus II.

## **B. SARAN**

Setelah melakukan penelitian, penulis merasakan adanya perubahan siswa terutama dalam pembelajaran penjasorkes khususnya materi senam lantai roll depan dengan media audio visual. Dengan membimbing siswa, maka kelebihan-kelebihan metode ini bisa dimaksimalkan, dan kekurangan-kekurangan bisa di minimalisir.

Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti merasa perlu memberikan masukan kepada para guru untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang penerapan strategi belajar dengan menggunakan metode media audio visual yang tepat dengan materinya, sehingga pembelajaran lebih menarik dan kreatif. Dalam hal ini peneliti menyarankan untuk :

1. Bagi guru yang mengalami kesulitan dalam meningkatkan pembelajaran senam lantai, melalui metode menggunakan media audio visual ini yang diajarkan guru dengan memperlihatkan video pembelajaran secara bertahap dari tahap pertama hingga tahap terakhir dan dilakukan dengan berkelanjutan secara berulang-ulang supaya siswa lebih paham dan dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk pembelajaran senam lantai tehnik roll depan.
2. Kepada pengelola sekolah, hasil penelitian ini hendaknya dapat digunakan sebagai dasar penentuan kebijakan yang berkaitan dengan modifikasi dan inovasi pembelajaran sebagai upaya pengembangan profesi guru dan peningkatan kualitas pembelajaran dengan melengkapi sarana dan prasarana yang menunjang pelaksanaan pembelajaran.
3. Penggunaan metode tersebut hendaknya dikembangkan dan dilaksanakan dalam proses pembelajaran di SD agar senam lantai siswa lebih baik. Konsekuensinya guru harus menyiapkan alat-alat yang diperlukan untuk pembelajaran dengan media audio visual dengan baik, agar pembelajaran semakin variatif dan menyenangkan.

4. Dengan meningkatkan aktivitas siswa melakukan pembelajaran, maka dalam pembelajaran para siswa dihadapkan dengan materi latihan terstruktur.
5. Hambatan-hambatan dalam pembelajaran penggunaan metode media audio visual dapat diminimalisir melalui perencanaan yang baik.