

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan seperti yang diuraikan pada Bab sebelumnya, diketahui persentase siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Kota Kupang yang tuntas (NA tes ketrampilan melakukan gerakan guling belakang > 75) pada siklus 1 hanya 64,2%. Namun, persentase ketuntasan belajar siswa meningkat menjadi 86,32% pada siklus 2. Hal tersebut menjelaskan bahwa persentase siswa kelas VIII A yang tuntas semakin baik setelah siswa diberi tindakan berupa pembelajaran senam lantai guling belakang melalui penerapan media audio-visual.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan media audio-visual dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang Tahun Ajaran 2022/2023.

B. Saran

Beberapa saran yang dapat dikemukakan berkaitan dengan proses dan hasil penelitian ini adalah:

1. Bagi siswa
 - a. Harus disiplin mengikuti pembelajaran, yang ditunjukkan dengan aktif menjalankan instruksi guru agar siswa giat belajar dan berlatih melakukan gerakan guling belakang.

siswa. Hal tersebut dikarenakan sarana dan prasarana yang memadai dapat membangkitkan minat siswa dalam belajar dan mempermudah pencapaian tujuan pembelajaran.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam upaya menyelenggarakan kegiatan penelitian serupa dikemudian hari. Namun, penelitian yang hendak menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi harus dapat memperbaiki berbagai kekurangan yang ada dalam penelitian ini, sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih baik lagi.