

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka diperoleh kesimpulan bahwa penerapan gaya latihan dapat meningkatkan hasil belajar *guling ke depan* senam lantai siswa di kelas XI IA SMA Negeri 2 Lubuk Pakam. Hal ini terbukti:

1. Banyak siswa yang mencapai KKM pada saat *pre-test* adalah 14 siswa (36.48), meningkat menjadi 22 siswa (57.89%) pada siklus I dan meningkat menjadi 34 siswa (89.47%) pada siklus II.
2. Hasil penelitian, pada saat *pre test* sebelum diberikan tindakan diperoleh nilai rata-rata kelas sebesar 67.72 dengan ketuntasan klasikal 14 siswa atau 36.84% dikatakan belum berhasil baik secara individu maupun secara keseluruhan. Setelah pemberian tindakan melalui penerapan gaya latihan yang dilakukan peneliti pada siklus I diperoleh nilai rata-rata kelas menjadi 72.11 dengan ketuntasan belajar siswa dari 38 siswa sebesar 57.89%. Hasil tes pada siklus II diperoleh nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 89.47 dengan ketuntasan belajar meningkat sebesar 31.58%.

B. Saran

Sebagai saran yang dapat ⁶⁸ peneliti adalah sebagai berikut:

1. Disarankan kepada guru pendidikan jasmani SMA Negeri 2 Lubuk Pakam untuk mempertimbangkan penggunaan gaya latihan senam lantai dalam senam lantai, karena hal ini dapat membangkitkan semangat belajar siswa
2. Kepada para teman-teman mahasiswa FIK UNIMED untuk mencoba melakukan model Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan strategi dan metode pembelajaran lain.
3. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan menggunakan gaya mengajar kiranya mencoba dengan materi pelajaran yang lainnya.



THE
Character Building
UNIVERSITY