

## 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 AV 3 SMK Negeri 1 Percut Sei Tuan. Hal ini terbukti :

1. Banyak siswa yang mencapai KKM pada data awal 14 siswa (46,67), meningkat menjadi 24 siswa (80%) pada siklus I dan meningkat menjadi 26 siswa (86,67%) pada siklus II.
2. Hasil penelitian, pada data awal sebelum di berikan tindakan diperoleh nilai rata-rata kelas sebesar 69,72 dengan ketuntasan klasikal 14 siswa atau (46,67%) dikatakan belum berhasil baik secara individu maupun secara keseluruhan. Setelah pemberian tindakan melalui penerapan gaya latihan yang dilakukan peneliti pada siklus I nilai rata-rata kelas menjadi 77,50 dengan ketuntasan belajar siswa dari 30 siswa sebesar (80%). Hasil tes pada siklus II nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 83,06 dengan ketuntasan belajar meningkat sebesar (86.67%).

## **Saran**

Sebagai saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Gaya mengajar latihan dapat dijadikan alternatif bagi guru untuk diterapkan dalam pembelajaran senam lantai guling ke depan senam lantai.
2. Penerapan gaya latihan dalam pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya menyesuaikan karakter kegiatan pembelajaran dengan karakter siswa. Gaya latihan juga menciptakan siswa menjadi produktif, inovatif, kreatif dan afektif.
3. Kepada teman-teman FIK UNIMED agar dapat mencoba Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan gaya mengajar latihan.