

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari data rata-rata dan persentase hasil proses pembelajaran kayang dapat disimpulkan bahwa materi kayang melalui variasi pembelajaran seperti tutor sebaya dengan bertumpuh di dinding, dan bantuan teman dapat memberikan pengaruh secara signifikan terhadap proses pembelajaran dalam materi kayang bagi siswa kelas X SMA Swasta Eria Medan dengan nilai rata-rata pada kondisi 72 % (Tidak meningkat), pada pelaksanaan pos-test I nilai rata-rata siswa tes awal meningkat menjadi 50% (Tidak meningkat), dan pada pelaksanaan pos-test II nilai rata-rata siswa telah mencapai 86,84% (Meningkat). Dari hasil variasi pembelajaran diatas maka hasil pembelajaran meningkat.

#### B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti menyarankan :

1. Agar guru Pendidikan Jasmani hendaknya pelaksanaan kayang pembelajaran senam lantai disajikan dalam bentuk variasi pembelajaran.
2. Agar siswa SMA Swasta Eria Medan untuk lebih giat dan bersemangat dalam menyerap materi khususnya kayang pada pembelajaran senam lantai.
3. Agar guru Penjas di sekolah memperhatikan dan mengembangkan metode mengajar yang lebih baik.