

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka kesimpulan dari penelitian adalah sebagai berikut:

1. Metode bagian berpengaruh terhadap hasil pembelajaran keterampilan *handstand* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Cianjur.
2. Metode keseluruhan berpengaruh terhadap hasil pembelajaran keterampilan *handstand* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Cianjur.
3. Ada perbedaan pengaruh antara metode bagian dengan metode keseluruhan, metode bagian memberikan pengaruh yang lebih signifikan dibandingkan dengan menggunakan metode keseluruhan terhadap hasil pembelajaran keterampilan *handstand* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Cianjur.

B. SARAN

Berdasarkan hasil temuan yang telah diperoleh dari penelitian ini maka terdapat beberapa saran yang dapat penulis kemukakan diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian bahwa metode bagian memberikan pengaruh yang lebih signifikan dibandingkan metode keseluruhan terhadap hasil pembelajaran keterampilan *handstand*, maka bagi guru pendidikan jasmani dianjurkan menerapkan metode bagian dalam proses pembelajaran senam karena dalam proses belajar mengajarnya diberikan secara bertahap yaitu dari gerakan ke gerakan lainnya.
2. Bagi lembaga, diharapkan penelitian ini menjadi sumbangan ilmu pengetahuan yang akan memberikan manfaat bagi semua.
3. Bagi rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian mengenai penguasaan gerak pada pembelajaran senam irama, penulis menganjurkan mencari variabel penelitian yang berbeda dan lebih relevan serta memiliki

manfaat yang lebih dalam hal meningkatkan penguasaan gerak pada pembelajaran *handstand*.

Kepada para peneliti berikutnya, agar meneliti lebih lanjut tentang manfaat metode bagian dan metode keseluruhan dalam pembelajaran terutama pembelajaran senam senam untuk pengembangan lebih luas, serta kegunaannya terhadap cabang olahraga lainnya.