

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil Penelitian Tindakan Kelas yang dilakukan dalam dua siklus ini, dapat disimpulkan bahwa aktivitas *pound fit* efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran senam irama pada siswa kelas VII SMP Negeri 9 Bandung. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan rata-rata minat belajar siswa dari 63,25% di pra siklus, 72,36% di siklus I, dan 80,79% pada siklus II.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa aktivitas *pound fit* mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, interaktif, dan membangkitkan ketertarikan siswa terhadap materi senam irama. Selain itu, kegiatan ini mendorong siswa untuk lebih aktif secara fisik, kreatif dalam menciptakan gerakan, dan terlibat secara emosional dengan proses pembelajaran. Dengan tercapainya indikator keberhasilan yaitu 80% dari skor maksimal kuesioner atau setara dengan 76,80% dan menunjukan peningkatan dari hasil pra siklus sebagai *base line*-nya maka penelitian ini dinyatakan berhasil dan cukup dilaksanakan sampai siklus II.

5.2 Saran

Sebagai tindak lanjut dari temuan dalam penelitian ini, saran-saran berikut disampaikan pada pihak-pihak terkait:

- a) Bagi guru PJOK, disarankan untuk menggunakan aktivitas *pound fit* sebagai salah satu alternatif media pembelajaran dalam materi senam irama, karena terbukti dapat meningkatkan minat belajar siswa serta menjadikan proses belajar lebih menyenangkan dan aktif.
- b) Bagi Siswa, diharapkan dapat terus mempertahankan semangat dan minat belajar dalam aktivitas pembelajaran jasmani, serta memanfaatkan pembelajaran seperti *pound fit* untuk mengembangkan kreativitas dan kesehatan jasmani secara seimbang.
- c) Bagi Sekolah, sekolah dapat mendukung pengembangan media

pembelajaran inovatif seperti *pound fit* dengan menyediakan fasilitas penunjang seperti *speaker*, stik, dan ruang yang cukup untuk praktik gerak berirama.

- d) Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk mengembangkan penelitian serupa pada jenjang kelas yang berbeda, materi lain dalam PJOK, atau mengukur dampak aktivitas *pound fit* terhadap aspek lain seperti kebugaran jasmani atau kerja sama kelompok.