

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah dengan penggunaan media audio visual dalam pembelajaran senam lantai khususnya keterampilan guling depan mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi yang dilakukan guru dengan melakukan tes guling depan setelah proses pembelajaran selesai, menunjukkan adanya peningkatan rata-rata penilaian pembelajaran senam lantai yang diperoleh siswa dalam hasil tes awal dan setiap siklus selalu meningkat dari mulai hasil tes awal berlanjut ke siklus I dan siklus II.

Pada hasil tes awal untuk keterampilan guling depan memperoleh skor rata-rata sebesar 43%, siklus I tindakan 1 memperoleh skor rata-rata sebesar 49%, siklus I tindakan 2 memperoleh skor rata-rata sebesar 60%. Walaupun hasil tes pada siklus ini mengalami peningkatan dari hasil tes awal, peneliti ingin melihat seberapa besar peningkatan yang dihasilkan untuk pembelajaran selanjutnya. Maka peneliti memutuskan penelitian dilanjutnya ke siklus II tindakan 1. Pada hasil tes siklus II tindakan 1 memperoleh skor rata-rata 72%. Karena skor rata-rata siswa pada siklus II tindakan 1 ini sudah melebihi 70%, dan skor yang didapat siswa sudah mengalami peningkatan yang sangat baik, maka peneliti merasa penelitian ini dianggap cukup dan, untuk tindakan 2 pun tidak dilakukan.

V.2 Rekomendasi

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian, penulis mencoba menyampaikan beberapa rekomendasi. Rekomendasi-rekomendasi ditujukan terutama kepada para guru Pendidikan Jasmani maupun peneliti selanjutnya. Beberapa saran yang ingin disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Penggunaan media audio visual dapat dijadikan suatu alternatif bagi guru Pendidikan Jasmani dalam suatu pembelajaran, khususnya pembelajaran senam lantai. Penggunaan media audio visual ini dapat memotivasi siswa terhadap proses pembelajaran dan hasil pembelajaran siswa agar lebih baik

dan efektif, sehingga dapat memudahkan siswa untuk memunculkan ide atau keterampilan yang mereka miliki, selain itu juga siswa terlihat antusias dalam pelaksanaan pembelajaran, dikarenakan pembelajaran yang mereka ikuti menyenangkan dan tugas gerak harus mereka lakukan dianggap tidak terlalu sulit

2. Sebelum guru mengajar, terlebih dahulu guru harus memberikan penjelasan yang jelas kepada siswa terhadap langkah pembelajaran dengan penggunaan media audio visual, agar siswa memahami tujuan pembelajaran yang dilakukan guru, sehingga tujuan pembelajaran yang diharapkan guru dan siswa bisa tercapai.
3. Sarana dan prasarana sangat penting dan menjadi salah satu faktor penentu dalam keberhasilan suatu pembelajaran khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani. Untuk itu diharapkan dari pihak sekolah khususnya, masyarakat, dan semua pihak yang berkepentingan dalam pelaksanaan program Pendidikan Jasmani dapat turut serta berpartisipasi secara aktif dalam membantu kinerja para guru Pendidikan Jasmani di sekolah. Sehingga dengan adanya ketersediaan fasilitas dan alat pendukung yang memadai, diharapkan bisa menunjang terhadap peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah.
4. Peneliti mengharapkan penerapan pengajaran dengan penggunaan media audio visual ini sebaiknya tidak hanya diterapkan pada materi senam lantai saja, tetapi bisa diterapkan pada materi yang lain yang sekiranya guru bisa menerapkannya pada saat pembelajaran berlangsung.