

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Proses pembelajaran senam lantai guling belakang melalui media Audio Visual dan konvensional dapat menunjukkan peningkatan dan pengaruh terhadap hasil belajar senam lantai guling belakang siswa.
2. Proses pembelajaran senam lantai guling belakang melalui media Audio Visual dapat menunjukkan peningkatan hasil belajar senam lantai guling belakang yang lebih baik dan signifikan dibandingkan dengan proses pembelajaran senam lantai guling belakang melalui pembelajaran yang konvensional (tidak menggunakan media Audio Visual).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Dalam suatu proses pembelajaran terutama dalam pembelajaran keterampilan yang membutuhkan gerakan-gerakan sebaiknya pembelajaran tersebut dibantu dengan alat bantu seperti media Audio Visual karena hal ini akan lebih memudahkan guru untuk menyampaikan materi dan siswa pun dapat memahami gerakan demi gerakan dan penjelasan materi yang dapat dimengerti dengan mudah.
2. Kepada rekan yang akan melakukan penelitian tentang pengaruh media pembelajaran sebaiknya lebih mencari lagi media-media pembelajaran yang lebih memasyarakat, efisien, mudah di dapat bagi guru dan lebih mudah dipahami oleh siswa, hal ini Karena media Audio Visual memerlukan peralatan yang terbilang tidak semua sekolah memilikinya, sehingga hal tersebut akan menjadi hambatan dalam penelitian rekan-reka. Hal ini semata-mata demi kemajuan pendidikan khususnya pendidikan jasmani.

3. Mengacu kepada hasil penelitian ini maka sebaiknya dalam suatu proses pembelajaran senam lantai guling belakang guru dapat memanfaatkan media-media pembelajaran yang semakin hari semakin berkembang seperti media Audio Visual karena dari hasil penelitian ini proses pembelajaran senam lantai guling belakang melalui media Audio Visual dan hasil belajar tersebut lebih unggul dari pada proses pembelajaran yang konvensional (tidak menggunakan media Audio Visual).

