

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengolahan dan analisis data yang telah dikemukakan pada Bab IV, tentang peningkatan keterampilan guling depan pada proses belajar mengajar senam melalui pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) di SD Negeri Margahayu Raya 01. Maka penulis dapat menyimpulkan bahwa

1. Terdapat peningkatan terhadap keterampilan guling depan pada proses belajar mengajar senam melalui pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) di SD Negeri Margahayu Raya 01.
2. Terdapat peningkatan terhadap kepercayaan diri siswa dalam melakukan guling depan pada proses belajar mengajar senam melalui pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) di SD Negeri Margahayu Raya 01.
3. Terdapat peningkatan pemahaman siswa dalam melakukan guling depan pada proses belajar mengajar senam melalui pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) di SD Negeri Margahayu Raya 01.
4. Terdapat peningkatan terhadap kemampuan siswa menjawab pertanyaan tentang tahapan melakukan guling depan yang benar pada proses belajar mengajar senam melalui pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) di SD Negeri Margahayu Raya 01.

B. Saran

Saran-saran yang dapat penulis kemukakan berkaitan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan keterampilan guling depan siswa, seyogianya guru penjas bisa menerapkan pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) dalam proses belajar mengajar.

2. Melalui model pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) siswa lebih bersemangat dan aktif dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Untuk meningkatkan rasa percaya diri serta untuk meningkatkan pemahaman siswa menjadi lebih baik tentang materi senam lantai (guling depan), seyogianya guru penjas dapat menerapkan pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) dalam pembelajaran.