

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa penerapan alat bantu rol belakang di SMP Negeri 3 Lembang dapat meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya kelas VIII. E. Hal ini ditunjukkan dengan hasil tindakan yang dilakukan melalui 2 siklus penelitian yang sebelumnya dilaksanakan tahap pra observasi yaitu sebelum menerapkan dengan alat bantu yang dijadikan sebagai perbandingan ketika siklus dilaksanakan yaitu dengan menerapkan alat bantu. Siswa dalam setiap siklus menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa, sehingga penelitian dianggap berhasil.

B. Saran

Setelah memperhatikan kesimpulan diatas maka selanjutnya peneliti memberi saran sebagai berikut:

1. Sebelum memulai pembelajaran baiknya guru membuat perencanaan materi ajar yang menarik dan banyak modifikasi dalam pembelajaran agar siswa tidak merasa tegang dan menarik minat siswa untuk aktif, Terutama ditekankan modifikasi pembelajaran dengan alat untuk materi-materi yang dianggap sulit bagi siswa
2. Mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan kebutuhan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani seperti sarana dan prasarana sebelum melakukan pembelajaran harus sudah dipersiapkan, agar tidak banyak waktu yang terbuang, karena untuk materi senam membutuhkan waktu yang lebih lama karena prosesnya dilakukan perindividu tidak berkelompok.
3. Dalam pembelajaran ini guru hendaknya mengkondisikan siswanya agar terciptanya proses pembelajaran yang kondusif, efektif, dan efisien. Tidak lupa agar dalam setiap pelaksanaannya senantiasa mendampingi dan mengontrol selama proses pembelajaran.

4. Pembelajaran senam lantai pada materi rol belakang dengan metode menerapkan alat bantu diharapkan bisa menjadi alternatif bagi guru PJOK untuk diterapkan dalam pembelajaran.
5. Ketika menemui siswa yang terlihat kurang aktif serta melakukan tugas gerak dengan asal-asalan pemberian motivasi serta pendekatan antara guru dengan siswa yang bersangkutan diharapkan bisa meningkatkan antusiasme serta minat siswa untuk melaksanakan pembelajaran dengan baik. Dengan demikian minat dan partisipasi aktif siswa selama mengikuti pembelajaran meningkat.
6. Buatlah situasi pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa yang dapat membuat guru dan siswa berbaur bersama-sama menjadi satu dalam pembelajaran, guru harus bisa menjadi sosok teman untuk siswa ketika pembelajaran berlangsung agar tercipta situasi pembelajaran yang lebih bersahabat.