

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan bahwa simpulan dari penelitian yang diperoleh korelasi positif antara tingkat kecemasan dengan hasil belajar senam lantai gerakan meroda.

#### **B. Saran**

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan. Selanjutnya penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi para guru, dalam pembelajaran senam lantai materi gerakan meroda hendaknya memperhatikan aspek psikologis khususnya dalam hal tingkat kecemasan siswa, karena kecemasan akan mempengaruhi hasil belajar.
2. Bagi para guru, baik pengajar pendidikan jasmani dan pembaca pada umumnya agar mencoba untuk menerapkan gaya dan strategi mengajar yang bisa menekan kecemasan siswa dalam mengikuti materi apapun dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Demikian kesimpulan dan sumbangan saran yang dapat penulis kemukakan, semoga hasil penelitian ini dapat berguna dan memberikan manfaat bagi pengembangan pendidikan jasmani disekolah.