

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

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

1. Gaya mengajar resiprokal memberikan pengaruh terhadap penguasaan keterampilan dasar senam lantai guling belakang.
2. Gaya mengajar komando memberikan pengaruh terhadap penguasaan keterampilan dasar senam lantai guling belakang.
3. Gaya mengajar komando memberikan hasil yang lebih baik dan lebih signifikan dibandingkan dengan gaya mengajar resiprokal terhadap penguasaan keterampilan dasar senam lantai guling belakang.

B. SARAN

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

1. Dalam suatu pembelajaran penjas terutama penguasaan keterampilan dasar suatu keterampilan sebaiknya di ajarkan dengan gaya mengajar komando karena didalam proses pembelajaran penjas tingkat keselamatan dan kenyamanan perlu diutamakan, dan gurulah yang berperan penting didalam pembelajaran tersebut.
2. Guru pendidikan jasmani harus mengetahui berbagai macam gaya mengajar, karena dalam menyampaikan suatu bahan materi ajar harus disesuaikan dengan gaya mengajarnya agar tujuan dari bahan materi yang di ajarkan dapat tercapai.
3. Sebaiknya dalam pembelajaran keterampilan senam lantai yaitu guru sebagai pengajar menggunakan gaya mengajar komando, karena dari hasil penelitian penguasaan keterampilan dasar senam lantai terutama guling belakang memberikan hasil yang lebih baik dan lebih signifikan di bandingkan menggunakan gaya mengajar resiprokal.