

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1. Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Latihan dengan menggunakan metode bagian dan keseluruhan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan roll depan.
2. Besar pengaruh metode bagian dan keseluruhan dalam meningkatkan kemampuan siswa melakukan roll depan adalah sebesar 54.17% sedangkan sisanya sebesar 45.83% dipengaruhi oleh faktor lain.

#### **5.2. Saran**

Berdasarkan kesimpulan, penulis menyarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Dalam rangka meningkatkan kemampuan siswa melakukan roll depan, sebaiknya digunakan metode bagian dan keseluruhan
2. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan memperhatikan jenis-jenis latihan lain yang sekiranya dapat meningkatkan kemampuan siswa melakukan roll depan.

