

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Simpulan**

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan hipotesis tindakan yaitu melalui metode pembelajaran yang tepat maka gerakan meroda siswa kelas VIII<sup>B</sup> di SMP 3 Kota Gorontalo Meningkat.
2. Adapun hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya siklus pertama untuk (1) Sikap awal di mana keterampilan siswa sebesar 82,75%, (2) Gerakan lanjutan 17,24%, dan (3) Sikap akhir 31,03%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa belum seuruhnya memiliki gerakan meroda sesuai harapan terutama pada gerakan lanjutan dan gerakan akhir. Akan tetapi, bertolak belakang dengan sikap awal dimana telah mencapai standar indikator kinerja bahkan sudah melebihinya, ini menggambarkan bahwa keberhasilan pada komponen satu atau sikap awal lebih signifikan dibandingkan komponen dua dan tiga atau gerakan lanjutan.
3. Selanjutnya pada siklus ke dua (1) Sikap awal peningkatannya sebesar 96,55%, (2) Gerakan lanjutan 75,86%, dan (3) Sikap akhir 75,86%. Berdasarkan peningkatan-peningkatan yang terjadi pada siklus ke dua ini maka dapat disimpulkan bahwa dengan pemilihan metode pembelajaranyang tepat maka beberapa komponen gerak dasar siswa dalam meroda dimaksud meningkat, alasannya karena dalam penggunaan metode pembelajaran yang tepat dapat mempermudah siswa dalam penguasaan materi atau teknik-teknik dasar yang di berikan oleh guru atau peneliti.

#### **5.2 Saran**

Dari hasil penelitian ini dapat disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Setiap guru hendaknya menjadikan penelitian tindakan kelas ini sebagai bahan acuan dalam rangka meningkatkan gerak dasar siswa khususnya gerakan meroda dalam senam lantai.

2. Guru hendaknya kreatif dalam memilih metode pembelajaran yang tepat guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan agar dapat mempermudah siswa untuk memahami dan menguasai materi yang diberikan oleh guru.
3. Diharapkan kepada seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan maupun kemampuan gerak dasar siswa, khususnya siswa di sekolah dasar.
4. Untuk lebih meningkatkan kualitas dari pada pembelajaran dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, guru kiranya perlu untuk mengembangkan kembali hasil penelitian tersebut dengan tujuan untuk memperbaiki hal-hal yang masih sangat kurang pada hasil penelitian ini.
5. Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan model, metode maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangannya.
6. Guru harus mengetahui masing-masing kelebihan dan kekurangan model, metode, strategi bahkan media pembelajaran yang akan di gunakan di lapangan.