

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut : pada pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya gerak dasar guling lenting dengan menggunakan metode bagian siswa dapat mengetahui gerakan demi gerakan pada saat melakukan guling lenting, dimana dari observasi awal dari jumlah siswa 13 orang, yang termasuk kategori kurang 15 orang yaitu dari seluruh jumlah siswa, hasil yang dicapai pada observasi awal dengan nilai rata-rata 38,47%. Pada siklus I yang termasuk kategori cukup 10 orang, dan kategori kurang 3 orang, sehingga hasil yang di capai rata-rata 53,05%. Pada siklus II termasuk kategori baik 13 orang, sehingga hasil yang di capai pada siklus II yaitu dengan nilai rata-rata 81,55%.

Dengan demikian dapat di simpulkan bahwa metode bagian dapat meningkatkan gerak dasar guling lenting siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Integral Hidayatullah, dengan hasil tersebut maka penelitian ini di nyatakan tuntas dengan hipotesis dapat di terima.

## **5.2 Saran**

Dari hasil penelitian ternyata metode bagian mempunyai pengaruh positif terhadap kemampuan siswa dalam gerak dasar guling lenting pada olahraga senam. Sehingga penelitian ini dapat memotivasi guru untuk lebih aktif, dan kreatif dalam melaksanakan proses belajar mengajar, yang bisa menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan bagi peserta didik.



## DAFTAR PUSTAKA

- Chandra, Sodikin.** 2010.*Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMP/MTS kelas VII*.PT. Arya Duta, Surabaya.
- Chandra, Sodikin .** 2010.*Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMP/MTS kelas VII*.PT. Arya Duta, Surabaya.
- Kadir Fitran dan Ariyati.**2014.*pengaruh metode pembelajaran bagian terhadap hasil belajar bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Satap Bilahu.*
- Kadir Fitran dan Ariyati.**2014.*pengaruh metode pembelajaran bagian terhadap hasil belajar bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Satap Bilahu.*
- Khasanah Umi dan Sugiyanto.** 2010. *Perbedaan Pengaruh Metode Pembelajaran Keseluruhan Dan Bagian Terhadap Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Mini Pada Siswa Putra Kelas V SD Negeri 01 Tasikmadu Karanganyar Tahun Pelajaran 2009/2010.* (<http://www.today.net/i-perbedaan-pengaruh-metode-pembelajaran-keseluruhan-bagian--id9359168>. diakses 8 februari 2014).
- Khasanah Umi dan Sugiyanto.** 2010. *Perbedaan Pengaruh Metode Pembelajaran Keseluruhan Dan Bagian Terhadap Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Mini Pada Siswa Putra Kelas V SD Negeri 01 Tasikmadu Karanganyar Tahun Pelajaran 2009/2010.* (<http://www.today.net/i-perbedaan-pengaruh-metode-pembelajaran-keseluruhan-bagian--id9359168>. diakses 8 februari 2014).
- Muhajir dan Mujahid, jaja.** 2011. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMP/MTS kelas XI.* Erlangga, Bandung.
- Sarjono dan Sumarjo.**2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMP/MTS kelas IX*.CV.Aneka ilmu.Semarang.
- Sutrisno, Budi.**2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan 3 untuk SMP/MTS kelas IX*.Jakarta.Kementrian Pendidikan nasional.
- Sutrisno, Budi.**2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan 3 untuk SMP/MTS kelas IX*.Jakarta.Kementrian Pendidikan nasional.

**Sujarwadi dan Sarjiyanto Dwi.**2010.*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTS.*PT.Intan Pariwara.Jakarta

**Wisahati, Sunjata, Aan dan Santoso,** Teguh. .2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMP/MTS kelas VIII.* CV. Setiaji. Jakarta.

**Wisahati, Sunjata, Aan dan Santoso,** Teguh. .2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMP/MTS kelas VIII.* CV. Setiaji. Jakarta.