

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari pembahasan sebelumnya maka dapat disimpulkan : berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa dengan penggunaan pembelajaran modeling maka hasil belajar siswa kelas VIII^D Smp Negeri 1 lolak pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya pada materi pembelajaran senam lantai berguling depan dapat di optimalkan sesuai dengan yang direncanakan.

Hal Ini dikarenakan dengan penerapan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik dari siswa dan juga penanaman motivasi, penumbuhan rasa percaya diri dan pemberian bantuan secara berulang-ulang kepada siswa dalam melakukan gerakan guling depan pada saat pemberian tindakan yang dilakukan peneliti. Ini di buktikan dengan pencapaian yang di peroleh siswa mulai dari observasi awal dengan jumlah nilai 1078 dengan nilai rata-rata kelas 56,78 % meningkat pada evaluasi siklus I dengan jumlah nilai 1408 dengan rata-rata kelas 74,12% dan pada siklus II dengan jumlah nilai 1564 dengan nilai rata-rata kelas **82.33%.**

Berdasarkan hasil penelitian untuk mengoptimalkan hasil belajar berguling ke depan pada cabang olahraga senam lantai melalui penggunaan pembelajaran modeling, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis berbunyi “jika dengan penggunaan pembelajaran *modeling* maka hasil belajar berguling ke depan cabang olahraga senam lantai siswa kelas VIII^D SMP N 1 LOLAK dapat dioptimalkan.”, diterima karena telah di uji kebenarannya.

5.2 Saran

Adapun saran dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini yaitu dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Bagi sekolah, penggunaan pembelajaran modeling dapat menjadi salah satu metode pembelajaran yang efektif untuk mengatasi masalah belajar pada mata pelajaran penjas kes khususnya pada materi berguling ke depan pada cabang olahraga senam lantai. dan untuk dinas pendidikan, perlu adanya publikasi dan pemahaman tentang metode pembelajaran modeling dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
2. Bagi guru olahraga, agar kiranya dapat memilih metode pembelajaran yang di gunakan dengan karakteristik siswa sehingga akan menghasilkan proses pembelajaran yang lebih baik, dan dalam penerapan metode pembelajaran modeling agar kiranya dapat memanfaatkan siswa untuk di jadikan model. hal ini bias menjadi sebuah motivasi kepada siswa lainya.
3. Bagi Siswa, diharapkan dapat mengikut proses pembelajaran dengan serius karena banyak manfaat yang terdapat di dalamnya seperti dapat meningkatkan potensi siswa, menyalurkan kegemaran dan lain sebagainya.