

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan data hasil analisis dan refleksi pada tiap siklus, maka penulis dapat menarik simpulan dan mengemukakan saran sebagai berikut:

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan penilaian dan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh simpulan bahwa proses pembelajaran guling belakang melalui bantuan teman dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VIII C putra Madrasah Tsanawiyah PSA Nurul Amal Bandungan Kecamatan Bandungan Kabupaten Semarang. Hal tersebut dapat dilihat dengan adanya peningkatan rata-rata hasil belajar siswa dari masing-masing ranah baik kognitif, afektif, maupun psikomotor selama siklus I dan siklus II. Akan tetapi ketuntasan kelas belum mencapai 100%. Hal itu dikarenakan dalam pembelajaran guling belakang terdapat gerakan yang sulit dikuasai oleh siswa terutama saat gerakan sikap mengguling. Hasil ketuntasan psikomotor siklus I adalah 77,27% dan hasil ketuntasan psikomotor siklus II adalah 95,45%, hal tersebut dapat dikatakan berhasil karena telah melampaui target yang telah ditetapkan yaitu 80% dari seluruh jumlah siswa.

Dengan demikian, pembelajaran guling belakang melalui bantuan teman sudah memenuhi tujuan penelitian yaitu meningkatkan hasil belajar guling belakang dan hasil penelitian ini dapat digunakan dalam pembelajaran guling belakang untuk meningkatkan hasil belajar senam bagi siswa kelas VIII C putra pada khususnya dan seluruh siswa kelas VIII pada umumnya di Madrasah

Tsanawiyah PSA Nurul Amal Bandungan Kecamatan Bandungan Kabupaten Semarang.

## 5.2 Saran

Saran yang dapat disampaikan penyusun berkaitan dengan hasil penelitian antara lain sebagai berikut:

- 1) Perlu mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang pembelajaran guling belakang melalui bantuan teman guna meningkatkan hasil belajar senam di Madrasah Tsanawiyah PSA Nurul Amal Bandungan.
- 2) Peningkatan pembelajaran guling belakang melalui bantuan teman dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian materi pembelajaran guling belakang.
- 3) Bagi siswa, setelah mengikuti pembelajaran guling belakang melalui bantuan teman agar dapat membantu temannya yang belum mencapai nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM).
- 4) Bagi guru pendidikan jasmani di sekolah hendaknya berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat.
- 5) Bagi sekolah, agar menyediakan dan memperbaiki sarana dan prasarana olahraga senam lantai sebagai penunjang proses pembelajaran.

- 6) Bagi pembaca, dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan masukan dan memberikan gambaran dalam mengajar guling belakang materi senam lantai yang sesuai dengan kebutuhan guru.

