

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media audio visual efektif untuk meningkatkan hasil belajar senam lantai guling depan siswa di kelas VII SMP Negeri 4 Kutasari, terbukti dari hasil penelitian kenaikan rata-rata nilai dan ketuntasan klasikal siswa pada siklus I 62,85% mengalami kenaikan hingga 85,71% pada siklus II.

### **B. Saran**

Mengingat pentingnya penggunaan media audio visual sebagai strategi pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar senam lantai guling depan siswa, maka peneliti mengharapkan beberapa hal yang berhubungan dengan masalah tersebut, yaitu:

#### **1. Bagi Guru Pendidikan jasmani**

Pembelajaran senam lantai dengan menggunakan media audiovisual dapat dijadikan sebagai alternatif dalam memperbaiki hasil belajar siswa khususnya pada materi senam lantai guling depan yang biasanya dilakukan di dalam ruangan.

#### **2. Bagi Sekolah**

Untuk menunjang keberhasilan pembelajaran diharapkan dapat menyediakan segala sarana dan prasarana pendidikan jasmani agar pembelajaran dapat berjalan dengan efektif dan dapat menunjang media pembelajaran yang lebih inovatif sesuai dengan perkembangan di era digitalisasi.