

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan analisis pada Bab IV. Dengan demikian, penelitian ini telah dilakukan di SMK Insan Cendikia Srengseng, Jakarta Barat, tahun 2025. Maka, dapat disimpulkan bahwa Implementasi Model Pembelajaran *Flipped Classroom* Berbasis Media Audio Visual dapat memperbaiki serta meningkatkan dalam hasil belajar peserta didik untuk materi senam SKJ Pelajar pada siswa kelas X DKV SMK Insan Cendikia Srengseng Jakarta Barat. Hal ini terlihat dari efektivitas model *flipped classroom* yang memanfaatkan media audiovisual dalam membantu siswa memahami materi secara lebih baik.

Hasil prasiklus menunjukkan nilai rata-rata sebesar 65, di mana hanya 3 siswa yang memenuhi KKM, dengan persentase ketuntasan belajar sebesar 20%. Sementara itu, untuk siklus 1 terjadi peningkatan rata-rata nilai sebesar 72,6, dimana ada 7 siswa yang memenuhi KKM, dengan presentase ketuntasan belajar sebesar 47%. Kemudian untuk siklus 2 terjadi peningkatan rata-rata nilai sebesar 81,9, dimana ada 13 siswa yang memenuhi KKM, dengan presentase ketuntasan belajar sebesar 87%.

B. Saran

Penelitian ini menghasilkan sejumlah temuan yang dapat dijadikan acuan dalam memberikan saran, yaitu:

1. Bagi guru pendidikan jasmani diharapkan mampu memilih dan menerapkan model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik isi materi pembelajaran.
2. Guru dianjurkan untuk menggunakan media pembelajaran yang atraktif, seperti video tutorial senam yang dapat diakses dengan mudah oleh siswa di luar waktu sekolah, guna mendukung pembelajaran mandiri dan meningkatkan kesiapan mereka saat mengikuti kegiatan belajar di kelas.
3. Guru pendidikan jasmani atau PJOK disarankan untuk mempertimbangkan penerapan model pembelajaran Flipped Classroom yang didukung oleh media audio visual dalam proses pembelajaran, terutama pada materi senam SKJ Pelajar. Pendekatan ini telah terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi aktif siswa serta pencapaian hasil belajar mereka.
4. Untuk siswa, diharapkan agar lebih proaktif dan mandiri dalam mengikuti proses pembelajaran, terutama dengan memanfaatkan materi yang dipelajari di rumah, seperti video senam, sehingga mereka dapat memahami gerakan dengan lebih baik tanpa hanya bergantung pada penjelasan guru saat di kelas.
5. Untuk pihak sekolah, diharapkan dapat memberikan dukungan terhadap penerapan model pembelajaran inovatif seperti flipped classroom dengan

cara menyediakan sarana pendukung seperti jaringan internet, perangkat audio visual, serta program pelatihan bagi guru. Dukungan ini penting agar kegiatan belajar mengajar dapat berlangsung lebih optimal dan relevan dengan perkembangan era digital saat ini.

6. Sekolah dianjurkan untuk menggalakkan kegiatan fisik yang rutin dan menarik sehingga siswa tidak terlalu tergantung pada teknologi dalam kehidupan sehari-hari serta dapat menjalani gaya hidup yang lebih aktif.
7. Untuk para peneliti berikutnya penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi atau landasan bagi studi-studi selanjutnya terkait penerapan model *flipped classroom* dalam pembelajaran pendidikan jasmani maupun bidang lainnya.