

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berikut ini peneliti akan memaparkan tentang kesimpulan dan saran yang diperoleh dari temuan di lapangan selama pelaksanaan penelitian pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan menyusun kata di kelas V SDN Ciboboko, Kecamatan Jatigede, Kabupaten Sumedang.

A. Kesimpulan

Pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan menyusun kata di kelas V SDN Ciboboko, Kecamatan Jatigede, Kabupaten Sumedang meliputi perencanaan, pelaksanaan, aktivitas siswa, kinerja guru, dan hasil belajar sebagai berikut.

1. Perencanaan yang dilakukan dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan lompat kardus yaitu meliputi menyusun rencana tindakan untuk memecahkan masalah peningkatan hasil belajar siswa tentang upaya perbaikan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Hasil persentase perencanaan pembelajaran dari data awal yaitu 51,49% , siklus I 59,94%, siklus II 73,75%, dan siklus III 100%. Maka perencanaan sudah dikatakan berhasil karena sudah mencapai target yang diharapkan yaitu 100%.
2. Pelaksanaan kinerja guru dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan menyusun kata mengalami peningkatan berdasarkan analisis selama pembelajaran dan dapat dilihat peningkatan proses pembelajaran dari setiap siklusnya. Dengan kinerja guru yang maksimal mampu meningkatkan siswa dalam melakukan pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Pada data awal kinerja guru hanya mencapai 31,17%, pada siklus I 62,08%, pada siklus II 73,75% dan pada siklus III 100%. Pada siklus III sudah mencapai target yang di harapkan yaitu 100%.
3. Aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan menyusun kata mengalami peningkatan berdasarkan analisis selama proses pembelajaran. Hampir seluruh siswa menunjukkan

peningkatan dalam aktivitas pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan menyusun kata. Pada data awal aktivitas siswa mencapai 23,8%, pada siklus I 42,9%, pada siklus II 71,4%, dan pada siklus III 100%. Pada siklus III sudah mencapai target yang diharapkan yaitu 100%.

4. Hasil belajar gerak dasar lompat jauh gaya jongkok yang dilaksanakan di kelas V SDN Ciboboko, Kecamatan Jatigede, Kabupaten Sumedang menunjukkan peningkatan yang signifikan dari setiap siklusnya, yaitu pada data awal 23,8%, siklus I 38,1%, siklus II 66,67%, dan pada siklus III 90,48%. Dengan demikian pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan menyusun kata dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

B. Saran

Pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui permainan menyusun kata merupakan pengembangan pembelajaran yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok. Dengan memperhatikan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di kelas V SDN Ciboboko, Kecamatan Jatigede, Kabupaten Sumedang. Ada beberapa hal yang dapat disarankan sebagai implikasi dari hasil penelitian ini, adalah sebagai berikut:

1. Bagi Guru

- a. Permainan menyusun kata merupakan salah satu alternatif yang dapat digunakan dan diterapkan oleh guru Pendidikan Jasmani dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Namun demikian, guru Pendidikan Jasmani harus mampu mengembangkan dan menciptakan permainan yang mampu meningkatkan pembelajaran yang mengacu pada pembelajaran Pendidikan Jasmani.
- b. Guru harus bisa memahami tentang mengenai permainan yang mengacu terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, sehingga dalam penerapannya sesuai dengan karakteristik siswa.

- c. Guru harus mampu menciptakan perubahan dalam mengajar, supaya terciptanya pembelajaran yang lebih baik lagi atau inovasi-inovasi yang baru.

2. Bagi Siswa

- a. Gerak dasar lompat jauh gaya jongkok sangat perlu diajarkan kepada siswa dengan memperhatikan tingkat perkembangan siswa.
- b. Siswa perlu di tingkatkan lagi dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok, sehingga dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok siswa dapat melakukannya dengan baik.
- c. Sangat penting menggali potensi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, untuk meningkatkan bakat siswa.

3. Bagi Sekolah

- a. Pihak sekolah harus dapat berupaya untuk memberikan kontribusi yang maksimal, karena untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani yang sesuai dengan kurikulum.
- b. Pembinaan dan pelatihan yang intensif terhadap para guru juga perlu diadakan oleh pihak sekolah, ini dimaksudkan agar dapat meningkatkan kemampuan mengajarnya dalam rangka inovasi pembelajaran Pendidikan Jasmani.

4. Bagi UPI Kampus Sumedang

- a. Hasil penelitian ini semoga dapat dijadikan sebagai referensi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.
- b. Hasil penelitian ini semoga bermanfaat untuk perbaikan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.