

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berikut ini peneliti akan memaparkan kesimpulan dan saran yang diperoleh dari temuan di lapangan selama pelaksanaan penelitian meningkatkan pembelajaran gerak dasar atletik lompat tinggi melalui model inkuiri dan media rintangan pada kelas V SDN Buahdua I Kecamatan Buahdua Kabupaten Sumedang.

1. Perencanaan Pembelajaran

Dalam perencanaan pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar lompat tinggi melalui model inkuiri dan media rintangan, dengan memberikan penjelasan, arahan dan acuan yang lebih jelas tentang materi gerak dasar atletik khususnya lompat tinggi. Perencanaan pembelajaran yang dilaksanakan sesuai dengan perencanaan pelaksanaan pembelajaran yang telah ditentukan dan disusun peneliti dan merefleksikan bersama guru penjas, dan kepala sekolah pada setiap siklusnya. Kriteria penilaian yang dinilai pada aspek perencanaan pembelajaran diantaranya: perumusan tujuan pembelajaran, serta mengembangkan dan mengorganisasikan materi, media, dan metode pembelajaran, dan merencanakan skenario kegiatan pembelajaran dan merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian, dan tampilan dokumen.

Secara keseluruhan dari hasil observasi perencanaan pembelajaran yang sudah dilakukan, maka didapat hasil dari perencanaan pembelajaran pada data awal yaitu 47,33%. Kemudian setelah dilakukan tindakan pada siklus I, hasilnya meningkat yaitu 72,34%. Sedangkan dari hasil siklus II, hasilnya meningkat kembali yaitu 85% dan pada tindakan siklus III adalah sebesar 95,8%. Dengan perolehan presentase perencanaan pembelajaran tersebut, maka telah melebihi target, dan tercapainya target yang diinginkan yaitu 90%. Maka penerapan model inkuiri dan media rintangan dapat meningkatkan gerak dasar lompat tinggi gaya guling sisi.

2. Kinerja Guru dalam Melaksanakan Pembelajaran

Dalam tahap pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan guru, mengacu pada perencanaan pembelajaran yang ditentukan dan disusun oleh peneliti, guru penjas dan kepala sekolah pada tiap siklusnya yaitu penerapan model inkuiri dan media rintangan untuk meningkatkan gerak dasar lompat tinggi.

Diantaranya pada kegiatan awal pelaksanaan pembelajaran guru menjelaskan secara sistematis tujuan dari pembelajaran model inkuiri dan media rintangan, serta memberikan pengarahan, motivasi serta membimbing siswa agar dapat meningkatkan gerak dasar lompat tinggi. Selanjutnya pada kegiatan inti, guru lebih memfokuskan kemampuan dan kreatifitas siswa untuk lebih meningkatkan gerak dasar lompat tinggi melalui model inkuiri dan media rintangan, serta memberikan kesempatan kepada setiap siswa untuk lebih leluasa untuk mencoba melakukan model inkuiri dan media rintangan dengan arahan dan bimbingan dari guru. Kegiatan pembelajaran disusun agar lebih menarik dengan cara mengelompokkan dan penugasan berupa lembar kerja siswa dimaksudkan supaya dalam pembelajaran siswa termotivasi dan antusias untuk mengikuti pembelajaran.

Kemudian dalam kegiatan belajar mengajar, guru harus menyusun kegiatan lompat tinggi dengan cara mengelompokkan siswa menjadi beberapa kelompok pada tiap siklusnya agar siswa lebih fokus dan antusias dalam mengikuti pembelajaran. Secara keseluruhan dari hasil observasi pelaksanaan kinerja guru dalam melaksanakan pembelajaran yang sudah dilakukan, maka didapat hasil pelaksanaan kinerja guru pada data awal yaitu 46%. Kemudian setelah dilakukan tindakan pada siklus I, hasilnya meningkat yaitu 66,25%. Sedangkan dari hasil siklus II, hasilnya meningkat yaitu 87,5% dan pada tindakan siklus III adalah sebesar 93,05%. Dengan perolehan presentase pelaksanaan kinerja guru tersebut, maka telah melebihi target sehingga dapat tercapainya target yang diinginkan yaitu 90%.

3. Aktivitas Siswa

Untuk aktivitas siswa pada pembelajaran melalui model inkuiri dan media rintangan untuk meningkatkan gerak dasar lompat tinggi, meliputi aspek yang dinilai yaitu semangat, percaya diri dan disiplin. Setelah peneliti melaksanakan keseluruhan, maka didapat hasil aktivitas siswa pada data awal yaitu 0%. Kemudian setelah dilakukan tindakan pada siklus I, hasilnya meningkat yaitu 41,7%. Sedangkan dari hasil siklus II, hasilnya meningkat yaitu 75% dan pada tindakan siklus III adalah sebesar 96%.

Diantaranya aspek yang terdapat pada aktivitas siswa, pada siklus I persentase dapat dilihat pada aspek disiplin yang mendapat skor 1 ada 3 orang siswa atau 12,5%. yang mendapatkan skor 2 ada 9 (37,5%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 8 (33%) dan yang mendapat skor 4 ada 4 (16,2%). Kemudian untuk aspek kerjasama yang mendapat skor 1 ada 4 orang siswa atau 16,2%. yang mendapatkan skor 2 ada 6 (25%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 10 (41,2%) dan yang mendapat skor 4 ada 4 (16,2%). Dan untuk aspek kejujuran yang mendapat skor 1 ada 4 orang siswa atau 16,2%. yang mendapatkan skor 2 ada 13 (54,2%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 6 (25%) dan yang mendapat skor 4 ada 1 (4,2%). Berdasarkan data yang diperoleh maka tafsirannya pada siklus I adalah siswa mendapatkan kriteria BS (baik sekali) 10 (41,7%), siswa mendapatkan kriteria B (baik) ada 9 orang siswa (37,5%) siswa mendapatkan kriteria C (cukup) ada 3 orang siswa (12,5%) dan yang mendapat kriteria K (kurang) ada 2 orang siswa (8,3%).

Pada siklus II persentase dapat dilihat pada aspek disiplin yang mendapat skor 1 tidak ada yang memperoleh atau 0%. yang mendapatkan skor 2 ada 2 (8,3%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 6 (25%) dan yang mendapat skor 4 ada 18 (75%). Kemudian untuk aspek kerjasama yang mendapat skor 1 tidak ada yang memperoleh atau 0%. yang mendapatkan skor 2 ada 3 (12,5%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 13 (54,2%) dan yang mendapat skor 4 ada 8 (33,3%). Dan untuk aspek kejujuran yang mendapat skor 1 tidak ada yang memperolehnya atau 0%. yang mendapatkan skor 2 ada 4 (16,7%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 14 (58,3%) dan yang mendapat skor 4 ada 6 (25%). Berdasarkan data yang

diperoleh maka tafsirannya pada siklus II adalah siswa mendapatkan kriteria BS (baik sekali) ada 18 orang siswa (75%), siswa mendapatkan kriteria B (baik) ada 6 orang siswa (25%) sedangkan siswa yang mendapatkan kriteria C (cukup) dan kriteria K (kurang) tidak ada yang memperoleh atau 0%.

Pada siklus III persentase dapat dilihat pada aspek disiplin pada skor 1, 2 dan 3 tidak ada yang memperoleh atau 0%, sedangkan pada skor 4 ada 24 orang siswa (100%). Kemudian untuk aspek kerjasma pada skor 1 tidak ada yang memperoleh atau 0%, sedangkan pada skor 2 ada 1 orang siswa (4%). Sedangkan siswa yang mendapatkan skor 3 ada 5 orang siswa (20,8%) dan yang mendapat skor 4 ada 18 (79,2%). Dan untuk aspek kejujuran pada skor 1 tidak ada yang memperolehnya atau 0%, dan skor 2 ada 1 orang siswa yang memperolehnya atau (4%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 6 (25%) dan yang mendapat skor 4 ada 17 (75%). Berdasarkan data yang diperoleh maka tafsirannya pada siklus III adalah siswa mendapatkan kriteria BS (baik sekali) ada 23 orang siswa (96%), sedangkan pada kriteria B (baik), kriteria dan kriteria K (kurang) tidak ada yang memperoleh atau 0% sedangkan pada criteria C (cukup) ada 1 orang siswa. Dengan perolehan presentase aktivitas siswa tersebut, maka telah tercapainya target yang diinginkan yaitu 90% bahkan melebihi target yaitu 96%.

4. Hasil Belajar Siswa

Peningkatan kualitas pembelajaran yang meliputi perencanaan, kinerja guru dan aktivitas siswa, menunjukkan hasil yang nyata, mampu melampaui KKM yang telah ditentukan sebesar 70. Peningkatan gerak dasar lompat tinggi terbukti dari peningkatan setiap siklus dimana pada siklus I jumlah siswa yang tuntas adalah 13 orang siswa atau 54,2%, pada siklus II jumlah siswa yang tuntas meningkat menjadi 17 orang siswa atau 70,8%, pada siklus III jumlah siswa yang tuntas kembali meningkat menjadi 22 orang siswa atau 91,6%, sedangkan 2 siswa dinyatakan belum tuntas karena nilai yang diperoleh belum mencapai KKM, tetapi hasil pembelajaran yang telah tercapai sudah melewati KKM 70 dan target 90% hasil belajar siswa kelas V dalam pembelajaran gerak gerak dasar lompat tinggi dinyatakan tuntas dalam pembelajaran tersebut.

B. Saran

Selelah menarik kesimpulan dari pembelajaran gerak dasar lompat tinggi melalui model inkuiri dan media rintangan merupakan suatu strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan lompat tinggi yang benar. Dengan memperhatikan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di SDN Buahdua I aKecamatan Buahdua Kabupaten Sumedang, ada beberapa hal yang dapat disarankan sebagai implikasi dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi siswa

Dalam aktivitas pengembangan seperti materi pendidikan jasmani harus diajarkan kepada siswa dengan memperhatikan tingkat perkembangan dan karakteristik siswa. Para siswa juga perlu dibina untuk melakukan gerak dasar lompat tinggi yang baik. Salah satunya adalah dengan penerapan pembelajaran model inkuiri dan media rintangan untuk meningkatkan gerak dasar lompat tinggi. Hal-hal yang harus diperhatikan bagi siswa untuk meningkatkan gerak dasar lompat tinggi, diantaranya sebagai berikut :

- a. Olahraga atletik khususnya lompat tinggi perlu diketahui oleh siswa.
- b. Gerak dasar lompat tinggi perlu diajarkan kepada siswa agar siswa dapat mengerti cara melakukan lompat tinggi dengan baik dan harus memperhatikan tingkat kemampuan dan perkembangan siswa.
- c. Para siswa perlu dibina untuk melakukan lompat tinggi, sehingga dengan pembelajaran melalui model inkuiri dan media rintangan nantinya siswa dapat melakukan lompat tinggi dengan baik.
- d. Diperlukan penggalian potensi masing-masing siswa dalam pelajaran pendidikan jasmani, ini dimaksudkan untuk meningkatkan bakat yang dimiliki setiap anak.

2. Bagi Guru

Di dalam melaksanakan pembelajaran, seorang guru hendaknya harus menciptakan pembelajaran yang aktif, interaktif, kreatif, efektif dan menyenangkan, diantaranya sebagai berikut :

- a. Melalui model inkuiri dan media rintangan adalah merupakan salah satu solusi yang dapat digunakan dan diterapkan oleh guru pendidikan jasmani dalam pembelajaran atletik khususnya gerak dasar lompat tinggi. kemudian guru pendidikan jasmani harus mampu mengembangkan lagi teknik-teknik pembelajaran lainnya yang cocok untuk diterapkan pada pembelajaran dengan memperhatikan karakteristik siswa, kedalaman materi, dan hal-hal lainnya yang masih perlu dipertimbangkan.
- b. Guru hendaknya perlu memahami secara mendalam mengenai modifikasi media, sehingga dalam penerapannya tidak menjadi salah persepsi.
- c. Guru sebagai fasilitator harus mampu mengadakan perubahan pada cara mengajar yang tadinya lebih banyak terpusat pada guru, sekarang harus mulai merubahnya menjadi suatu pembelajaran yang lebih menitik beratkan pada keaktifan dan kreatifitas siswa sehingga pembelajaran agar lebih menarik lagi serta mampu dipahami oleh siswa.
- d. Para guru disarankan untuk memiliki kemauan, keuletan, kreatif, dan punya keberanian untuk mengembangkan pembelajaran dan mengembangkan berbagai potensi, baik potensi diri sebagai guru, potensi lingkungan maupun potensi siswa. Karena penelitian membuktikan bahwa pembelajaran lompat tinggi yang selama ini dinilai sulit oleh para guru, dengan kerja keras ternyata dapat dioptimalkan dengan baik.

3. Bagi Sekolah

- a. Untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, maka pihak sekolah diharapkan dapat berupaya untuk memberikan kontribusi yang maksimal agar pembelajaran ini berlangsung dengan tuntutan kurikulum. Hal tersebut juga dapat dilakukan dengan sarana dan prasarana penunjang pembelajaran baik untuk siswa maupun guru

- 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.
- c. Dalam meningkatkan bakat dan minat terhadap olahraga atletik khususnya lompat tinggi, maka perlu diadakannya pertandingan baik pada tingkat gugus, kecamatan maupun tingkat kabupaten yang dilakukan secara berkala.

4. Bagi Lembaga UPI Kampus Sumedang

Hasil-hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dalam rangka perbaikan pembelajaran, khususnya bagi mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani berikutnya.

5. Bagi Peneliti Lain

Hasil-hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dan menjadi perbandingan sebagai sumber referensi dalam rangka perbaikan pembelajaran, khususnya bagi mahasiswa program studi pendidikan jasmani berikutnya yang mengambil materi lompat tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Standar Nasional Pendidikan. (2006) *.Standar Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar*: Jakarta.
- Bahagia, Y., Yusup, U., dan Suherman, A. (2000). *ATLETIK*. Depdiknas.
- Bahar. (2011). Pembelajaran Lompat Tinggi Melalui Bermain Rintangan. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Beladina, N. (2013). *Pengertian Metode Penelitian Kuantitatif*. [Online]. Tersedia di: <http://beladina27.blogspot.com/2013/05/apa-itu-metode-penelitian-kuantitatif.html>. diakses 23 April 2014.
- Dikarya, C, J. (2011). Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lompat Tinggi Gaya *Stridle* Melalui Permainan Lompat Tali Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Nanggerang Kecamatan Sukasari Kabupaten Sumedang. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Google. (2014). *Google Images*. [Online]. Tersedia di: <https://www.google.com/search?q=fb&ie=utf-8&oe=utf-8&aq=t&rls=org.mozilla:en-US:official&client=firefox-a>. Diakses 13 April 2014.
- Google. (2014). *Google Maps*. [Online]. Tersedia di: Google. (2014). *Google Maps*. [Online]. Tersedia di: <https://www.google.com/maps/dir/South+Sumedang,+Sumedang,+West+Java,+Indonesia/SDN+Cinarengta,+45354,+Indonesia/@-6.8218446,107.8506616,12z/data=!4>. Diakses 14 April 2014.
- Hasanah. (2011). Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lompat Tinggi Gaya Guling Sisi Melalui Permainan Lompat Tali Di Kelas V Sdn 1 Budur Kecamatan Ciwaringin Kabupaten Cirebon. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Hendrayana, Y. (2007). *Modul Bermain Atletik*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hendrayana, Y. (2007). *Modul Bermain Atletik*. Bandung: Prodi PJKR Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2013). *Pengertian Media Rintangan*. [Online]. Tersedia di: <http://www.artikata.com/arti-375828-rintangan.html> . Diakses 15 April 2014.

- Lutfiyah, F. (2009). *Metode Penelitian Kualitatif*. [Online]. Tersedia di: <http://fitwiethayalisi.wordpress.com/teknologi-pendidikan/metode-penelitian-kualitaif-sistematika-penelitian-kualitatif/> diakses 23 April 2014.
- Moleong, J Lexy. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muklis. (2007). *Olahraga Kegemaranku Atletik*. Klaten: PT Intan Pariwara.
- Priatna, Eri. (2008). *Ensiklomini Olahraga Atletik*. CV Sahabat.
- Sidik, D. Z. (2011). *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Solihin, A. (2013). *Metode Penelitian*. [Online]. Tersedia di: <http://asep-solihin.blogspot.com/2012/11/metode-penelitian-2.html>. diakses 23 April 2014.
- Sudirjo, E. (2013). Pakem dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Mimbar Pendidikan Dasar*. 4 (1), hlm. 15-20.
- Suherman, Ayi. (2013). *Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV. Bintang warliArtika
- Sumadayo, S. (2013). *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Susilawati, D. (2010). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. Sumedang: Tidak diterbitkan.
- Tim, Dosen (2010). *Ragam Model Pembelajaran di Sekolah Dasar*.
- Wikipedia. (2014). *Metode Penelitian*. [Online]. Tersedia di: http://id.wikipedia.org/wiki/Metodologi_penelitian. diakses 23 April 2014.
- Wiriaatmadja, R. (2005). *Metode Penelitian Tindakan Kelas untuk Meningkatkan Kinerja Guru dan Dosen*. Bandung: Rosdakarya.