

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian dan diskusi tentang tindakan pembelajaran dengan pendekatan olahraga bermain di kelas IV SD Negeri Cicalengka 07, Kabupaten Bandung, menghasilkan beberapa kesimpulan, yaitu:

##### 5.1.1 Perencanaan

Pada tahap perencanaan, dapat disimpulkan bahwa hasil perencanaan pembelajaran siklus I hanya mencapai 72% dari target 90%, yang berarti hasil perencanaan siklus II harus diperbaiki. Hasil perencanaan pembelajaran meningkat menjadi 95% pada siklus kedua, tetapi belum mencapai target 90 persen. Pada siklus ketiga, hasil ini telah mencapai 99%, yang berarti perencanaan pembelajaran telah melebihi dan mencapai targetnya. Dengan berbicara dengan guru pendidikan jasmani tentang cara membuat perencanaan pembelajaran, peneliti telah mencapai tujuan karena peneliti meningkatkan kemampuan penulisan perencanaan. Perencanaan pembelajaran dimulai dengan menetapkan tujuan pembelajaran sesuai dengan kompetensi dasar dan standar kompetensi. mengembangkan dan mengatur media, teknik, dan sumber belajar yang tepat untuk mencapai tujuan pembelajaran dengan efektif. Proses penyusunan skenario pembelajaran akan menjadi lebih mudah dengan organisasi media, metode, dan sumber belajar. Ini juga akan mempermudah pembuatan prosedur, jenis, dan alat penilaian.

##### 5.1.2 Pelaksanaan

Pelaksanaan pembelajaran mengalami peningkatan pada setiap siklusnya. Hal tersebut dapat dilihat dari persentase yang meningkat pada setiap siklusnya selama penerapan pendekatan olahraga bermain dalam pembelajarannya. Pada siklus I perolehan pelaksanaan pembelajaran hanya mencapai 75% dari target 90%. Pada siklus II pelaksanaan pembelajaran mengalami peningkatan menjadi 90%, akan tetapi belum mencapai target yang telah ditentukan. Pada siklus III pelaksanaan pembelajaran

meningkat menjadi 93% dari target 90%. Maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pembelajaran siklus III sudah melampaui target. Perencanaan yang baik memungkinkan peningkatan pelaksanaan pembelajaran, sehingga pelaksanaan pembelajaran telah mencapai target. Karena perencanaan merupakan tahap pertama bagi guru untuk melaksanakan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran bergantung pada perencanaan

### 5.1.3 Aktivitas Siswa

Dengan menggunakan pendekatan bermain dalam pembelajaran keterampilan guling depan, keberanian, motivasi dan kerja sama adalah komponen yang dievaluasi dalam kegiatan siswa. Setiap aspek mengalami peningkatan disetiap siklusnya. Pada siklus I, metode bermain dengan variasi gerakan stretching berhasil mencapai 74% yang dinyatakan berhasil dari target 90%. Pada siklus II dengan menggunakan variasi gerakan calisthenics hasilnya mencapai 88% yang dinyatakan tuntas dari target 90%. Pada siklus III dengan menggabungkan variasi gerakan sebelumnya mengalami peningkatan menjadi 96% dari target 90%. Dengan demikian, siswa telah mencapai tujuan mereka, bahkan melebihi tujuan yang telah ditentukan. Aktivitas siswa adalah penilaian yang bertujuan untuk mengukur seberapa aktif siswa dalam proses pembelajaran. Ini juga merupakan nilai afektif yang mereka peroleh selama proses pembelajaran. Siswa lebih termotivasi untuk belajar karena kegiatan pembelajaran menjadi permainan.

### 5.1.4 Hasil Belajar Keterampilan Guling Depan

Berdasarkan data hasil tes keterampilan guling depan dengan melalui pendekatan pembelajaran olahraga bermain dapat meningkatkan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada siklus I sebesar 70% dengan persentase ketuntasan 42%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus II yaitu sebesar 85% dan persentase ketuntasan sebesar 85%. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus III nilai rata-rata keterampilan senam lantai guling depan siswa mengalami peningkatan sebesar 93% dengan persentase ketuntasan sebesar 90%. Dengan

demikian, siswa mencapai tujuan belajar mereka karena pembelajaran yang dilaksanakan dengan baik, didukung oleh penggunaan media dan sumber belajar yang efektif, dan guru yang berkualitas dalam perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran.

## **5.2 Implikasi**

Penelitian yang peneliti lakukan ini telah membuktikan berdasarkan teori bahwa dalam pembelajaran olahraga bermain tidak mengesampingkan motivasi siswa serta keberanian dalam aktivitas siswa. Dikarenakan selain menekankan kepada keterampilan guling depan juga diperlukan aktivitas siswa yang mendukung dalam keberhasilan pembelajaran. Oleh karena itu, aktivitas siswa sangat mempengaruhi pembelajaran olahraga senam lantai guling depan.

Berdasarkan hasil simpulan penelitian ini berimplikasi pada: Pertama, aktivitas siswa yang dihasilkan dari penelitian ini dapat dijadikan catatan bagi guru untuk meningkatkan keterampilan guling depan siswa. Kedua, jika guru dalam melaksanakan tes keterampilan dapat dirancang dengan perencanaan yang baik, maka akan mempunyai pengaruh signifikan untuk pembelajaran siswa.

## **5.3 Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilalui oleh peneliti. Maka selama proses penelitian peneliti memiliki keluh kesahnya yang ingin dituangkan dalam penelitian ini. Sehingga dapat membantu atlet, pelatih dan orang lain supaya menjadi lebih baik lagi kedepannya. Berikut merupakan rekomendasi atau saran yang disampaikan dalam penelitian ini, diantaranya:

- 5.3.1 Bagi Siswa dalam setiap pembelajaran yang disampaikan oleh guru khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani, dalam hal ini pembelajaran gerak dasar guling depan dengan menggunakan pendekatan olahraga bermain, apabila dilakukan dengan semangat, berani, disiplin serta kerja sama maka penguasaan keterampilan guling depan akan lebih cepat meningkat.
- 5.3.2 Bagi Guru dapat memberikan berbagai metode, pendekatan dalam pembelajaran yang sesuai dengan materi ajar, agar pembelajaran yang dilaksanakan tidak monoton dan membuat siswa merasa cepat jenuh. Dan juga

mengingat bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain dapat digunakan sebagai alternatif dalam memilih dan menetapkan strategi atau metode pembelajaran senam lantai guling depan.

- 5.3.3 Bagi Sekolah bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain untuk meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan dapat dijadikan salah satu model pembelajaran olahraga. Mengingat banyak keuntungan dan manfaat yang diperoleh baik bagi guru maupun bagi siswa dalam pembelajaran tersebut, untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, maka pihak sekolah diharapkan dapat memberikan kontribusi yang maksimal agar pembelajaran ini berlangsung dengan tuntutan kurikulum.
- 5.3.4 Bagi UPI Kampus Sumedang hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pembelajaran, terutama program studi pendidikan jasmani dengan menghasilkan guru yang kreatif.
- 5.3.5 Bagi Peneliti Selanjutnya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti lain yang sedang melakukan penelitian, terutama dalam hal penerapan pembelajaran bermain sebagai strategi pembelajaran.