

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pembelajaran gerak dasar lari *sprint* dengan melalui penerapan model *teams games tournament* pada permainan ambil benda yang dilakukan diSDN Malaka, Kecamatan Situraja, Kabupaten Sumedang dapat disimpulkan bahwa:

Pembelajaran gerak dasar lari *sprint* melalui penerapan *teams games tournament* pada permainan ambil benda dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam mempraktikkan teknik dasar lari *sprint*. Adapun kesimpulan lebih jelasnya tentang penelitian yang telah dilakukan ini, yang meliputi perencanaan, kinerja guru, aktivitas siswa, dan hasil belajar sebagai berikut.

1. Perencanaan Kinerja Guru

Perencanaan pembelajaran gerak dasar lari *sprint* melalui penerapan model *teams games tournament* pada permainan ambil benda, memberikan arahan dan acuan yang jelas tentang materi lari *sprint*. Perencanaan pembelajaran yang telah dilaksanakan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disiapkan dan ditentukan. Dimana RPP siklus I di kegiatan siswa adalah melakukan pembelajaran lari *sprint* dengan menerapkan model *teams games tournament* pada permainan ambil benda. Siklus II, masih menerapkan model *teams games tournament* pada permainan ambil benda, tetapi mengalami penambahan media dan alat peraga berupa kertas pijakan dan bantuan teman kelompok dalam posisi *start*. Siklus III, RPP yang dibuat di perbaiki lagi apa yang kurang pada pelaksanaan siklus II, dan pada siklus III, masih menerapkan model *teams games tournament*, dan menggunakan alat peraga, tetapi tempat dilaksanakannya pembelajaran kembali pada lapangan sekolah. Ini dikarenakan pada saat perlakuan siklus II, yang dilakukan di lapangan sepak bola yang jaraknya cukup jauh dari sekolah membuat terkurasnya stamina siswa.

2. Pelaksanaan Kinerja Guru

Pelaksanaan yang dilakukan tetap mengacu pada perencanaan pembelajaran yang telah disusun dan disiapkan sebelumnya. Pelaksanaan pembelajaran lari *sprint* melalui penerapan model *teams games tournament* dan permainan ambil benda, kinerja guru dalam memotivasi, mengarahkan dan membimbing siswa menjadi lebih baik.

3. Aktivitas Siswa

Aktivitas siswa dalam pelaksanaan pembelajaran lari *sprint* yang dalam pembelajarannya menerapkan model *teams games tournament* dan permainan ambil benda, dapat menarik minat siswa dalam melakukan pembelajaran yang dilaksanakan. Siswa lebih semangat mengikuti pembelajaran dikarenakan siswa saling berkompetisi dengan temannya yang beda kelompok.

4. Hasil Belajar Siswa

Pembelajaran lari *sprint* melalui penerapan model *teams games tournament* dan permainan ambil benda, sangat membantu dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Peningkatan kualitas pembelajaran yang meliputi perencanaan, kinerja guru, dan aktivitas siswa mengalami peningkatan dan ini membuat hasil belajar yang diperoleh siswa mengalami peningkatan juga.

B. Saran

Penerapan metode *teams games tournament* pada permainan ambil benda dalam pembelajaran lari *sprint* merupakan suatu strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan aktivitas gerak. Dengan memperhatikan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di SDN Malaka, Kecamatan Situraja, Kabupaten Sumedang. Ada beberapa hal yang dapat disarankan sebagai implikasi dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Guru

- a. Penerapan model TGT pada permainan ambil benda dalam pembelajaran lari *sprint* merupakan salahsatu solusi yang dapat digunakan dan diterapkan oleh guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dalam materi atletik nomor lari.

- b. Guru hendaknya perlu memahami secara mendalam mengenai penggunaan model pembelajaran yang sesuai, sehingga dalam penerapannya tidak menjadi salah persepsi.
 - c. Guru disarankan untuk memiliki kemampuan, ketelitian, ketekunan, dan keberanian untuk mengembangkan model-model pembelajaran. Agar suasana pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan menjadi lebih menyenangkan.
 - d. Dalam mengembangkan model TGT dalam pelaksanaan pembelajaran lari *sprint*, guru berperan optimal sebagai motivator, fasilitator, dan membimbing siswa.
2. Bagi siswa
 - a. Keterampilan gerak dasar lari *sprint* harus diajarkan kepada siswa dengan memperhatikan tingkat perkembangan siswa.
 - b. Para siswa perlu di bina untuk melakukan gerak dasar lari *sprint* yang betul, dengan pembelajaran yang betul dimaksudkan untuk meningkatkan dan menyakurkan potensi yang ada pada siswa.
 - c. Untuk menggali potensi dan penyaluran bakat yang dimiliki oleh siswa.
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 saran dan prasarana penunjang pembelajaran baik untuk siswa maupun guru.
 - b. Dalam meningkatkan minat dan bakat terhadap atletik, maka perlu diadakannya pertandingan baik pada tingkat intern sekolah, gugus, kecamatan maupun tingkat kabupaten yang dilakukan secara berkala.
 - c. Pembinaan dan pelatihan yang intensif terhadap para guru juga perlu diadakan oleh pihak sekolah, ini dimaksudkan agar dapat meningkatkan kemampuan menguasai model pembelajaran pada saat mengajar dalam rangka inivasi pembelajaran jasmani.

4. Bagi UPI Kampus Sumedang

Hasil-hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dalam rangka perbaikan pembelajaran, khususnya bagi program studi Pendidikan Jasmani yang memproduksi guru-guru yang nantinya akan mengabdikan diri di masyarakat serta merujuk pada visi yang diusung Universitas Pendidikan Indonesia itu sendiri.

5. Bagi Peneliti Lain

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bandingan sekaligus landasan peneliti lanjutan yang berhubungan dengan pengembangan model pembelajaran.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya tentang materi lari *sprint* yang menggunakan model pembelajaran dan unsur permainan dalam pembelajarannya.
- c. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tindakan kelas hendaknya menggunakan sumber yang lebih banyak lagi, sehingga temuan-temuan dalam pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lari *sprint* lebih banyak dan lebih lengkap.