BAB V

SIMPULAN,IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berikut ini peneliti akan menyajikan simpulan dan saran yang diperoleh dari temuan di lapangan selama pelaksanaan penelitian pembelajaran penerapan permainan lompat tali untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai dalam gerak dasar lompat jauh gaya jongkok di kelas V SDN Sindangwangi Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang. Maka dapat diambil beberapa hal sebagai kesimpulan, yaitu sebagai berikut :

1. Perencanaan

Pada bagian perencanaan dapat ditarik kesimpulan mengenai tahap perencanaan pembelajaran. Hasil perencanaan pembelajaran yang dicapai pada siklus I hanya mencapai 51,25% dari target 90%, sehingga perlu perbaikan pada siklus II. Pada hasil perencanaan pembelajaran pada siklus II meningkat menjadi 77,25% tetapi masih belum mencapai target yang ditentukan yaitu 90%, maka dari itu masih perlu adanya perbaikan pada siklus III. Pada siklus III hasil perencanaan pembelajaran sudah mencapai target 94,70%, jadi dapat dikatakan bahwa perencanaan pembelajaran telah mencapai target yang ditentukan. Perencanaan pembelajaran telah mencapai target karena peneliti meningkatkan kemampuan penulisan perencanaan dengan melakukan diskusi dengan guru pamong dalam pembuatan perencanaan pembelajaran. Perencanaan pembelajaran dimulai dengan merumuskan tujuan pembelajaran yang harus sesuai dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar sehingga dapat dikembangkan dan diorganisasikan media, metode dan sumber belajar yang tepat untuk efektifitas pencapaian tujuan pembelajaran dengan terorganisasinya media, metode dan sumber belajar tentunya akan mudah juga dalam penyusunan skenario pembelajaran sampai dengan pembuatan prosedur, jenis dan alat penilaiannya.

2. Kinerja Guru

Pelaksanaan kinerja guru mengalami peningkatan pada setiap siklusnya. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari persentase pada setiap siklus. Pada siklus I perolehan pelaksanaan kinerja guru hanya mencapai 55,83% dari target 90%, dan

perlu adanya perbaikan pada siklus II. Pada siklus II pelaksanaan kinerja guru mengalami peningkatan menjadi 73,75% dari target 90%, akan tetapi belum mencapai target yang ditentukan. Pada siklus III pelaksanaan kinerja guru menjadi 92,08% dari target 90%. Maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kinerja guru pada siklus III sudah melebihi target. Kinerja guru telah mencapai target karena perencanaan yang sudah baik menunjang dalam kinerja guru dalam pembelajaran. Pelaksanaan pembelajaran tergantung dengan perencanaan yang dibuat karena perencanaan merupakan acuan bagi guru untuk melaksanakan pembelajaran.

3. Aktivitas Siswa

Dengan penerapan permainan lompat tali pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok aspek yang dinilai dalam aktivitas siswa adalah semangat, kerjasama, dan disiplin. Semua aspek tersebut mengalami peningkatan pada setiap siklusnya. Adapun hasil pengamatan aktivitas siswa pada data awal yaitu Pada siklus I yaitu 9 siswa 39,13% mendapat nilai kurang, 11 siswa 47,82% mendapat nilai cukup, dan 3 siswa 13,04% mendapat nilai baik. Pada siklus II yaitu 3 siswa 13,04% mendapat nilai kurang, 16 siswa 69,56% mendapat nilai cukup, dan 4 siswa 17,39% mendapat nilai baik. Pada siklus III yaitu 2 siswa 8,69% mendapat nilai kurang, 13 siswa 56,52% mendapat nilai cukup dan 8 siswa 34,78% mendapat nilai baik. Sedangkan pada siklus III yaitu 0 siswa 0% mendapat nilai kurang, 0 siswa 0% mendapat nilai cukup, dan 23 siswa 100% mendapat nilai baik.

Dengan melihat data hasil aktivitas siswa di atas, maka dapat diketahui bahwa aktivitas siswa pada pembelajaran siklus III ini telah berhasil melebihi target yang ditentukan, dimana targetnya adalah dari 23 orang siswa kelas V SDN Sindangwangi Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang yang mendapatkan nilai sangat baik adalah 90%. Untuk itu peneliti mengambil kesimpulan bahwa penerapan permainan lompat tali telah meningkatkan aspek kerjasama, kejujuran, dan disiplin siswa dalam pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.

4. Hasil Belajar Siswa

Berdasarkan data hasil tes penerapan permainan lompat tali pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok mengalami peningkatan disetiap

siklusnya. Adapun hasil belajar siswa pada data awal yaitu 9 siswa yang sudah mencapai kelulusan yaitu 39,13% nilainya lebih dari atau sama dengan KKM yaitu 75, sedangkan 14 siswa yang lainnya belum dapat mencapai kelulusan yaitu 60,87% nilainya kurang dari KKM yaitu 75. Pada siklus I yaitu 12 siswa 52,17% telah tuntas mencapai KKM lebih dari atau sama dengan 75 dan 11 siswa 47,82% belum tuntas mencapai KKM lebih dari atau sama dengan 75. Pada siklus II yaitu 18 siswa 78,26% dinyatakan tuntas mencapai KKM lebih dari atau sama dengan 75 dan 5 siswa 21,73% belum tuntas mencapai KKM lebih dari atau sama dengan 75. Pada siklus III yaitu 23 siswa 100% telah tuntas mencapai KKM lebih atau sama dengan 75, dan 0 siswa 0% belum tuntas mencapai nilai KKM lebih dari atau sama dengan 75. Dengan demikian melihat hasil belajar siswa di atas, dapat diketahui bahwa hasil belajar siswa pada pembelajaran siklus III ini telah berhasil melebihi target yang ditentukan, dimana targetnya adalah 23 siswa SDN Sindangwangi Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang yang tuntas dan mendapatkan nilai lebih dari atau sama dengan KKM 75 yaitu 90%.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil dari penelitian secara garis besar, di bawah ini merupakan beberapa rekomendasi yang diberikan kepada pembaca ataupun peneliti di masa yang akan datang sebagai sumber referensi. Pemaparan rekomendasi adalah sebagai berikut:

1. Dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani yaitu gerak dasar lompat jauh gaya jongkok sebaiknya memperhatikan kondisi fisik siswa, dalam melakukan pembelajaran seperti memperhatikan teknik siswa saat melompat, agar pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran lompat jauh memperoleh hasil yang baik.
2. Dari media yang digunakan dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok sebaiknya lebih dikembangkan lagi, sehingga terdapat perbedaan mengenai hasil pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.
3. Dalam penelitian ini masih belum sempurna, dilihat dari media yang digunakan sebaiknya lebih dikembangkan lagi supaya siswa dalam proses belajar mengajar lompat jauh gaya jongkok lebih maksimal dalam mencapai hasil pembelajaran.

C. Rekomendasi

Berdasarkan hasil temuan yang diperoleh peneliti selama penelitian maka diajukan saran-saran sebagai berikut.

1. Bagi Guru

- a. Diharapkan para guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan pembelajaran harus sesuai dengan karakter, kondisi dan kemampuan siswa, salah satu cara untuk menyesuaikan adalah melalui modifikasi alat dan media pembelajaran sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan lebih efektif.
- b. Hasil penelitian ini harus mampu membangkitkan motivasi guru untuk mengembangkan alat dan media pembelajaran sehingga pembelajaran penjas khususnya variasi gerak dasar sepak takraw menjadi mudah dan disenangi siswa.

2. Bagi Sekolah atau Lembaga

- a. Dapat membantu tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani.
- b. Untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran yang memerlukan alat maka pihak sekolah diharapkan berupaya untuk memberikan fasilitas dengan cara melengkapi alat dan media pembelajaran yang di butuhkan dalam pembelajaran penjas agar hasil yang dicapai siswa bisa maksimal.

3. Bagi Peneliti Lain

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bandingan sekaligus landasan penelitian lanjut yang berhubungan dengan pengembangan alat dalam pembelajaran penjas.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya pada pembelajaran penerapan permainan lompat tali pada gerak dasar lompat jauh gaya jongkok
- c. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tindakan kelas hendaknya menggunakan sumber yang lebih banyak lagi untuk mendukung pelaksanaan penelitian, sehingga temuan-temuan dalam pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok ini bisa lebih lengkap dan mendalam.