

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil pembahasan penelitian yang telah dilakukan mengenai peningkatan pembelajaran gerak dasar tolak peluru dengan menggunakan modifikasi bola dan metode *team game tournament* (TGT) pada siswa kelas V SDN Limpas 2 Kabupaten Indramayu peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut.

##### 1. Perencanaan Pembelajaran

Perencanaan pembelajaran dalam upaya meningkatkan pembelajaran tolak peluru gaya menyamping melalui modifikasi bola dan metode TGT pembelajaran dimulai dengan menganalisis tujuan pokok yaitu meningkatkan keterampilan gerak dasar tolak peluru gaya menyamping dengan merencanakan beberapa pertemuan, dapat dilihat hasil dari penelitian data awal 48,50%, siklus I dengan memberikan latihan dengan modifikasi peluru yang terbuat dari bola kain menolak melewati tiang tali yang direntangkan dan menerapkan metode TGT menjadi meningkat menjadi 70,50%, siklus II dengan memberikan latihan dengan bola basket mini dan metode TGT menolak meningkat kembali menjadi 81,16%, dan pada siklus III memberikan latihan dengan bola semen dan metode TGT menolak melewati tiang tali meningkat menjadi 93,58%. Agar proses pembelajaran berjalan efektif, sistematisnya dimulai dari gerakan yang mudah kemudian berangsur-angsur dinakin menjadi yang sulit.

##### 2. Kinerja Guru

Proses pelaksanaan pembelajaran tolak peluru melalui modifikasi bola dan metode TGT pembelajaran diikuti kinerja guru yang maksimal dalam memotivasi aktivitas siswa dan bimbingan melalui petunjuk-petunjuk pelaksanaan yang jelas dan koreksi-koreksi yang tepat, baik secara khusus ataupun secara umum serta upaya memodifikasi dan pemanfaatan fasilitas belajar akan mampu mendapatkan hasil yang maksimal. Pada data awal diketahui 43,75%, siklus I 68,33%, siklus II 78,75%, dan siklus III menjadi 93,33%. Bisa disimpulkan mengalami peningkatan yang signifikan.

### 3. Aktivitas Siswa

Dalam memaksimalkan aktivitas siswa saat berlangsungnya pembelajaran pemberian motivasi siswa harus diberikan saat pembelajaran berlangsung agar aktivitas siswa dapat meningkat disamping pengawasan dan peraturan yang ketat, jelas dan tidak berpihak sehingga pengelolaan proses belajar maksimal. Dapat dilihat dari data awal 40%, siklus I 57,5%, siklus II 77,5%, dan siklus III 95% pembelajaran tolak peluru gaya menyaming.

### 4. Hasil Belajar

Dengan penerapan modifikasi bola dan metode TGT pada pembelajaran tolak Peluru menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes pembelajaran data awal 20% yang tuntas 8 siswa dan yang tidak tuntas 32 siswa dari 40 siswa, meningkat pada siklus I menjadi 47,50% atau 19 siswa yang tuntas dan yang tidak tuntas 21 siswa, siklus II menjadi 67,5% atau 27 siswa yang dikatakan tuntas dan 13 siswa yang dikatakan tidak tuntas, dan pada siklus III menjadi 95% atau 38 siswa yang dikatakan tuntas dan 2 siswa yang dikatakan tidak tuntas, satu orang dikatakan tidak tuntas karena dia selalu bercanda kepada temanya saat pembelajaran, tidak pernah serius saat melakukan, dan mempunyai fisik yang kecil. sedangkan satu orang lagi belum tuntas dikarenakan terlalu takut untuk mencoba dan memiliki koordinasi yang kurang. tetapi pada siklus III ini sudah mencapai target ketuntasan seluruh siswa sebesar 95%

## B. Saran

Berdasarkan hasil temuan yang diperoleh penulis selama ini diajukan saran - saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Guru

Diharapkan para guru pendidikan jasmani lebih kreatif mengelola sarana prasarana yang ada dan mampu mengembang kemampuan dan keterampilan siswa dilapangan agar menciptakan pembelajaran yang aktif, kreatif dan menyenangkan. Sehingga mampu menarik minat siswa untuk mengikuti pembelajaran yang diajarkan. Selain itu guru juga dituntut untuk mengembangkan pembelajaran yang menarik seperti menggunakan metode pembelajaran kooperatif sehingga dalam

pembelajaran tidak dianggap monoton yang dapat membuat siswa merasa jenuh dan cenderung membosankan

2. Bagi Siswa

Diharapkan siswa dapat melakukan gerak dasar tolak peluru gaya menyamping dengan baik.

3. Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah ikut memberi pembinaan dan pelatihan kepada guru pendidikan jasmani agar meningkatkan kemampuan mengajarnya sehingga dapat membina siswa agar lebih inovasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

4. Bagi Lembaga

Mudah-mudahan metode ini dapat menjadi masukan sebagai peningkatan pengembangan dalam pembelajaran tolak peluru gaya menyamping sehingga dapat menghasilkan tenaga pendidik yang memiliki kompetensi sehingga mampu bersaing.

