

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dipaparkan dan dilaksanakan terhadap hasil pelaksanaan tindakan dalam pembelajaran gerak dasar loncat tinggi gaya guling perut melalui modifikasi permainan tradisional pada siswa kelas V SDN Ciuyah III Kecamatan Cisarua Kabupaten Sumedang dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

##### **1. Perencanaan**

Pada tahap perencanaan tindakan penggunaan modifikasi permainan tradisional dengan menggunakan materi-materi pembelajaran gerak dasar loncat tinggi gaya guling perut dengan bentuk latihan dalam meningkatkan lompatan dengan ketinggian yang telah ditentukan dengan mempersiapkan strategi pembelajaran untuk bisa menyampaikan bahan ajar kepada siswa dan tujuan pembelajaran dapat tercapai. Perencanaan yang dibuat dalam pembelajaran ini sama halnya seperti perencanaan yang dibuat dalam keseharian guru mengajar. Namun pada pelaksanaan ini ada beberapa strategi yang telah dirancang untuk lebih meningkatkan pemahaman dan aktivitas siswa dalam meningkatkan gerak dasar awalan, tolakan, sikap melayang di udara dan mendarat dalam loncat tinggi gaya guling perut.

Setelah pelaksanaan tindakan IPKG 1 dari tiga siklus selesai, maka didapat hasil penilaian perencanaan tindakan yang dinilai oleh guru penjas sebagai observer sebagai berikut ini:

Hasil observasi terhadap perencanaan tindakan telah dilaksanakan pada tiga siklus, maka diperoleh hasil tindakan dari mulai data awal (46,76) siklus I (51,26%), siklus II (71,5%), dan siklus III (93,83%).

## 2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan pembelajaran, penggunaan media, model pembelajaran atau metode yang dimodifikasi yaitu dengan modifikasi permainan tradisional dengan aturan yang telah ditentukan. Secara garis besar proses pembelajaran ini sebagai berikut.

Pada kegiatan inti siklus I guru memberikan penerapan modifikasi permainan tradisional dengan permainan karet pada pembelajaran loncat tinggi gaya guling perut setinggi pinggang dan permainan menyusun kata. Siklus II memberikan penerapan modifikasi permainan tradisional yaitu permainan karet dalam pembelajaran loncat tinggi gaya guling perut setinggi perut dengan alat karet. Siklus III memberikan penerapan modifikasi permainan tradisional dalam pembelajaran loncat tinggi gaya guling perut setinggi dada dengan alat karet dan permainan menjawab soal.

Berdasarkan hasil penilaian pelaksanaan tindakan IPKG 2 dari tiga siklus yang telah dinilai guru penjas dan rekan sebagai observer, maka didapat hasil sebagai berikut ini: Hasil pelaksanaan tindakan telah dilakukan pada tiga siklus, maka diperoleh hasil tindakan dari mulai data awal (49,6), siklus I (52%), siklus II (72,5%), siklus III (96,67%).

## 3. Aktivitas Siswa

Pada aktivitas siswa, penerapan modifikasi permainan tradisional telah memberikan hasil yang positif terhadap proses pembelajaran siswa, yaitu meningkatnya aktivitas siswa selama pembelajaran dengan aspek yang diamati yaitu aspek kejujuran, kedisiplinan, dan kerjasama. Hasil analisis dari tiga siklus yang telah dilaksanakan menunjukkan peningkatan kualitas aktivitas siswa dari proses pembelajaran yang diberikan tindakan sebagai berikut, hasil analisis dari tiga siklus telah dilaksanakan menunjukkan peningkatan terhadap aktivitas siswa, maka diperoleh hasil tindakan dari mulai data awal (12,5%) siklus I (25%), siklus II (65,62%), siklus III (90,62%).

#### 4. Hasil Belajar Siswa

Hasil belajar siswa dalam pembelajaran gerak dasar loncat tinggi gaya guling perut melalui modifikasi permainan tradisional pada siswa kelas V SDN Ciuyah III mengalami peningkatan dari mulai gerak dasar awalan, tolakan, sikap melayang diudara dan mendarat dari mulai setinggi pinggang meningkat menjadi setinggi perut dan meningkat lagi menjadi setinggi dada. Maka diperoleh hasil tindakan dari mulai data awal (37,5%), siklus I (50%), siklus II (68,75%), dan siklus III (93,75%).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa melalui penerapan modifikasi permainan tradisional dalam pembelajaran gerak dasar loncat tinggi gaya guling perut dapat meningkatkan loncatan pada siswa kelas V SDN Ciuyah III Kecamatan Cisarua Kabupaten Sumedang.

#### B. Saran

Berdasarkan paparan hasil pembahasan mengenai pembelajaran loncat tinggi gaya guling perut melalui modifikasi permainan tradisional pada siswa kelas V Ciuyah III, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

Berdasarkan hasil penelitian bahwa penerapan modifikasi permainan tradisional telah memberikan perubahan dan hasil yang positif terhadap proses dan hasil pembelajaran loncat tinggi gaya guling perut dalam melatih loncatan siswa. Dengan demikian penggunaan modifikasi pembelajaran yang tepat dapat diterapkan pada materi loncat tinggi gaya guling perut dalam penjas. Berdasarkan uraian di atas maka diharapkan :

##### 1. Bagi Siswa

Pentingnya penerapan modifikasi permainan tradisional yang diterapkan dalam pembelajaran loncat tinggi gaya guling perut, karena dengan adanya tahap pembelajaran seperti itu siswa akan berpengalaman dan merasa menyenangkan saat mengikuti pembelajaran khususnya

pelajaran pendidikan jasmani. Selain itu kemampuan keterampilan gerak siswa lebih terlatih dan mampu mengikuti setiap pembelajaran.

## 2. Guru Penjas

Pada saat menerapkan modifikasi permainan tradisional pada materi loncat tinggi gaya guling perut menerapkan peran dan tanggungjawab guru penjas sangat berpengaruh terhadap keberhasilan pembelajaran. Tugas guru penjas dalam menerapkan penggunaan model atau metode yang tepat untuk pembelajaran adalah sebagai motivator, mediator, dan fasilitator. Kemampuan siswa dalam loncat tinggi gaya guling perut mengukur tingkat lompatan siswa masih kurang untuk itu digunakan modifikasi permainan tradisional dalam proses pembelajaran supaya dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam keterampilan gerak.

## 3. Sekolah

Lembaga sekolah hendaknya mampu membuka diri untuk menerima inovasi pembelajaran yang baru. Penggunaan metode yaitu menggunakan modifikasi permainan tradisional hendaknya dapat disosialisasikan lebih lanjut karena penggunaan metode yang selaras pada pembelajaran menunjukkan efektivitas bagi perolehan hasil belajar siswa, baik dilihat dari pengaruh terhadap pemahaman materi pembelajaran maupun dilihat dari pengembangan aktivitas belajar yang sangat bermanfaat bagi siswa dalam kehidupan sehari-hari di masyarakat.

## 4. Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan landasan atau acuan bagi peneliti lain yang akan melaksanakan penelitian lanjutan yang berhubungan dengan pengembangan penggunaan modifikasi pembelajaran yang dibuat secara kreatif dan menarik.