

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, tentang upaya meningkatkan waktu aktif belajar melalui aktivitas permainan bola besar yang dimodifikasi dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar pada kelas V MI Cibodas, diperoleh kesimpulan yaitu:

Melalui aktivitas permainan bola besar yang dimodifikasi, yang meliputi cara bermain, peraturan permainan, dan peralatan permainan yang disesuaikan dengan kebutuhan gerak siswa. Setelah penulis melakukan tindakan dengan metode PTK (Penelitian Tindakan Kelas) yaitu sebanyak dua siklus, dan satu siklus terdiri dari dua tindakan. Waktu aktif belajar siswa mengalami peningkatan, yang sebelumnya aktifitas belajar siswa pada tahap pra observasi 62.03%, jumlah persentase ini dapat diketahui dengan menggunakan instrumen penelitian *group time sampling*. Selanjutnya siklus 1 tindakan 1 yaitu 72.22%, siklus 1 tindakan 2 yaitu 79.62%, siklus 2 tindakan 1 yaitu 73.61%, siklus 2 tindakan 2 mencapai 87,50%.

Berdasarkan pencapaian target penulis yaitu 80,%, dengan demikian hasil penelitian melebihi target yaitu 87,50%. Sehingga dapat disimpulkan, bahwa Aktivitas permainan bola besar yang dimodifikasi dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar dapat meningkatkan waktu aktif belajar. Hal ini tercermin dari antusias yang baik dari para siswa untuk mengikuti aktivitas pembelajaran, aktivitas gerak anak yang begitu *mobile*, dan terjadinya interaksi yang baik antara pendidik dan siswa, maupun interaksi dalam lingkungan siswa.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian ini penulis mempunyai saran-saran yang dapat dipertimbangkan sebagai berikut:

1. Kepada para guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, hasil penelitian ini membuktikan bahwa aktivitas permainan bola besar yang dimodifikasi dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan waktu aktif belajar siswa di sekolah dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani, sehingga penulis menyarankan kepada para guru pendidikan jasmani untuk menerapkan pembelajaran aktivitas permainan bola besar dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.
2. Kepada peneliti lain yang berminat meneliti tentang hal-hal yang berkaitan dengan permainan dan jumlah waktu aktif belajar dapat melakukan penelitian kembali demi kemajuan ilmu pendidikan khususnya bidang keilmuan pendidikan jasmani.
3. Pembelajaran melalui aktivitas permainan bola besar dapat dijadikan salah satu alternatif model pembelajaran permainan yang bisa diberikan untuk meningkatkan jumlah waktu aktif belajar siswa di sekolah dasar.

Demikian kesimpulan dan saran yang dapat penulis kemukakan, semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan menjadi sumbangsih yang berarti bagi kemajuan pendidikan di Indonesia.