

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI , DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh beberapa simpulan, yakni di antaranya sebagai berikut ini.

1. Program pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran *shadow* memberikan pengaruh terhadap kemampuan gerak dasar *overhead lob* siswa dalam permainan bulutangkis. Peningkatan yang cukup baik tampak setelah pemberian *treatment*. Hal ini turut dipengaruhi oleh program pembelajaran yang dilakukan dengan metode pembelajaran *shadow* dan dilakukan secara bertahap sehingga mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar *overhead lob* siswa dalam permainan bulutangkis.
2. Program pembelajaran menggunakan metode lempar *shuttlecock* memberikan pengaruh terhadap kemampuan gerak dasar *overhead lob* siswa dalam permainan bulutangkis. Program pembelajaran pada kelompok kontrol menunjukkan peningkatan yang cukup baik. Hal ini turut dipengaruhi oleh intensitas latihan yang dilakukan dengan arahan guru dan saling memberi umpan antar sesama teman.
3. Kemampuan gerak dasar *overhead lob* siswa pada kelompok eksperimen lebih baik dibandingkan kelompok kontrol. Melihat dari data dapat diartikan bahwa program pembelajaran *overhead lob* bulutangkis menggunakan metode *shadow* dan lempar *shuttlecock* keduanya sama-sama berpengaruh, namun lebih besar pengaruh menggunakan metode pembelajaran *shadow* daripada pembelajaran menggunakan lempar *shuttlecock*.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, adapun implikasinya adalah terhadap pemilihan metode pembelajaran untuk menghasilkan kemampuan gerak dasar *overhead lob* bulutangkis oleh guru pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani disekolah dasar harus mempunyai pengetahuan teoritis yang cukup maupun keterampilan dalam memilih metode pembelajaran yang inovatif dan kreatif serta mampu mengubah siswa menjadi lebih aktif.

Implikasi lainnya yang perlu mendapat perhatian guru adalah dengan metode pembelajaran *shadow* dan lempar *shuttlecock* siswa menjadi aktif dan tidak mudah jenuh.

C. Rekomendasi

1. Bagi Guru

Pembelajaran PJOK pada materi permainan dan olahraga khususnya bulutangkis dapat diterapkan di sekolah sesuai dengan tuntutan kurikulum di sekolah dasar. Namun jika melihat kondisi di tiap sekolah yang umumnya terkendala fasilitas sarana dan prasarana seringkali menjadi penghambat tersampainya materi tentang bulutangkis. Saran dari peneliti alangkah baiknya jika kendala tersebut tidak menjadi penghambat dalam melakukan olahraga bulutangkis, karena pembelajaran bulutangkis tidak mengharuskan terselenggara di arena tertutup seperti GOR, untuk tingkat sekolah dasar pembelajaran dapat dilakukan di luar ruangan misalnya di lapangan tertentu dan ukuran lapangan pun dapat dimodifikasi, sebab tuntutan pembelajaran bulutangkis di SD bukan diarahkan untuk mencetak siswa menjadi atlet (bukan sebagai olahraga prestasi) namun untuk pengembangan aktivitas fisik dan kebugaran siswa.

2. Bagi Siswa

Setiap siswa tentu memiliki bakat dan kegemaran akan suatu hal yang berbeda-beda. Implikasinya, bagi siswa yang memiliki minat atau kemauan untuk belajar bulutangkis, mulailah untuk sedikit demi sedikit mempelajari teknik-teknik dasar bulutangkis misalnya dengan meminta kepada guru penjas di sekolah yang bersangkutan untuk mempelajarinya atau berbicara kepada orang tua akan kegemarannya itu agar difasilitasi. Sementara untuk siswa yang sudah memiliki bakat atau sudah memiliki teknik dasar dalam bermain bulutangkis yang cukup baik, maka kembangkan terus kemampuannya itu, misalnya dengan mengikuti *club* bulutangkis di daerah atau rajin mengikuti latihan-latihan khusus bersama guru untuk lebih mengembangkan kemampuannya tersebut sehingga diharapkan mampu berprestasi dengan baik dalam cabang olahraga bulutangkis.

3. Bagi Pihak Sekolah

Pihak sekolah diharapkan mampu mengawal dan memfasilitasi siswa, khususnya yang berkaitan langsung dengan proses pembelajaran PJOK, termasuk mengupayakan tersedianya lapangan yang strategis demi terlaksananya proses penyampaian materi tentang bulutangkis. Lapangan yang dimaksud tidak harus berupa gedung olahraga namun setidaknya tersedia lapangan yang cukup mampu menampung siswa untuk melaksanakan olahraga. Selain itu, dukung guru dan siswa jika suatu waktu terdapat kejuaraan-kejuaraan bulutangkis atau pelatihan-pelatihan tertentu yang menunjang profesionalisme guru penjas, khususnya yang berkaitan dengan bulutangkis seperti misalnya penataran wasit bulutangkis, dan sebagainya. Hal ini diharapkan mampu memberikan motivasi bagi guru dan siswa yang memiliki bakat dalam bulutangkis sehingga dapat memunculkan benih-benih atlet bulutangkis di sekolah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian tentang kemampuan gerak dasar *overhead lob* bulutangkis ini tidak semata-mata berakhir berdasarkan hasil simpulan yang diberikan, namun masih memunculkan peluang-peluang bagi peneliti lain untuk mengembangkan metode-metode pembelajaran lainnya untuk lebih meningkatkan kemampuan siswa dalam gerak dasar *overhead lob* atau kemampuan gerak dasar lainnya dalam bulutangkis. Amati permasalahan yang seringkali terjadi pada siswa saat belajar bulutangkis, lalu susun sebuah metode atau program pembelajaran tertentu yang akan dikembangkan dalam penelitian. Pertimbangkan beragam kendala yang mungkin terjadi saat pembelajaran bulutangkis berlangsung dan siasati cara penyelesaian masalahnya. Pertimbangkan pula kondisi siswa di sekolah yang bersangkutan, jangan memberatkan hal apapun yang mungkin bisa mempengaruhi berlangsungnya proses pembelajaran bulutangkis.