

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Berikut ini peneliti akan menyajikan kesimpulan dan saran yang diperoleh dari temuan-temuan di lapangan selama pelaksanaan tindakan penelitian pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok melalui Permainan Melompati Parit pada kelas IV SDN Pangluyu Kecamatan Cisitu Kabupaten Sumedang. Berikut adalah hal yang akan diuraikan.

A. SIMPULAN

Dari hasil penelitian ini melalui proses pengolahan data, analisis data dan pembahasan hasil penelitian yang telah dilakukan melalui modifikasi permainan melompat dapat meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV SDN Pangluyu Kecamatan Cisitu Kabupaten Sumedang, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Perencanaan

Pada tahap ini peneliti akan menyimpulkan tahap perencanaan pembelajaran. Pertama-tama peneliti mempersiapkan materi yang akan disampaikan dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok, menentukan tujuan pembelajaran, metode pembelajaran, dan penggunaan Permainan Melompati Parit untuk meningkatkan tahapan-tahapan lompat jauh gaya jongkok yaitu awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat. Kemudian menentukan langkah-langkah pembelajaran pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran, menentukan instrumen yang akan digunakan selama proses pembelajaran, dan menentukan teknik pengolahan data yang akan digunakan untuk mengetahui hasil setelah pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan Permainan Melompati Parit. Hasil yang dicapai pada perencanaan siklus I yaitu 74 % yang mana hasil ini masih jauh dari target yang ditentukan sehingga perlu adanya perbaikan pada siklus selanjutnya. Pada siklus II mencapai persentase 87,8 %, hasil persentase pada siklus II ini mengalami peningkatan dibandingkan siklus I namun masih belum mencapai target yang telah ditentukan sehingga masih perlu diadakan perbaikan pada siklus III. Dalam siklus III tahapan perencanaan ini

sudah melebihi target yang ditentukan yaitu 90 %, karena pada siklus III mencapai persentase 93 %.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, guru menyampaikan maksud dan tujuan penggunaan Permainan Melompati Parit untuk meningkatkan hasil pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Penilaian selama pelaksanaan pembelajaran dilakukan diakhir dengan melakukan tes gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dan penilaian selama proses pembelajaran. Penilaian proses pembelajaran dilakukan dengan observasi dan mengamati aktivitas siswa yang meliputi aspek disiplin, keberanian dan percaya diri. Sedangkan tes akhir dilakukan dengan tes praktek lompat jauh gaya jongkok.

Pelaksanaan kinerja guru mengalami peningkatan dari tiap siklusnya. Pada siklus I diperoleh persentase sebesar 72,9 % sehingga masih perlu diadakan perbaikan pada siklus selanjutnya. Pada siklus II mencapai persentase 83,75 % atau naik beberapa persen dari siklus I namun masih belum mencapai target. Kemudian pada siklus III diperoleh persentase sebesar 94 % dari target 90 % sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian pada siklus III ini sudah mencapai target yang ditentukan.

3. Hasil Belajar

Berdasarkan data hasil tes pembelajaran lompat jauh gaya jongkok yang telah dilakukan selama penelitian, dapat disimpulkan bahwa hasil dari pembelajaran lompat jauh gaya jongkok ini mengalami peningkatan selama siklus I sampai siklus III. Pada siklus I siswa yang tuntas sebanyak 11 siswa atau jika dipersentasekan adalah 44 % sedangkan yang belum tuntas sebanyak 14 siswa atau 56 %. Pada siklus II siswa yang tuntas sebanyak 17 siswa atau 68 % sedangkan yang belum tuntas 8 siswa atau 32 %. Dan yang terakhir pada siklus III siswa yang mendapat nilai tuntas sebanyak 22 siswa atau 88 % dan yang belum tuntas 3 siswa atau 12 %. jika dilihat dari target yang ditentukan yaitu 80 %, maka penelitian tindakan kelas ini dapat dikatakan berhasil.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Penelitian Tindakan Kelas melalui Permainan Melompati Parit ini dapat meningkatkan pembelajaran gerak

dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV SDN Pangluyu Kecamatan Cisu Kabupaten Sumedang.

B. Implikasi

Pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok menggunakan Permainan Melompati Parit ini merupakan pengembangan alat, media dan metode pembelajaran yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.

C. Rekomendasi

Permbelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui Permainan Melompati Parit dapat meningkatkan gerak dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV SDN Pangluyu Kecamatan Cisu Kabupaten Sumedang. Dengan hasil penelitian gerak dasar lompat jauh gaya jongkok dengan menggunakan Permainan Melompati Parit. Maka ada beberapa hal yang dapat disarankan oleh peneliti yaitu sebagai berikut.

1. Bagi Siswa

- a. Gerak dasar lompat jauh gaya jongkok perlu diajarkan kepada siswa untuk meningkatkan pengetahuan siswa terhadap pembelajaran penjas.
- b. Untuk meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran Penjas, maka penggunaan Permainan Melompati Parit perlu dilakukan.
- c. Sangat diperlukan penggalan potensi yang dimiliki masing-masing siswa. Ini yang dimaksud dengan meningkatkan bakat yang dimiliki setiap individu.

2. Bagi Guru

- a. Penggunaan metode permainan dalam pembelajaran siswa perlu dilakukan oleh guru karena dapat meningkatkan semangat siswa dalam pembelajaran gerak dasar lompat jauh gaya jongkok.
- b. Guru harus mampu menciptakan perubahan pada pembelajaran, sehingga terciptanya inovasi pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran penjas agar lebih menarik.
- c. Seorang guru diharapkan memiliki keterampilan dan kemampuan mengelola siswa di lapangan serta menciptakan pembelajaran yang aktif, kreatif dan efektif sehingga dengan menggunakan Permainan Melompati Parit menjadi menyenangkan bagi siswa.

3. Bagi Sekolah

- a. Sekolah diharapkan dapat memberikan kontribusi yang maksimal dalam memfasilitasi sarana dan prasarana penunjang pembelajaran baik untuk siswa maupun guru. Hal ini dimaksudkan untuk menunjang pelaksanaan Pendidikan Jasmani.
- b. Perlunya pembinaan dan pelatihan yang intensif terhadap guru Penjas yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan mengajar dalam rangka inovasi pembelajaran Pendidikan Jasmani.

4. Bagi Lembaga

- a. Hasil penelitian ini berguna sebagai referensi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.
- b. Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat dalam rangka perbaikan perbaikan pembelajaran, khususnya bagi program studi Pendidikan Jasmani menciptakan guru yang kreatif.

5. Bagi Peneliti

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk peneliti lain yang akan melaksanakan penelitian khususnya dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok.
- b. Bagi peneliti lain yang akan melakukan Penelitian Tindakan Kelas diharapkan menggunakan sumber yang lebih banyak lagi, ini dimaksudkan agar temuan-temuan dalam pelaksanaan pembelajaran lompat jauh lebih lengkap.

