

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Berikut ini peneliti akan memaparkan kesimpulan dan saran yang diperoleh dari temuan dilapangan selama pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut melalui permainan loncat tali dikeas V SDN panyingkiran III Kab. Sumedang.

A. Simpulan

Kurangnya modifikasi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani yang dilaksanakan oleh guru Pendidikan Jasmani menyebabkan pembelajaran kurang efektif. Sehingga pembelajaran terkesan monoton, dan menyebabkan kejenuhan bagi siswa.

Kenyataan yang terjadi dilapangan bahwa pembelajaran lompat tinggi gaya guling perut kurang berkembang dikarenakan kurangnya pemahaman siswa mengenai lompat tinggi gaya guling perut. Disamping itu juga faktor guru yang mengajarkan lompat tinggi gaya guling perut masih menggunakan metode komando.

Pembelajaran lompat tinggi gaya guling perut melalui permainan lompat tali solusinya untuk meningkatkan gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut di kelas V SDN Panyingkiran III, Kab Sumedang. Pada prosesnya meliputi perencanaan, aktivitas dan kinerja guru, dan hasil belajar sebagai berikut.

1. Perencanaan

Perencanaan kinerja guru yang dilakukan dalam pembelajaran gerak dasar lompat tinggi melalui permainan loncat tali karet, meliputi penyusunan rencana tindakan untuk memecahkan masalah lama peningkatan hasil belajar dalam upaya perbaikan gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut. Hasil persentase perencanaan pembelajaran yaitu dari data awal 46%, siklus 59%, silus II 73% dan pada siklus III 96% sudah mencapai target yang ditentukan maka perencanaan dikatakan berhasil.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut melalui permainan loncat tali karet pada kegiatan inti pembelajaran, kegiatan banyak terpusat pada guru dengan mengajarkan gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut yang benar selanjutnya siswa dibagi kedalam dua kelompok untuk belajar lompat tinggi gaya guling perut secara leluasa. Pada data awal kinerja guru hanya 46%, siklus I 59%, Siklus II 73%, Siklus III 96% dan mencapai target yang diharapkan yaitu 85%.

3. Aktivitas Siswa

Aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut melalui permainan loncat tali mengalami peningkatan berdasarkan analisis selama proses pembelajaran berlangsung. Hampir seluruh siswa menunjukkan peningkatan dalam aktivitas pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut melalui permainan loncat tali. Pada data awal aktivitas siswa hanya 30%, siklus I hanya 21%, siklus II hanya 50%, siklus III 79%, dan mencapai target yang diinginkan yaitu 85%.

4. Hasil Belajar Siswa

Pembelajaran lompat tinggi yang dilaksanakan di kelas V SDN Panyingkiran III Kab, Sumedang menunjukkan peningkatan yang signifikan dari hasil paparan data awal hingga hasil siklus III dapat diuraikan sebagai berikut.

Peningkatan hasil belajar siswa dalam pelaksanaan lompat tinggi gaya guling perut setiap siklusnya dari data awal 14%, siklus I 40%, siklus II 65%, dan siklus III 85%. Dengan demikian, pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut melalui permainan loncat tali dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut pada siswa kelas V SDN panyingkiran III Kab. Sumedang.

B. Saran

Pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut melalui permainan loncat tali merupakan suatu strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan lompat tinggi gaya guling perut. Dengan demikian memperhatikan hasil penelitian tindakan kelas yang telah

dilaksanakan di SDN Panyingkiran III Kab. Sumedang ada beberapa hal yang dapat disarikan sebagai implikasi dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Guru

- a. Modifikasi permainan merupakan salah satu solusi yang dapat digunakan dan ditetapkan oleh guru Pendidikan Jasmani dalam pembelajaran gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut. Namun demikian, guru Pendidikan Jasmani harus mampu memilih dan mengerjakan teknik-teknik pembelajaran lainnya yang cocok untuk ditetapkan pada pembelajaran dengan memperhatikan karakteristik siswa, kedalaman materi dan hal-hal lainnya yang masih perlu dipertimbangkan.
- b. Guru sebagai fasilitator yang harus mau dan mampu mengadakan perubahan pada cara mengajar yang tadinya lebih banyak terpusat pada guru sekarang harus memulai merubah menjadi suatu pembelajaran yang lebih menitik beratkan pada keaktifan dan kreativitas peserta didik sehingga pembelajaran itu akan lebih menarik.
- c. Guru harus mampu menciptakan perubahan dalam mengajar, sehingga terciptanya pembelajaran yang lebih baik atau inovasi-inovasi yang baru.

2. Bagi Siswa

- a. Gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut perlu diajarkan kepada siswa dengan memperhatikan tingkat perkembangan siswa.
- b. Siswa perlu ditingkatkan lagi dalam gerak dasar lompat tinggi gaya guling perut, sehingga dengan pembelajaran lompat tinggi gaya guling perut siswa dapat melakukannya dengan baik.
- c. Sangat penting mengenali potensi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, ini dimaksud untuk meningkatkan bakat yang dimiliki setiap anak.

3. Bagi Sekolah

- a. Pihak sekolah harus dapat berupaya untuk memberikan kontribusi yang maksimal, karena untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani yang sesuai dengan kurikulum.
- b. Pembinaan dan pelatihan yang intensif terhadap para guru juga perlu diadakan oleh pihak sekolah, ini dimaksudkan agar, dapat meningkat kemampuan mengajarnya dalam rangka inovasi pembelajaran Pendidikan Jasmani.

4. Bagi UPI Kampus Sumedang

- a. Hasil penelitian ini semoga dapat dijadikan sebagai referensi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.
- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dalam rangka perbaikan pembelajaran. Khususnya bagi program studi Pendidikan Jasmani yang memproduksi guru yang kreatif.

5. Bagi Penelitian Lain

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya pembelajaran lompat tinggi
- b. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tindakan kelas hendaknya menggunakan sumber yang lebih banyak lagi, sehingga temuan-temuan dalam pelaksanaan pembelajaran pembelajaran gerak dasar lompat tinggi ini lebih lengkap.

