

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan, penerapan pendekatan bermain dapat diterapkan dan dilaksanakan dalam pembelajaran aktivitas jalan dan lari. Namun dalam proses pelaksanaan atau penerapannya, ada beberapa hal yang dapat disimpulkan oleh peneliti sebagai berikut :

1. Penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran aktivitas jalan dan lari di SDN Tilil 2 Kota Bandung masih belum terlaksana dengan baik, namun hasil penelitian ini menunjukkan perkembangan yang positif pada hasil belajar dan beberapa domain pembelajaran, yaitu : Meskipun tidak melalui proses pengujian secara empirik, namun baik dalam dimensi afektif, kognitif dan psikomotor. Dalam hal afektif menunjukkan perkembangan dalam sikap sportif dan percaya diri, dalam dimensi kognitif siswa dapat menunjukkan perkembangan dalam memahami konsep dari permainan yang diberikan, khususnya yang berhubungan dengan jalan dan lari. Meskipun tidak melalui proses pengujian secara empirik, dalam dimensi psikomotor siswa dapat menunjuk peningkatan jumlah waktu aktif meskipun fluktuatif.
2. Mengembangkan potensi peneliti dalam hal pembelajaran, setelah peneliti melakukan penelitian ini peneliti hampir memahami tentang implementasi pendekatan bermain dalam pembelajaran aktivitas jalan dan lari, sebagai bekal pengajaran di sekolah.
3. Dengan hasil penelitian ini sekolah atau guru sudah memiliki rujukan untuk membuat RPP khususnya dalam pembelajaran aktivitas jalan dan lari.
4. Guru PJOK di SDN Tilil 2 Kota Bandung menjadi tertarik untuk mengimplementasikan pendekatan bermain dalam pembelajaran aktivitas

jalan dan lari, karena siswa lebih menyukai pembelajaran aktivitas jalan dan lari dengan menggunakan pendekatan bermain.

B. Saran

Dengan berpedoman pada data-data yang diperoleh serta dalam rangka membantu mengembangkan proses pembelajaran dan mengatasi hambatan-hambatan pada kegiatan belajar mengajar khususnya dalam pembelajaran aktivitas jalan dan lari. Maka penulis mengungkapkan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat, yaitu sebagai berikut:

1. Dalam pembelajarannya guru dituntut untuk lebih kreatif dan variatif dalam kegiatan belajar mengajar sehingga siswa tidak mengalami kejenuhan dalam pembelajaran.
2. Dalam menerapkan model pendekatan bermain, sebaiknya menjelaskan aturan main yang berlaku se jelas mungkin kepada siswa, agar kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.
3. Dalam pembelajaran lari tidak boleh dilakukan terus menerus dalam melakukan bentuk permainan yang sama.
4. Para mahasiswa diharapkan dapat memahami permainan yang telah diberikan oleh guru pendidikan jasmani sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai .
5. Kepada rekan mahasiswa, disarankan untuk menerapkan pendekatan bermain dalam pembelajaran aktivitas jalan dan lari dan bisa lebih baik serta lebih cermat dalam pengamatan terhadap penelitian yang dilakukannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdoellah, arma (1985). *Olahraga Untuk Pelatian, Pembina dan Penggemar*. Yogyakarta: Akademika Prosindo.
- Adisasmita, (1992). *Olahraga Pilihan Atletik*. Jakarta: Depdikbud
- Bahagia, Y dan Suherman, A. (2000). *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Bahagia, Y. Ucup, Y. & Adang S. (2000). *Atletik*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Djumindar, M. (2004). *Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Furqon, M. (2008). *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Hendrayana, Y. dan Rahmat, A. (2014). *Bermain Atletik*. Bandung: redpoint.
- Hendrayana, H, H. dan Afrilianto, M, (2014). *Panduan bagi Guru Penelitian Tindakan Kelas: suatu Karya Tulis Ilmiah*. Bandung: Refika Aditama.
- Mahendra, A. (2009). *Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Bandung: redpoint.
- Djumindar, M. (2004). *Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hopkins, D. (1993). *A Teachers Guide to Classroom Research*, Buckingham: Open University.
- Joni, T. (1991). *Pendekatan Cara Siswa Belajar Siswa Aktif*. Jakarta.
- Lutan, R. (1996). *Manusia dan Olahraga*. Bandung. ITB dan FPOK UPI Bandung.
- Mustofa, B. (2016). *Implementasi Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Aktivitas Berlari*. (Skripsi). FPOK, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Nasution. (2004). *Asas-asas Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ningrum, E. (2009). *Penelitian Tindakan Kelas: PanduanPraktisdanContoh*. Bandung: Buana Nusantara.

Rian Maulana, 2017

IMPLEMENTASI PENDEKATAN BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN AKTIVITAS GERAK DASAR ATLETIK (JALAN DAN LARI)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah.

Sanjaya, W. (2009). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Bandung: Kencana.

Sukintaka. (1992). *Teori Bermain*. Bandung : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Subarja, Herman. (2007). *Permainan Kecil di Sekolah Dasar*. Jakarta : Universitas Terbuka.

Simanjuntak, Victor dkk. (2008). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.

Sudrajat, A. (2008). *Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik dan Model Pembelajaran*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.

Sagala, S. (2005). *Konsep Makna Pembelajaran*. Bandung. CV. Alfabeta.

Saputra, M.Y. (2001). *Dasar-Dasar Keterampilan Atletik Pendekatan Bermain*. Jakarta: Depdiknas Dikdasmen Bekerjasama Dengan Dirjen Olahraga.

Sukadiyanto, (1996). *Penentuan Tahap Kemampuan Motorik Anak Sekolah Dasar*. Yogyakarta. FPOK IKIP Yogyakarta.

Tampubolon, S. (2014). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Erlangga

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Indonesia.

Sumber Online:

Secciola, (2016). *Perancangan Media Kampanye Manfaat Jalan Kaki Untuk Mencegah Penyakit Diabetes*. Volume 3, No 7, hlm. 8. [Online]. Tersedia di : <http://elib.unikom.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=jbptunikompp-gdl-lillasecti-35293>. Diakses Pada 20 Januari Pukul 19.30

Wahjoedi, (1999). *Definisi Pendekatan Pembelajaran*. Volume 5, No 9, hlm 10. [Online]. Tersedia di: <http://mtk2012unindra.blogapot.com/2012/definisi-pendekatan-pembelajaran.html?m=1>. Diakses Pada 29 November Pukul 20.10