

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berikut ini penulis akan menyajikan kesimpulan dan saran yang diperoleh dari temuan di lapangan selama pelaksanaan pembelajaran Loncat tinggi melalui permainan lompat tali sebagai berikut ini.

#### **A. Kesimpulan**

##### **1. Perencanaan Pembelajaran**

Dalam perencanaan pembelajaran peneliti mempersiapkan rencana yang akan dilakukan dalam pelaksanaan pembelajaran. Dengan yaitu menyusun RPP juga mempersiapkan peralatan yang akan digunakan. Pada siklus I Perencanaan tindakan berawal dari hasil refleksi pertama, untuk mengatasi kemampuan dasar siswa pada loncat tinggi tersebut peneliti menetapkan dengan menggunakan permainan lompat tali dengan tahapan pembelajaran yang sistematis. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar loncat tinggi, dengan itu siswa dapat melakukan loncat tinggi. Pada siklus II berdasarkan analisis dan refleksi siklus I, maka dilaksanakan tindakan siklus II karena dirasa masih perlu perbaikan serta peningkatan, maka perlu ditindaklanjuti kekurangan-kekurangan tersebut dengan melaksanakan tindakan-tindakan di awal siklus II, karena di siklus II tujuan pembelajaran ditekankan pada penugasan loncat tinggi melalui permainan lompat tali. Tindakan dengan perencanaan pembelajaran siklus III disusun berdasarkan kelemahan dan hambatan perencanaan pada tindakan siklus II,

maka untuk meningkatkan dan memperbaiki perencanaan tindakan tersebut peneliti menyatakan dan memperbaiki perencanaan tindakan tersebut peneliti menyusun rancangan rencana pembelajaran tentang meningkatkan kemampuan gerak dasar loncat tinggi melalui permainan lompat tali pada siklus III. Dilakukan 1 kali pertemuan, alokasi waktu dua kali tiga puluh lima menit, sistematika proses pembelajaran terdiri dari kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan akhir. Sehingga diperoleh hasil pada tiap siklus mengenai perencanaan pembelajaran yaitu data awal diperoleh hasil berdasarkan IPKG I dengan rata-rata 1,57 atau 39,70%, kemudian diadakan tindakan pada siklus I memperoleh hasil dengan rata-rata 2,63 atau 60,29%. Kemudian pada siklus II diperoleh hasil dengan rata-rata 3,11 atau 77,94% dan hasil akhir pada siklus III diperoleh jumlah dengan rata-rata 3,81 atau 95,60% dengan target yang direncanakan dalam perencanaan pembelajaran mencapai 90%, sehingga berdasarkan hasil sudah mencapai target bahkan lebih dari target mengenai perencanaan pembelajaran.

## **2. Pelaksanaan Pembelajaran**

Dalam pelaksanaan pembelajaran setiap siklus hampir sama, hanya saja ada hal yang membedakan dari faktor penyampaian materi yang diberikan dan dan awal kegiatan inti, yaitu pada siklus I melakukan gerak dasar loncat tinggi melalui permainan lompat tali dengan model lompat tali yang diletakan di atas. Pada siklus II melakukan gerak dasar loncat tinggi melalui permainan lompat tali dengan model lompat tali yang ditinggikan temannya, Pada siklus III melakukan gerak dasar loncat tinggi melalui

permainan lompat tali dengan model lompat tali yang ditinggikan temannya dengan formasi bintang.

Setelah pengetesan selesai siswa dikumpulkan untuk mendengarkan penjelasan guru, koreksi secara menyeluruh sambil tanya jawab, tindak lanjut diberikan supaya siswa mau berlatih memanfaatkan waktu senggang. Adapun hasil menurut hasil pengamatan observasi dengan menggunakan format IPKG II didapat hasil pada data awal mendapat hasil dengan rata-rata 1,68 atau 51,47% setelah dilakukan tindakan pada siklus I mendapat hasil rata-rata 2,32 atau 58,33%, pada siklus II mendapat rata-rata 2,99 atau 75,00% dan pada tindakan terakhir atau siklus III mendapat hasil dengan rata-rata 3,91 atau 96,50%. Dengan target tujuan adalah 90%, sehingga rencana target tujuan bisa tercapai dengan hasil 96,50%. Dalam kegiatan aktivitas siswa ada beberapa faktor yang menjadi faktor utama dalam kegiatan pembelajaran gerak dasar loncat tinggi melalui permainan lompat tali dengan awal dari penyebab kurang berhasilnya pembelajaran loncat tinggi yaitu siswa kurang termotivasi, kurang adanya kedisiplinan dalam menyimak materi serta sportivitas dalam pelaksanaan pembelajaran juga masih kurang. Berdasarkan analisis aktivitas siswa Aktivitas siswa dalam proses pembelajaran berlangsung, dalam setiap siklus mengalami peningkatan. Pada siklus I siswa yang memperoleh kriteria baik mencapai 14,3% dan pada pada siklus III menjadi 35,7%. Siswa yang memperoleh nilai cukup yang semula pada Siklus I sebesar 42,85, pada siklus III menjadi 60,7%. Sebaliknya untuk siswa yang

memperoleh nilai kurang mengalami penurunannya dari siklus I yang semula 42,85 pada siklus III tinggal 3,6%.

### **3. Hasil Belajar**

Pembelajaran gerak dasar yang digunakan dalam pembelajaran loncat tinggi yang dilakukan pada tiap siklus ada tiga aspek yaitu awalan, tolakan satu kaki, sikap badan saat melewati mistar dan mendarat. Berdasarkan hasil analisis hasil belajar siswa dalam pelaksanaan pembelajaran, setiap siklusnya terjadi peningkatan yang baik, setiap aspek yang diamati mengalami peningkatan setiap siklusnya mulai dari rata-rata nilai siswa, maupun pada persentase ketuntasan. Pada Siklus I, dilihat dari jumlah siswa yang memenuhi kriteria ketuntasan Minimal (KKM) hanya 15 orang atau 55,56%. Dengan demikian masih ada 13 siswa atau 44,44% siswa yang belum mencapai KKM dan dinyatakan belum tuntas. Siklus II, dilihat dari jumlah siswa yang memenuhi KKM mengalami peningkatan sebesar 18,48% dari 15 orang pada siklus I menjadi 20 orang atau 74,07%. Dengan demikian tinggal 8 siswa atau 23,93% siswa yang belum mencapai KKM dan dinyatakan belum tuntas. Siklus III, dilihat dari jumlah siswa yang memenuhi KKM mengalami peningkatan sebesar 25,93% dari 20 orang pada siklus II menjadi 28 orang atau 100%. Dengan demikian seluruh siswa yang sudah mencapai KKM dan dinyatakan tuntas.

## **B. Saran-Saran**

Setelah disimpulkan dari hasil penelitian tindakan kelas ini, maka perlu kiranya dibuat saran-saran untuk menjadi perhatian dan bahan pertimbangan dalam menetapkan kebijakan yang berhubungan dengan mutu pembelajaran khususnya mata pelajaran Penjas. Saran-saran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Kepada guru pendidikan jasmani, bahwa pembelajaran loncat tinggi melalui kegiatan permainan lompat tali, dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam memilih dan menetapkan strategi atau model pembelajaran dalam upaya peningkatan mutu pembelajaran Pendidikan Jasmani. Hal ini akan memberikan keuntungan diantaranya siswa dapat melakukan frekuensi lompatan lebih banyak dan merata, keleluasan bergerak dan berkompetitif, sekaligus peserta didik dapat menggali dan mengerahkan potensi yang ada dalam dirinya.
2. Kepada murid, siswa harus lebih rajin mengikuti pelajaran penjas dan melaksanakan tugas-tugas latihan di lingkungan tempat tinggalnya
3. Kepada Lembaga sekolah Dasar, bahwa pembelajaran lompat tali yang dilakukan secara bervariasi dan menyenangkan peserta didik, dapat dijadikan salah satu model pembelajaran pendidikan Jasmani dalam KTSP. Dalam rangka meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa diharapkan dukungan dari pihak sekolah baik sarana maupun prasarana yang diperlukan dalam pembelajaran Penjas.

4. Kepada lembaga UPI, bahwa penelitian tindakan kelas (PTK) ini agar lebih dikembangkan, hal ini akan membawa dampak positif terhadap mahasiswa dalam mengembangkan model-model pembelajaran.