

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berikut ini peneliti akan memaparkan kesimpulan dan saran yang diperoleh dari temuan di lapangan selama pelaksanaan penelitian meningkatkan pembelajaran gerak dasar atletik lari estafet melalui permainan memindahkan benda pada kelas V SDN Sukadana II Kecamatan Malausma Kabupaten Majalengka.

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

Dalam perencanaan pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar lari estafet melalui permainan memindahkan benda, dengan memberikan penjelasan, arahan dan acuan yang lebih jelas tentang materi gerak dasar atletik khususnya lari estafet. Perencanaan pembelajaran yang dilaksanakan sesuai dengan perencanaan pelaksanaan pembelajaran yang telah ditentukan dan disusun peneliti dan merefleksikan bersama guru penjas, dan kepala sekolah pada setiap siklusnya. Kriteria penilaian yang dinilai pada aspek perencanaan pembelajaran diantaranya: perumusan tujuan pembelajaran, serta mengembangkan dan mengorganisasikan materi, media, dan metode pembelajaran, dan merencanakan skenario kegiatan pembelajaran dan merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian, dan tampilan dokumen.

Secara keseluruhan dari hasil observasi perencanaan pembelajaran yang sudah dilakukan, maka didapat hasil dari perencanaan pembelajaran pada data awal yaitu 47,33%. Kemudian setelah dilakukan tindakan pada siklus I, hasilnya meningkat yaitu 72,34%. Sedangkan dari hasil siklus II, hasilnya meningkat kembali yaitu 85,92% dan pada tindakan siklus III adalah sebesar 100%. Dengan perolehan presentase perencanaan pembelajaran tersebut, maka telah tercapainya target yang diinginkan yaitu 100%.

## **2. Kinerja Guru dalam Melaksanakan Pembelajaran**

Dalam tahap pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan guru, mengacu pada perencanaan pembelajaran yang ditentukan dan disusun oleh peneliti, guru penjas dan kepala sekolah pada tiap siklusnya yaitu penerapan permainan memindahkan benda untuk meningkatkan gerak dasar lari estafet.

Diantaranya pada kegiatan awal pelaksanaan pembelajaran guru menjelaskan secara sistematis tujuan dari pembelajaran permainan memindahkan benda, serta memberikan pengarahan, motivasi serta membimbing siswa agar dapat meningkatkan gerak dasar lari estafet. Selanjutnya pada kegiatan inti, guru lebih memfokuskan kemampuan dan kreatifitas siswa untuk lebih meningkatkan gerak dasar lari estafet melalui permainan memindahkan benda, serta memberikan kesempatan kepada setiap siswa untuk lebih leluasa untuk mencoba melakukan permainan memindahkan benda dengan arahan dan bimbingan dari guru. Kegiatan pembelajaran disusun agar lebih menarik dengan cara mengelompokan dan memainkan suatu permainan dalam pertandingan, dimaksudkan supaya dalam pembelajaran siswa termotivasi dan antusias untuk mengikuti pembelajaran.

Kemudian dalam kegiatan belajar mengajar, guru harus menyusun permainan lompat angka dengan peraturan yang disederhanakan lagi dengan cara mengelompokan siswa menjadi beberapa kelompok pada tiap siklusnya agar siswa lebih fokus dan antusias dalam mengikuti pembelajaran. Secara keseluruhan dari hasil observasi pelaksanaan kinerja guru dalam melaksanakan pembelajaran yang sudah dilakukan, maka didapat hasil pelaksanaan kinerja guru pada data awal yaitu 46%. Kemudian setelah dilakukan tindakan pada siklus I, hasilnya meningkat yaitu 66,25%. Sedangkan dari hasil siklus II, hasilnya meningkat yaitu 87,5% dan pada tindakan siklus III adalah sebesar 97,5%. Dengan perolehan presentase pelaksanaan kinerja guru tersebut, maka telah tercapainya target yang diinginkan yaitu 90%.

### 3. Aktivitas Siswa

Untuk aktivitas siswa pada pembelajaran permainan memindahkan benda untuk meningkatkan gerak dasar lari estafet, meliputi aspek yang dinilai yaitu semangat, percaya diri dan disiplin. Setelah peneliti melaksanakan keseluruhan, maka didapat hasil aktivitas siswa pada data awal yaitu 0%. Kemudian setelah dilakukan tindakan pada siklus I, hasilnya meningkat yaitu 41,7%. Sedangkan dari hasil siklus II, hasilnya meningkat yaitu 75% dan pada tindakan siklus III adalah sebesar 95,8%.

Diantaranya aspek yang terdapat pada aktivitas siswa, pada siklus I persentase dapat dilihat pada aspek disiplin yang mendapat skor 1 ada 3 siswa atau 12,5%. yang mendapatkan skor 2 ada 9 (37,5%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 8 (33%) dan yang mendapat skor 4 ada 4 (16,2%). Kemudian untuk aspek kerjasama yang mendapat skor 1 ada 4 siswa atau 16,2%. yang mendapatkan skor 2 ada 6 (25%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 10 (41,2%) dan yang mendapat skor 4 ada 4 (16,2%). Dan untuk aspek kejujuran yang mendapat skor 1 ada 4 siswa atau 16,2%. yang mendapatkan skor 2 ada 13 (54,2%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 6 (25%) dan yang mendapat skor 4 ada 1 (4,2%). Berdasarkan data yang diperoleh maka tafsirannya pada siklus I adalah siswa mendapatkan kriteria BS (baik sekali) 10 (41,7%), siswa mendapatkan kriteria B (baik) ada 9 siswa (37,5%) siswa mendapatkan kriteria C (cukup) ada 3 siswa (12,5%) dan yang mendapat kriteria K (kurang) ada 2 orang siswa (8,3%).

Pada siklus II persentase dapat dilihat pada aspek disiplin yang mendapat skor 1 tidak ada yang memperoleh atau 0%. yang mendapatkan skor 2 ada 2 (8,3%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 8 (33%) dan yang mendapat skor 4 ada 16 (66,7%). Kemudian untuk aspek kerjasama yang mendapat skor 1 tidak ada yang memperoleh atau 0%. yang mendapatkan skor 2 ada 3 (12,5%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 13 (54,2%) dan yang mendapat skor 4 ada 8 (33,3%). Dan untuk aspek kejujuran yang mendapat skor 1 tidak ada yang memperolehnya atau 0%. yang mendapatkan skor 2 ada 4 (16,7%) siswa yang mendapatkan skor 3 ada 14 (58,3%) dan yang mendapat skor 4 ada 6 (25%). Berdasarkan data yang diperoleh maka tafsirannya pada siklus II adalah siswa mendapatkan kriteria BS

(baik sekali) ada 18 siswa (75%), siswa mendapatkan kriteria B (baik) ada 6 orang siswa (25%) sedangkan siswa yang mendapatkan kriteria C (cukup) dan kriteria K (kurang) tidak ada yang memperoleh atau 0%.

Pada siklus III persentase dapat dilihat pada aspek disiplin pada skor 1, 2 dan 3 tidak ada yang memperoleh atau 0%, sedangkan pada skor 4 ada 24 orang siswa (100%). Kemudian untuk aspek kerjasama pada skor 1 dan 2 tidak ada yang memperoleh atau 0%. Sedangkan siswa yang mendapatkan skor 3 ada 5 orang siswa (20,8%) dan yang mendapat skor 4 ada 19 (79,2%). Dan untuk aspek kejujuran pada skor 1 dan 2 tidak ada yang memperolehnya atau 0%, siswa yang mendapatkan skor 3 ada 7 (29,2%) dan yang mendapat skor 4 ada 17 (70,8%). Berdasarkan data yang diperoleh maka tafsirannya pada siklus II adalah siswa mendapatkan kriteria BS (baik sekali) ada 23 siswa (95,8%), pada kriteria B (baik) ada 1 siswa atau 4,2%, sedangkan kriteria C (cukup) dan kriteria K (kurang) tidak ada yang memperoleh atau 0%. Dengan perolehan presentase pelaksanaan kinerja guru tersebut, maka telah tercapainya target yang diinginkan yaitu 90%.

#### **4. Hasil Belajar Siswa**

Peningkatan kualitas pembelajaran yang meliputi perencanaan, kinerja guru dan aktivitas siswa, menunjukkan hasil yang nyata, mampu melampaui KKM yang telah ditentukan sebesar 70. Peningkatan gerak dasar lari estafet terbukti dari peningkatan setiap siklus dimana pada siklus I jumlah siswa yang tuntas adalah 13 orang siswa atau 54,2, pada siklus II jumlah siswa yang tuntas meningkat menjadi 17 siswa atau 70,8%, pada siklus III jumlah siswa yang tuntas kembali meningkat menjadi 21 siswa atau 87,5%, sedangkan 3 siswa dinyatakan belum tuntas karena nilai yang diperoleh belum mencapai KKM, tetapi hasil pembelajaran yang telah tercapai sudah melewati KKM 70 dan target 80% hasil belajar siswa kelas V dalam pembelajaran gerak dasar lari estafet dinyatakan tuntas dalam pembelajaran tersebut.

## **B. Saran**

Selelah menarik kesimpulan dari pembelajaran gerak dasar lari estafet melalui permainan memindahkan benda merupakan suatu strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan lari estafet yang benar. Dengan memperhatikan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di SDN Sukadana II Kecamatan Malausama Kabupaten Majalengka, ada beberapa hal yang dapat disarankan sebagai implikasi dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

### **1. Bagi Siswa**

Dalam aktivitas pengembangan seperti materi pendidikan jasmani harus diajarkan kepada siswa dengan memperhatikan tingkat perkembangan dan karakteristik siswa. Para siswa juga perlu dibina untuk melakukan gerak dasar lari estafet yang baik. Salah satunya adalah dengan penerapan pembelajaran permainan memindahkan benda untuk meningkatkan gerak dasar lari estafet. Hal-hal yang harus diperhatikan bagi siswa untuk meningkatkan gerak dasar lari estafet, diantaranya sebagai berikut :

- a. Olahraga atletik khususnya lari estafet perlu diketahui oleh siswa.
- b. Gerak dasar lari estafet perlu diajarkan kepada siswa agar siswa dapat mengerti cara melakukan lari estafet dengan baik dan harus memperhatikan tingkat kemampuan dan perkembangan siswa.
- c. Para siswa perlu dibina untuk melakukan lari estafet, sehingga dengan pembelajaran melalui permainan memindahkan benda nantinya siswa dapat melakukan lari estafet dengan baik.
- d. Diperlukan penggalian potensi masing-masing siswa dalam pelajaran pendidikan jasmani, ini dimaksudkan untuk meningkatkan bakat yang dimiliki setiap anak.

### **2. Bagi Guru**

Di dalam melaksanakan pembelajaran, seorang guru hendaknya harus menciptakan pembelajaran yang aktif, interaktif, kreatif, efektif dan menyenangkan, diantaranya sebagai berikut :



- a. Melalui permainan memindahkan benda adalah merupakan salah satu solusi yang dapat digunakan dan diterapkan oleh guru pendidikan jasmani dalam pembelajaran atletik khususnya gerak dasar lari estafet. kemudian guru pendidikan jasmani harus mampu mengembangkan lagi teknik-teknik pembelajaran lainnya yang cocok untuk diterapkan pada pembelajaran dengan memperhatikan karakteristik siswa, kedalaman materi, dan hal-hal lainnya yang masih perlu dipertimbangkan.
- b. Guru hendaknya perlu memahami secara mendalam mengenai modifikasi media, sehingga dalam penerapannya tidak menjadi salah persepsi.
- c. Guru sebagai fasilitator harus mampu mengadakan perubahan pada cara mengajar yang tadinya lebih banyak terpusat pada guru, sekarang harus mulai merubahnya menjadi suatu pembelajaran yang lebih menitik beratkan pada keaktifan dan kreatifitas siswa sehingga pembelajaran agar lebih menarik lagi serta mampu dipahami oleh siswa.
- d. Para guru disarankan untuk memiliki kemauan, keuletan, kreatif, dan punya keberanian untuk mengembangkan pembelajaran dan mengembangkan berbagai potensi, baik potensi diri sebagai guru, potensi lingkungan maupun potensi siswa. Karena penelitian membuktikan bahwa pembelajaran lari estafet yang selama ini dinilai sulit oleh para guru, dengan kerja keras ternyata dapat dioptimalkan dengan baik.

### **3. Bagi Sekolah**

- a. Untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, maka pihak sekolah diharapkan dapat berupaya untuk memberikan kontribusi yang maksimal agar pembelajaran ini berlangsung dengan tuntutan kurikulum. Hal tersebut juga dapat dilakukan dengan sarana dan prasarana penunjang pembelajaran baik untuk siswa maupun guru
- b. Pembinaan dan pelatihan yang intensif terhadap para guru juga perlu diadakan oleh pihak sekolah, ini dimaksudkan agar dapat meningkatkan kemampuan mengajarnya dalam rangka inovasi pembelajaran pendidikan jasmani.

- c. Dalam meningkatkan bakat dan minat terhadap olahraga atletik khususnya lari estafet, maka perlu diadakannya pertandingan baik pada tingkat gugus, kecamatan maupun tingkat kabupaten yang dilakukan secara berkala.

#### **4. Bagi Lembaga UPI Kampus Sumedang**

Hasil-hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dalam rangka perbaikan pembelajaran, khususnya bagi mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani berikutnya.

#### **5. Bagi Peneliti Lain**

Hasil-hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dan menjadi perbandingan sebagai sumber referensi dalam rangka perbaikan pembelajaran, khususnya bagi mahasiswa program studi pendidikan jasmani berikutnya yang mengambil materi lari estafet.

