

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang meningkatkan kelincahan dalam kebugaran jasmanimelalui permainantukang rampasdi kelas VSDN Bendungan II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedangdapatdisimpulkanbahwa :

1. Perencanaan Kinerja Guru

Perencanaan pembelajaran meningkatkan kelincahan dalam kebugaran jasmanimelalui permainantukang rampas,memberikan arah dan acuan yang jelas tentang materikelincahandalam kebugaran jasmani.Perencanaan pembelajaran yang dilaksanakan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disiapkan dan ditentukan. Dimana, data awal keseluruhan persentase yang didapat baru mencapai 47,5%. Untuk komponen perumusan tujuan pembelajaran 43,7%.Komponen mengembangkan dan mengorganisasikan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran 43,7%. Komponen merencanakan skenario kegiatan pembelajaran 50%. Komponen merencanakan prosedur jenis dan menyiapkan alat penilaian 50%. Dan komponen yang terakhir yaitu tampilan dokumen rencana pembelajaran 50%.

Siklus I kegiatan siswa adalah siswa melakukan permainan tukang rampas dengan arena lapangan lingkaran yang digunakan sebagai rumah150 cm, dan lintasan 75 cm, secara keseluruhan persentase guru pada indikator perencanaan baru mencapai 69,6%. Kegiatan perumusan tujuan pembelajaran persentase yang diperoleh adalah 68%. Kegiatan mengembangkan dan mengorganisasikan meteri media sumber belajar dan metode pembelajaran persentase yang diperoleh adalah 68%. Kegiatan merencanakan skenario pembelajaran persentase yang diperoleh adalah 70%, kegiatan merencanakan prosedur jenis dan menyiapkan alat penilaian persentase yang diperoleh 67%.Dan tampilan dokumen rencana pembelajaran baru mencapai 75%.

Siklus II kegiatan siswa adalah Untuk siklus II pada pembelajaran ini peneliti memodifikasi ukuran permainan. Lingkaran yang digunakan sebagai rumah diperbesar dari 150 cm menjadi 200 cm, dan lintasan dari 75 cm menjadi 85 cm. Secara keseluruhan persentase guru pada indikator perencanaan baru mencapai 79,2%. Kegiatan perumusan tujuan pembelajaran persentase yang diperoleh adalah 75%. Kegiatan mengembangkan dan mengorganisasikan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran persentase yang diperoleh adalah 75%. Kegiatan merencanakan skenario pembelajaran persentase yang diperoleh adalah 75%. Kegiatan merencanakan prosedur jenis dan menyiapkan alat penilaian persentase yang diperoleh 83%. Dan tampilan dokumen rencana pembelajaran baru mencapai 88% masih belum mencapai target yang ditentukan yaitu 90%.

Kegiatan siswa pada siklus III pada pembelajaran ini peneliti memodifikasi ukuran permainan. Lingkaran yang digunakan sebagai rumah diperbesar dari 200 cm menjadi 250 cm, dan lintasan dari 85 cm menjadi 95 cm, dengan perolehan secara keseluruhan persentase pada indikator perencanaan pembelajaran yang didapat mencapai 94% dan target 90%. Indikator perumusan tujuan pembelajaran, hasil persentase yang diperoleh mencapai 94%, indikator mengembangkan dan mengorganisasikan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran mencapai 94%, indikator merencanakan skenario kegiatan pembelajaran mencapai 90%, indikator merencanakan prosedur dan menyiapkan alat penilaian mencapai 92%, selanjutnya dari tampilan dokumen rencana pembelajaran mencapai 90%.

2. Pelaksanaan Kinerja Guru

Pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan tetap mengacu pada perencanaan pembelajaran yang sudah disusun dan disiapkan sebelumnya yang terdapat pada RPP. Pelaksanaan pembelajaran meningkatkan kelincahan melalui permainan tukang rampas, dengan kinerja guru untuk memotivasi, mengarahkan dan membimbing siswanya untuk meningkatkan kelincahan. Data awal secara keseluruhan persentase yang didapat baru mencapai 51,7%. Indikator pra

pembelajaran, hasil persentase yang diperoleh baru mencapai 62%, indikator membuka pembelajaran baru mencapai 37,5%, indikator mengelola inti pembelajaran, hasil persentase yang diperoleh baru mencapai 45%, indikator mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas baru mencapai 50%, indikator melaksanakan evaluasi proses dan hasil belajar baru mencapai 50%, dan indikator kesan umum kerja guru baru mencapai 62,5%.

Pada Siklus I aspek pertama adalah pra pembelajaran hasil yang dicapai adalah 75%. Dalam membuka pembelajaran, diraih hasil 75%. Dalam mengelola inti pembelajaran, diraih hasil 65%. Selanjutnya mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran pendidikan jasmani, diraih hasil sebesar 70%. Dalam pelaksanaan pembelajaran kelincahan melalui permainan tukang rampas adalah melaksanakan evaluasi proses dan hasil belajar kelincahan melalui permainan tukang rampas hasil yang dicapai 75%.Keefektifan proses pembelajaran, dan penampilan guru dalam pembelajaran hasil yang dicapai adalah 63%..

sikus II aspek pertama adalah pra pembelajaran hasil yang dicapai adalah 88%.Selanjutnya pada aspek kedua adalah membuka pembelajaran, diraih hasil 88%.Kemudian untuk aspek ketiga adalah mengelola inti pembelajaran, diraih hasil 80%.Aspek yang keempat adalah mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran pendidikan jasmani, diraih hasil sebesar 85%.Melaksanakan evaluasi proses dan hasil belajar kelincahan melalui permainan tukang rampas hasil yang dicapai 88%.Aspek yang terakhir adalah kesan umum kinerja guru, indikator yang belum tercapai adalah keefektifan proses pembelajaran, dan penampilan guru dalam pembelajaranhasil yang dicapai adalah 88%.

Pada siklus IIIaspek pra pembelajaran mencapai 100%, aspek membuka pelajaran, hasil persentase baru mencapai 100%, aspek mengelola inti pembelajaranmencapai 95%, aspek mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran pendidikan jasmani baru mencapai 95%, aspek melaksanakan evaluasi proses dan hasil belajar mencapai 100%, dan yang terakhir adalah kesan umum pelaksanaan kinerja guru mencapai 100%.Jika semua kegiatan tersebut dikonversikan

dengan skala nilai yang ditentukan mencapai kriteria BS (baik sekali), hasilnya telah mencapai target bahkan melebihi target tersebut sehingga tak perlu ada perbaikan pada siklus selanjutnya berhenti pada siklus ini.

3. Aktivitas Siswa

Untuk aktivitas siswa pada siklus I aspek tanggung jawab terdapat 3 (11%) siswa yang mendapatkan nilai 1, dan 19 (73%) siswa yang mendapatkan nilai 2, dan 4 (15%) yang mendapat nilai 3. Kemudian untuk aspek disiplin terdapat 7 (26%) siswa yang mendapat nilai 1, 14 (53%) mendapatkan nilai 2,5 (19%) siswa yang mendapat nilai 3. Untuk aspek kejujuran terdapat 3 (11%) siswa mendapatkan nilai 1,16 (62%) siswa yang mendapat nilai 2,7 (26%) siswa mendapatkan nilai 3, dan untuk aspek sportifitas terdapat 3 (11%) siswa yang mendapat nilai 1, 17 (65%) siswa yang mendapat nilai 2, 6 (23%) siswa yang mendapat nilai 3. Berdasarkan data yang diperoleh maka tafsirannya adalah 12 (46%) siswa mendapatkan kriteria B (baik), 14 (54%) siswa mendapatkan kriteria C (cukup). Secara keseluruhan presentase belum mencapai target yaitu 90% maka perlu dilakukan perbaikan pada siklus II.

Untuk aktivitas siswa pada siklus II pada aspek tanggung jawab terdapat 2 (8%) siswa yang mendapatkan nilai 1, dan 14 (53%) siswa yang mendapatkan nilai 2, dan 9 (34%) yang mendapat nilai 3. Kemudian untuk aspek disiplin terdapat 1 (3%) siswa yang mendapat nilai 1, 19 (73%) mendapatkan nilai 2,6 (24%) siswa yang mendapat nilai 3. Untuk aspek kejujuran terdapat 2 (8%) siswa mendapatkan nilai 1,16 (62%) siswa yang mendapat nilai 2,7 (30%) siswa mendapatkan nilai 3, dan untuk aspek sportifitas terdapat 2 (8%) siswa yang mendapat nilai 1, 18 (69%) siswa yang mendapat nilai 2, 6 (23%) siswa yang mendapat nilai 3. Berdasarkan data yang diperoleh maka tafsirannya adalah 19 (73%) siswa mendapatkan kriteria B (baik), 7 (27%) siswa mendapatkan kriteria C (cukup). Secara keseluruhan presentase belum mencapai target yaitu 90% maka perlu dilakukan perbaikan pada siklus selanjutnya..

Untuk aktivitas siswa pada siklus III adalah pada aspek tanggung jawab tidak ada siswa yang mendapatkan nilai 1, dan 9 (34%) siswa yang mendapatkan nilai 2,

dan 17 (66%) yang mendapat nilai 3. Kemudian untuk aspek disiplin tidak ada siswa yang mendapat nilai 1, 14 (53%) mendapatkan nilai 2, 12 (47%) siswa yang mendapat nilai 3. Untuk aspek kejujuran tidak ada siswa mendapatkan nilai 1, 12 (47%) siswa yang mendapat nilai 2, 14 (53%) siswa mendapatkan nilai 3, dan untuk aspek sportifitas tidak ada siswa yang mendapat nilai 1, 12 (47%) siswa yang mendapat nilai 2, 14 (53%) siswa yang mendapat nilai 3. Berdasarkan data yang diperoleh maka tafsirannya adalah 23 (88%) siswa mendapatkan kriteria B (baik), 3 (12%) tidak ada siswa yang mendapatkan kriteria C (cukup). Secara keseluruhan presentase telah mencapai target yaitu 90% maka tidak perlu dilakukan perbaikan pada siklus selanjutnya.

4. Hasil Belajar

Peningkatan kualitas pembelajaran yang meliputi kinerja guru dan aktivitas siswa, menunjukkan hasil yang nyata, mampu melampaui KKM yang telah ditentukan sebesar 70. Peningkatan kelincahan terbukti dari peningkatan setiap siklus di mana pada siklus I persentase penguasaan tiap-tiap siswa dalam aspek kelincahan dengan melalui permainan tukang rampas, hasil belajar siswa yang tuntas menjadi 12 siswa dari 26 siswa atau mencapai 46%. Sedangkan siswa yang belum tuntas sebanyak 14 orang siswa atau 54%.

pada siklus II siswa yang sudah memenuhi ketentuan minimal tentang persentase penguasaan tiap-tiap siswa dalam aspek kelincahan dengan melalui permainan tukang rampas, hasil belajar siswa yang tuntas menjadi 18 siswa dari 26 siswa atau mencapai 70%. Sedangkan siswa yang belum tuntas sebanyak 8 orang siswa atau 30%..

Pada siklus III tentang persentase penguasaan tiap-tiap siswa dalam aspek kelincahan dengan melalui permainan tukang rampas, hasil belajar siswa yang tuntas menjadi 24 siswa dari 26 siswa atau mencapai 92%. Sedangkan siswa yang belum tuntas sebanyak 2 orang siswa atau 8%.

Berdasarkan rumusan di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis tindakan bahwa pembelajaran kelincahan menggunakan permainan tukang rampas, pada siswa kelas V SDN Bendungan I telah meningkat.

B. Saran

Pembelajaran kelincahan melalui permainan tukang rampas merupakan suatu strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran kelincahan. Dengan memperhatikan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di SDN Bendungan II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang, ada beberapa hal yang dapat disarankan sebagai implikasi dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagisiswa

Dengan dilaksanakan penelitian ini dapat membuat pembelajaran olahraga atau pendidikan jasmani lebih menyenangkan serta dapat memudahkan siswa dalam memahami pembelajaran kebugaran jasmani khususnya kelincahan.

2. Bagi guru

Manfaat yang diharapkan oleh peneliti bagi guru adalah sehingga pembelajaran berlangsung efektif dan efisien. Dengan dilaksanakan penelitian ini, guru pendidikan jasmani dapat kreatif memodifikasi permainan untuk kelangsungan proses belajar mengajar dan guru mampu berkreatifitas untuk melahirkan ide gerak yang mudah dipahami oleh siswa, sehingga permasalahan-permasalahan yang dihadapi dapat diatasi khususnya dalam penyampaian materi kebugaran.

3. Bagi Sekolah

Dengan penelitian ini sekolah diharapkan dapat memberikan pembaharuan dalam rangka perbaikan proses pembelajaran, dapat memberikan masukan dalam meningkatkan kualitas pembelajaran, dapat menjadi rujukan sekolah dalam mengambil kebijakan tentang peraturan sekolah, dan dapat membantu tercapainya tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani

4. Bagi Lembaga

Hasil-hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dalam rangka perbaikan pembelajaran, khususnya bagi program studi Pendidikan Jasmani yang melahirkan guru yang kreatif dancerdas.

5. Bagi Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya dengan menjadikan permainan dalam pembelajaran sebagai tindakan.

