

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil Penelitian Tindakan Kelas di Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Cirebon dalam pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* melalui permainan bola bervariasi akan disimpulkan dan disajikan saran-saran yang diperoleh dari temuan di lapangan selama pelaksanaan pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* melalui permainan bola bervariasi.

A. Kesimpulan

1. Perencanaan Pembelajaran

Dalam perencanaan pembelajaran, penulis akan menyimpulkan tahap perencanaan. Yang pertama penulis mempersiapkan materi yang akan disampaikan dalam pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand*, menentukan tujuan pembelajaran, dampak pengiring, metode pembelajaran, dan penerapan permainan bola bervariasi untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar pukulan *forehand*. Kemudian menentukan langkah-langkah pembelajaran, dan menentukan teknik pengolahan data yang akan digunakan untuk mengetahui hasil belajar dengan permainan bola bervariasi.

Perencanaan pembelajaran pada tindakan siklus III dapat dikatakan sangat baik, hal ini dapat dibuktikan dengan persentase pencapaian dalam data awal mencapai 91,12%, Siklus I 72,22%, Siklus II 86,11 %, sedangkan Siklus III 93,06%. Dengan demikian peningkatan persentase dari data awal sampai dengan siklus III sebesar 31,94%.

2. Kinerja Guru

Pada tahap pelaksanaan pembelajaran, guru menyampaikan tujuan penerapan permainan bola bervariasi untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar pukulan *forehand*. Penilaian pada akhir pembelajaran dengan menggunakan tes akhir dan penilaian selama proses pembelajaran. Penilaian proses pembelajaran dilakukan dengan observasi, wawancara, dan aktivitas siswa yang meliputi aspek motivasi, disiplin dan

sportivitas. Sedangkan penilaian hasil belajar adalah dengan menggunakan tes praktek gerak dasar pukulan *forehand*.

Berdasarkan hasil pengamatan observasi pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan format observasi kinerja guru didapat hasil pada kinerja guru dalam pelaksanaan pembelajaran sangat baik, hal ini dapat dilihat kinerja guru terus mengalami peningkatan setiap tindakan yang dilakukan oleh guru. Pada data awal persentasenya hanya mencapai 66,11%, hal ini disebabkan pada saat pembelajaran dilaksanakan guru terlihat kurang siap untuk mengajar, guru hanya membuat RPP dan instrumen penilaian siswa saja. Guru kurang mengkondisikan siswa terlebih dahulu pada awal pembelajaran, tujuan pembelajaran pun hanya disampaikan secara sekilas sehingga siswa kurang memahami apa yang disampaikan guru.

Pada Siklus I persentasinya meningkat mencapai 73,61% dan pada siklus II mencapai 88,89%, sebagai hasil tindakan yang dilakukan oleh guru dengan memberikan penjelasan yang menarik dan tentang manfaat permainan bola bervariasi agar siswa lebih tertarik lagi dalam pembelajaran, mengaitkan pembelajaran dengan pengalaman siswa agar pembelajaran mudah dipahami. Hasilnya pada siklus III mengalami peningkatan menjadi 97,22%. Dengan demikian peningkatan kinerja guru dari data awal hingga siklus III mencapai 31,11%.

3. Aktivitas Siswa

Aktivitas siswa terus mengalami peningkatan pada setiap pembelajaran yang dilaksanakan. Observasi Aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* dengan menggunakan permainan bola bervariasi yang meliputi, motivasi, disiplin dan sportivitas. Pada aspek motivasi Siklus I, guru memberikan dorongan dalam mengikuti pembelajaran dengan memperhatikan kerja keras, keberanian serta kreativitas. Pada aspek disiplin siklus I, guru memberikan teguran agar siswa dapat mentaati peraturan, menjaga ketertiban dan bersikap sopan selama pembelajaran. Pada aspek sportivitas siklus I, adalah dengan mendorong siswa agar mampu menerima kelebihan orang lain sebagai suatu tantangan agar dapat menjadi lebih baik lagi. Pada siklus II, ketiga aspek tersebut

tampak adanya perubahan yang menunjukkan peningkatan dikarenakan pada proses pembelajaran siklus II dan III, Guru aktif dalam memberikan semangat kepada siswa sehingga percaya diri siswa meningkat, serta memberikan kesempatan bagi siswa untuk dapat bekerja sama, sehingga semua aktivitas siswa dapat meningkat, misalnya dengan memberi pengertian tentang bergurau akan menyebabkan celaka pada teman. Berdasarkan analisis selama proses pembelajaran dapat dilihat hampir seluruh siswa menunjukkan aktivitas yang baik.

Pencapaian aktivitas siswa secara keseluruhan terus meningkat, hal ini dibuktikan dengan persentase yang terus mengalami peningkatan pada setiap kegiatan tindakan pembelajaran. Data awal menunjukkan pencapaian aktivitas siswa sebesar 69,45%. Pada siklus I hanya mencapai 75,10% sedangkan pada akhir siklus III mencapai 83,34%. Dengan demikian dapat dikatakan aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* melalui permainan bola bervariasi dapat dikatakan sangat baik.

4. Peningkatan Hasil Belajar

Pembelajaran gerak dasar yang digunakan dalam pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* adalah melalui permainan bola bervariasi. Pada setiap siklus ada empat aspek yaitu sikap awal, *backswing*, gerakan swing ke depan, dan sikap akhir. Pada siklus I, aspek tumpuan kaki sebagian besar siswa masih kurang hal disebabkan kurangnya peregangan pada otot-otot kaki, sehingga pada aspek *backswing*, dan gerakan swing ke depan dinamis. Pada siklus II, aspek sikap awalan sudah mulai ada perkembangan hal ini disebabkan pemanasan yang berorientasi pada gerakan inti berupa peregangan otot lebih ditingkatkan. Pada siklus II juga mulai tampak adanya perkembangan gerakan swing ke depan yang mulai tidak ragu-ragu membuat gerakan pukulan, hal ini disebabkan karena model pembelajaran dengan menggunakan bola tenis yang digantung sehingga siswa terbiasa dengan pukulan *forehand*. Pada siklus III lebih mengutamakan kekuatan dan akurasi, perubahan penggunaan meja yang sesungguhnya dimaksudkan untuk meningkatkan akurasi dan kekuatan pukulan yang mendekati permainan sesungguhnya dalam tenis meja untuk siswa SD. 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 data awal siswa yang tuntas hanya 25%, pada Siklus I siswa yang tuntas hanya 58,34%, dan pada siklus II baru mencapai 76,05%, namun setelah diadakan tindakan Sampai Siklus III menjadi 100%.

Dengan hasil ini maka pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* melalui permainan bola bervariasi dapat meningkatkan hasil belajar siswa, dengan demikian maka hipotesis tindakan terbukti atau dapat diterima.

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. Bagi Siswa:

- a. Dalam penerapan permainan bola bervariasi untuk meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* terlebih dahulu memperhatikan petunjuk atau langkah-langkah pembelajaran.
- b. Menegaskan pentingnya berlatih agar dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar pada pukulan *forehand*.

2. Bagi Guru:

- a. Menciptakan berbagai model pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan yang berhubungan dengan gerak dasar pukulan *forehand*.
- b. Dalam mengembangkan profesionalisme guru penjaskes dalam melaksanakan pembelajaran di sekolah dasar maka guru harus memiliki kemampuan dan keterampilan mengelola siswa di lapangan, dan menciptakan pembelajaran dengan pendekatan PAIKEM.
- c. Mempersiapkan sarana dan prasarana sebelum menerapkan pembelajaran agar siswa lebih aktif mengikuti pembelajaran.
- d. Melalui permainan bola bervariasi dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam memilih dan menetapkan strategi atau model

pembelajaran dalam upaya peningkatan pembelajaran gerak dasar khususnya pukulan *forehand* serta mutu pembelajaran Pendidikan Jasmani.

3. Bagi Lembaga Sekolah Dasar:

- a. Bahwa pembelajaran penjas yang menyenangkan peserta didik, dapat dijadikan salah satu model pembelajaran pendidikan Jasmani dalam KTSP.
- b. Pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* melalui permainan dapat dijadikan masukan dalam rangka efektivitas dan efisiensi pembinaan, pengelolaan sumber belajar dalam pelaksanaan pendidikan.
- c. Memberikan kontribusi berupa sarana dan prasarana yang mendukung setiap pembelajaran yang berorientasi kepada peningkatan mutu khususnya pendidikan jasmani.

4. Bagi Lembaga UPI Kampus Sumedang

- a. Hasil yang didapatkan dari penelitian dapat menjadi referensi serta sebagai bahan perbandingan dalam penelitian-penelitian selanjutnya yang mengambil tema tenis meja khususnya pukulan *forehand*.
- b. Hasil penelitian dapat dipublikasikan secara umum sehingga hal ini akan membawa dampak positif terhadap mahasiswa dalam mengembangkan model-model pembelajaran pukulan *forehand*.

5. Bagi Peneliti lain

- a. Bahwa dalam rangka meningkatkan hasil belajar pukulan *forehand* kepada peneliti lain diharapkan dapat mencari model permainan lainnya agar lebih meningkatkan lagi hasil belajar sesuai yang diharapkan.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan kajian praktis sebagai hasil penelitian yang relevan dalam pembelajaran pukulan *forehand*.