

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **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 lempar cakram, menentukan tujuan pembelajaran, dampak pengiring, metode pembelajaran, dan penerapan modifikasi alat cakram dari kayu dan selang air untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar lempar cakram. Kemudian menentukan langkah-langkah pembelajaran, dan menentukan teknik pengolahan data yang digunakan untuk mengetahui hasil belajar lempar cakram dengan modifikasi alat cakram.

Perencanaan pembelajaran pada Siklus III dapat dikatakan sangat baik, hal ini dapat dibuktikan dengan persentase pencapaian dalam data awal mencapai 60,29%, sehingga diperlukan perbaikan. Setelah melakukan perencanaan untuk perbaikan maka diperoleh data perencanaan pada Siklus I 69,11%, Siklus II sebesar 79,41 %, sedangkan Siklus III 91,17%. Dengan demikian peningkatan persentase dari data awal sampai dengan siklus III sebesar 30,88%.

##### **2. Kinerja Guru**

Pada tahap pelaksanaan pembelajaran, guru menyampaikan tujuan penerapan modifikasi alat cakram untuk meningkatkan gerak dasar siswa dalam melakukan gerak dasar lempar cakram. 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 lempar cakram.

Berdasarkan hasil pengamatan observasi pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan lembar 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 persentasinya hanya mencapai 60,71%, 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. Oleh karena itu diperlukan perbaikan untuk meningkatkan kinerja guru. Hasil yang dicapai setelah dilakukan perbaikan pada Siklus I persentasinya mencapai 73,80%, pada siklus II mencapai 78,57%, sebagai hasil tindakan yang dilakukan oleh guru dengan memberikan penjelasan yang menarik dan manfaat modifikasi alat cakram dari kayu dan selang air agar siswa lebih tertarik lagi dalam pembelajaran, mengaitkan pembelajaran dengan pengalaman siswa agar pembelajaran mudah dipahami. Hasilnya pada siklus III mengalami peningkatan menjadi 92,85%. Dengan demikian peningkatan kinerja guru dari data awal hingga siklus III mencapai 32,14%.

### **3. Aktivitas Siswa**

Aktivitas siswa terus mengalami peningkatan pada setiap pembelajaran yang dilaksanakan. Observasi Aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar lempar cakram dengan modifikasi alat cakram kayu dan selang air yang meliputi, motivasi, disiplin dan kerjasama. 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 untuk menjadi lebih baik lagi. Pada siklus II, ketiga aspek tersebut tampak adanya perubahan yang menunjukkan peningkatan 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. Pada data awal, aktivitas siswa hanya mencapai 67,04%. Pada siklus I, aktivitas siswa hanya mencapai 71,48%, sehingga diperlukan perbaikan untuk meningkatkan aktivitas siswa. Hasil perbaikan tindakan pada siklus II menunjukkan mencapai 77,41%, sedangkan pada siklus III menunjukkan aktivitas siswa yang mencapai 85,2%. Target penulis untuk pencapaian aktivitas siswa sebesar 80,00% sudah dapat tercapai, dengan demikian dapat dikatakan aktivitas siswa dalam pembelajaran gerak dasar lempar cakram dengan modifikasi alat cakram dapat dikatakan sangat baik.

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

Pembelajaran gerak dasar yang digunakan dalam pembelajaran lempar cakram yang dilakukan pada tiap siklus ada empat aspek yaitu awalan, gerakan melempar, dan koordinasi.

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 40%, pada Siklus I siswa yang tuntas hanya 60%, dan pada siklus II baru mencapai 83,33%, namun setelah diadakan tindakan Sampai Siklus III menjadi 100%. Dengan hasil ini maka pembelajaran gerak dasar lempar cakram dengan modifikasi alat cakram dapat meningkatkan hasil belajar siswa, dengan demikian maka hipotesis tindakan terbukti atau dapat diterima.

## **B. Saran-Saran**

Setelah disimpulkan, maka perlu kiranya dibuat saran-saran untuk menjadi bahan pertimbangan dalam menetapkan kebijakan yang berhubungan dengan pembelajaran Penjas. Saran-saran tersebut adalah sebagai berikut:

### **1. Bagi Siswa:**

- a. Dalam penerapan modifikasi alat cakram untuk meningkatkan gerak dasar lempar cakram terlebih dahulu memperhatikan petunjuk atau langkah-langkah pembelajaran.
- b. Menegaskan pentingnya latihan untuk meningkatkan gerak dasar lempar cakram.

### **2. Bagi Guru:**

- a. Menciptakan berbagai model pembelajaran yang dikemas dalam bentuk memodifikasi alat yang berhubungan dengan gerak dasar lempar cakram.
- b. Untuk 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 modifikasi alat cakram dari kayu dan selang air dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam memilih dan menetapkan strategi atau model pembelajaran dalam upaya peningkatan pembelajaran gerak dasar khususnya lempar cakram 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 lempar cakram dengan modifikasi alat cakram dapat dijadikan masukan dalam rangka efektivitas dan efisiensi pembinaan, pengelolaan sumber belajar dalam pelaksanaan pendidikan.

- c. Memberikan kontribusi berupa sarana dan prasarana yang mendukung pembelajaran yang berorientasi kepada peningkatan mutu penjas.

#### **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 atletik khususnya lempar cakram,
- b. Dapat dipublikasikan secara umum sehingga hal ini akan membawa dampak positif terhadap mahasiswa dalam mengembangkan model-model pembelajaran lempar cakram.

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

- a. Bahwa dalam rangka meningkatkan hasil belajar lempar cakram kepada peneliti lain diharapkan dapat mencari modifikasi alat lainnya agar lebih meningkatkan lagi hasil belajar sesuai yang diharapkan.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan kajian praktis sebagai hasil penelitian yang relevan dalam pembelajaran lempar cakram.