

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 lari estafet, menentukan tujuan pembelajaran, dampak pengiring, metode pembelajaran, dan penerapan permainan tradisional punggut punggut untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar lari estafet. Kemudian menentukan langkah-langkah pembelajaran, dan menentukan teknik pengolahan data yang digunakan untuk mengetahui hasil belajar dengan permainan tradisional punggut punggut.

Perencanaan pembelajaran mulai dari siklus I, II dan III terus mengalami peningkatan, hal ini dapat dibuktikan dengan persentase pencapaian dalam data awal mencapai 60,29%. 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 permainan tradisional punggut punggut untuk meningkatkan gerak dasar siswa dalam melakukan gerak dasar lari estafet. 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 lari estafet.

Berdasarkan hasil pengamatan observasi pelaksanaan pembelajaran dapat dilihat kinerja guru terus mengalami peningkatan setiap tindakan yang dilakukan oleh guru. Pada data awal persentasinya hanya mencapai 60,71%, 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 permainan tradisional pungut puntung 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 lari estafet dengan menggunakan permainan tradisional pungut puntung yang meliputi, motivasi, disiplin dan kerjasama. 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. 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 lari estafet melalui permainan tradisional pungut puntung dapat dikatakan sangat baik.

4. Hasil Belajar

Pembelajaran gerak dasar yang digunakan dalam pembelajaran lari estafet yang dilakukan pada tiap siklus ada empat aspek yaitu awalan, gerakan memberi, gerakan menerima 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 lari estafet melalui permainan tradisional pungut puntung 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 permainan tradisional pungut puntung untuk meningkatkan gerak dasar lari estafet terlebih dahulu memperhatikan petunjuk atau langkah-langkah pembelajaran.
- b. Menegaskan pentingnya latihan untuk meningkatkan gerak dasar lari estafet.

2. Bagi Guru:

- a. Menciptakan berbagai model pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan yang berhubungan dengan gerak dasar lari estafet.
- 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 permainan tradisional pungut puntung dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam memilih dan menetapkan strategi atau model

pembelajaran dalam upaya peningkatan pembelajaran gerak dasar khususnya lari estafet 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 lari estafet melalui permainan tradisional pungut puntung dapat dijadikan masukan dalam rangka efektivitas dan efesiensi 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 lari estafet,
- b. Dapat dipublikasikan secara umum sehingga hal ini akan membawa dampak positif terhadap mahasiswa dalam mengembangkan model-model pembelajaran lari estafet.

5. Bagi Peneliti Lain

- a. Bahwa dalam rangka meningkatkan hasil belajar lari estafet 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 lari estafet.