

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pembelajaran gerak dasar tolakan lompat jauh dengan menggunakan permainan perepet jengkol di kelas IV SDN Kadu Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumedang, pada prosesnya meliputi perencanaan, kinerja guru, aktivitas siswa, hasil belajar dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Perencanaan Pembelajaran

Perencanaan pembelajaran yang dalam kegiatan pembelajaran tolakan lompat jauh dengan menggunakan permainan perepet jengkol mengadakan penelitian awal untuk mengidentifikasi masalah yang perlu diatasi, dalam tahap ini peneliti melakukan observasi pada proses pembelajaran gerak dasar tolakan lompat jauh melalui permainan perepet jengkol dengan cara pembagian kelompok untuk siklus I tiap kelompok terdiri dari tiga siswa, untuk siklus II kelompoknya menjadi empat siswa sedangkan untuk siklus III tiap kelompoknya terdiri dari lima siswa. Hasil perencanaan siklus I yang dicapai hanya 59% dari target 100%, maka dari itu perbaikan pada siklus II. Pada hasil perencanaan pembelajaran siklus II meningkat menjadi 80% tetapi belum mencapai target 100%, maka dari itu perbaikan pada siklus III hasil perencanaan pembelajaran. Pada siklus III hasil perencanaan pembelajaran sudah mencapai target yang ditentukan.

2. Pelaksanaan Pembelajaran

Pada bagian ini dapat disimpulkan mengenai tahap pelaksanaan pembelajaran. Hasil pelaksanaan pembelajaran yang dicapai pada siklus I hanya mencapai 62% dari target 90%, sehingga diperlukan perbaikan pada siklus II. Pada hasil pelaksanaan pembelajaran siklus II meningkat menjadi 79% tetapi belum mencapai target 90%, maka dari itu masih perlu perbaikan pada siklus III. Pada siklus III hasil pelaksanaan pembelajaran sudah mencapai 97%, jadi dapat dikatakan bahwa pelaksanaan pembelajaran sudah mencapai target yang telah ditentukan.

3. Aktivitas Siswa

Aktivitas siswa setelah pembelajaran gerak dasar tolakan lompat jauh melalui permainan perepet jengkol aspek yang dinilai dalam aktivitas siswa adalah kerjasama, disiplin dan percaya diri. Kesemua aspek tersebut mengalami peningkatan disetiap siklusnya. Pada siklus I dengan menggunakan permainan perepet jengkol, dimana permainan perepet jengkol tersebut dengan cara pembagian kelompok yang setiap kelompoknya itu terdiri dari tiga siswa hanya mencapai 50% yang dinyatakan belum tuntas dari target 85%. Pada siklus II dengan melalui permainan perepet jengkol, dimana permainan perepet jengkol tersebut dengan cara pembagian kelompok yang setiap kelompoknya terdiri dari empat siswa hanya mencapai 71% yang dinyatakan belum tuntas dari target 85%. Pada siklus III dengan menggunakan permainan perepet jengkol dengan cara pembagian kelompok yang setiap kelompoknya terdiri dari lima siswa, aktivitas siswa mengalami peningkatan menjadi 93% dari target 85%. Jadi aktivitas siswa pada pembelajaran gerak dasar tolakan lompat jauh sudah mencapai target.

4. Hasil Belajar

Untuk peningkatan hasil belajar tolakan lompat jauh dengan cara menggunakan permainan perepet jengkol aspek yang dinilai dalam tes hasil belajar adalah sikap badan, sikap kaki dan koordinasi gerak yang dilaksanakan di kelas IV SDN Kadu Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumedang dengan jumlah kelompok yang berbeda-beda pada setiap siklusnya, pada siklus I ada enam siswa atau 42% siswa yang tuntas, sedangkan siswa yang tidak tuntas ada delapan siswa atau 58%. Untuk siklus II siswa yang tuntas pada siklus II ini ada sembilan siswa atau 64%, sedangkan siswa yang tidak tuntas pada siklus II ini ada dua siswa atau 14%. Untuk siklus III siswa yang tuntas ada 12 siswa atau 86% dan yang tidak tuntas ada 2 siswa atau 14%.

B. Saran

Pembelajaran gerak dasar tolakan lompat jauh dengan menggunakan permainan perepet jengkol merupakan pengembangan pembelajaran yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan tolakan. Dengan memperhatikan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di kelas IV SDN Kadu Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumedang ada beberapa hal yang dapat disarankan sebagai implikasi dari hasil penelitian ini, Dengan diadakan penelitian tindakan kelas ini, diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi Siswa

Siswa dapat memperoleh pembelajara olahraga dan pendidikan jasmani dengan menyenangkan serta tidak mudah jenuh dalam memahami pembelajaran tolakan pada lompat jauh.

2. Bagi Guru

Dalam hal ini terdapat manfaat juga bagi guru yaitu guru dapat terdorong untuk berkreaitif dalam penyampaian materi pelajaran yang lain khususnya dalam lompat jauh sehingga dapat memberika motivasi terhadap siswa untuk belajar penjas dan atletik nomor lompat jauh

3. Bagi Sekolah

Dapat menimbulkan respon dan daya tarik masyarakat yang positif serta dapat memberikan kontribusi dalam mesningkatkan hasil pembelajaran ditingkat pendidikan,dan dapat membantu juga dalam tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani.

4. Bagi Peneliti Lain

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bandingan sekaligus landasan penelitian lanjut yang berhubungan dengan pengembangan pembelajaran.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian khususnya dengan menjadikan permainan modifikasi dalam pembelajaran sebagai tindakan.

- c. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tindakan kelas hendaknya menggunakan sumber yang lebih banyak lagi, sehingga temuan-temuan dalam pelaksanaan pembelajaran gerak dasar tolakan lompat jauh ini lebih lengkap.
5. Bagi Lembaga UPI
- a. Dapat mencetak mahasiswa-mahasiswa yang cerdas, jujur, terampil dan kreatif dalam setiap pembelajaran
 - b. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa pada setiap pembelajaran

