

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian tindakan kelas mengenai meningkatkan kemampuan yang telah peneliti laksanakan bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran gerak dasar lari *sprint* melalui permainan kucing dan tikus bagi siswa kelas V SDN 2 Bungko Kecamatan Kapetakan Kabupaten Cirebon, peneliti dapat mengambil kesimpulan dari data yang diperoleh sebagai berikut:

1. Perencanaan pembelajaran yang mengacu pada penerapan model permainan kucing dan tikus untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lari *sprint* bagi siswa kelas V di SDN 2 Bungko.
2. Pelaksanaan pembelajaran dilaksanakan pada siklus I, siklus II dan siklus III yang mencakup perencanaan, kinerja guru, aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Pelaksanann tersebut mengacu pada materi pembelajaran lari *sprint* melalui permainan kucing dan tikus.
3. Evaluasi pembelajaran dilaksanakan dengan menggunakan penilaian hasil belajar siswa mengenai sikap rangkaian gerak dasar lari *sprint* dengan aspek yang dinilai yaitu aspek gerakan kaki, aspek gerakan tangan, aspek posisi badan dan aspek pandangan.
4. Kemampuan guru yang baik dalam merancang pembelajaran pendidikan jasmani tentang gerak dasar lari *sprint* dengan menerapkan permainan kucing dan tikus mampu meningkatkan siswa menjadi perhatian, aktif, termotivasi dan hasil belajar.

5. Kegiatan guru dan aktivitas siswa dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani tentang gerak dasar lari *sprint* menerapkan permainan kucing dan tikus dapat mempermudah dan meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran. menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa, hal ini dapat terlihat berdasarkan hasil analisis data awal, siklus I, siklus II, dan siklus III.
6. Untuk hasil belajar siswa pada data awal diperoleh hanya sebanyak 9 siswa atau 30% dari 30 siswa yang bisa melakukan teknik dasar lari *sprint* dengan baik. Untuk hasil belajar siswa pada siklus I mengalami peningkatan dari data awal menjadi 17 siswa atau 57% dari 30 siswa yang bisa melakukan teknik dasar lari *sprint*. Untuk hasil belajar siswa pada siklus II juga mengalami peningkatan dari siklus I menjadi 23 siswa atau 77% dari 30 siswa yang bisa melakukan teknik dasar lari *sprint* dengan baik. Untuk hasil belajar siswa pada siklus III juga mengalami peningkatan dari siklus II menjadi 30 siswa atau 100% dari 30 siswa yang bisa melakukan gerak dasar lari *sprint*.

Berdasarkan hasil di atas maka dapat dinyatakan bahwa. *“Pembelajaran Gerak Dasar Lari Sprint melalui permainan kucing dan tikus, maka siswa kelas V di SDN 2 Bungko Kecamatan Kapetakan Kabupaten Cirebon dapat meningkatkan hasil kemampuan gerak dasar lari sprint pada pembelajaran atletik”.*

7. Upaya-upaya yang dilakukan sehubungan dengan hambatan yang terjadi selama penelitian adalah :
 - a. Pengelompokan siswa hendaknya ditertibkan terlebih dahulu sehingga pada waktu melakukan teknik dasar lari *sprint*, bagi siswa yang kurang optimal bisa dihindari.
 - b. Pemberian informasi kepada siswa bisa dicampur-campur dengan bahasa daerah.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan temuan peneliti ini, maka perlu kiranya peneliti mengajukan beberapa saran untuk perbaikan proses pembelajaran atletik di Sekolah Dasar, khususnya dalam pembelajaran teknik dasar lari *sprint* yaitu sebagai berikut .

1. Ditujukan kepada siswa.

Metode permainan tikus dan kucing dapat mengembangkan aspek penjas yang terdiri dari skill, fisik, pengetahuan dan mental sehingga siswa dapat berkembang secara harmonis.

2. Ditujukan kepada guru.

Melalui permainan kucing dan tikus dapat membuat pembelajaran yang lebih aktif, sehingga dapat melaksanakan pembelajaran yang berpusat pada siswa. Pemilihan materi pembelajaran hendaknya dilakukan dengan memperhatikan pengalaman belajar anak.

3. Ditujukan kepada sekolah.

Metode permainan dapat menambah pengetahuan guru dalam hal mengajar sehingga tujuan yang telah ditentukan oleh sekolah dapat tercapai dengan baik.

4. Ditujukan kepada UPI Kampus Sumedang:

Hasil penelitian model pembelajaran dengan menerapkan permainan kucing dan tikus dapat dijadikan referensi dalam bahan penelitian.

5. Ditujukan kepada penulis selanjutnya

Permainan kucing dan tikus dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif model pembelajaran namun harus disesuaikan dengan karakteristik siswa.

