

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada bagian ini dapat dikemukakan beberapa kesimpulan dan rekomendasi.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan temuan-temuan dalam penelitian ini baik dari segi pertumbuhan fisik, kebugaran jasmani maupun keterampilan gerak dasar maka secara umum dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pertumbuhan fisik yang mencakup tinggi badan, berat badan, lingkaran lengan atas (biceps), lingkaran lengan bawah (forearm), lingkaran pergelangan tangan (wrist), lingkaran dada (chest), lingkaran perut (abdomen), lingkaran pinggul (hips), lingkaran pangkal paha (thigh), lingkaran lutut (knee), dan lingkaran betis (calf) ditinjau dari lingkungan yang berbeda yaitu lingkungan pesisir pantai dan lingkungan perkotaan, anak-anak SD pesisir pantai lebih unggul dibanding dengan anak-anak SD perkotaan
2. Kebugaran jasmani yang mencakup kemampuan melakukan lima macam gerakan yaitu: (a) gerakan berlari cepat jarak 30 meter untuk anak SD kelas satu, dua, dan tiga, serta lari cepat jarak 40 meter untuk anak SD kelas empat, lima, dan enam; (b) kemampuan melakukan angkat tubuh (pull up) 30 detik; (c) kemampuan melakukan baring duduk (sit up) 30 detik; (d) kemampuan melakukan loncat tegak (vertical jump), dan (e) kemampuan melakukan lari jauh 600 meter anak-anak SD pesisir pantai lebih unggul dibanding dengan anak-anak SD perkotaan.

3. Keterampilan gerak dasar yang diukur melalui tes kemampuan melakukan tiga jenis gerakan berupa (a) gerak dasar locomotor yaitu lari ulang alik (shuttle run), dan loncat jauh tanpa awalan (standing long jump), (b) gerak dasar non locomotor yaitu gerakan melentukkan togok ke depan, dan kemampuan mempertahankan keseimbangan badan dalam posisi berdiri satu kaki (keseimbangan statis), (c) gerak dasar manipulasi (manipulation) yaitu keterampilan memasukkan kelereng ke dalam keranjang, dan keterampilan menangkap/menerima bola tenis yang dilambungkan secara parabola secara rata-rata anak-anak SD pesisir pantai lebih terampil dibanding dengan anak-anak SD perkotaan.
4. Keunggulan pertumbuhan fisik, kebugaran jasmani, dan keterampilan gerak dasar anak-anak SD pesisir pantai diakibatkan oleh kesempatan untuk bergerak yang lebih banyak dan keleluasaan untuk memanfaatkan kesempatan tersebut yang dibentuk oleh kondisi lingkungan fisik dan sosial budaya masyarakat yang membuat gaya hidup berbeda antara masyarakat pesisir pantai dan masyarakat perkotaan.

B. Rekomendasi

Sesuai dengan kesimpulan sebagaimana dipaparkan di atas dapatlah dikemukakan beberapa rekomendasi yang ditujukan kepada pihak Departemen pendidikan dan Kebudayaan, kepala sekolah, dan guru serta para peneliti berikutnya.

1. Rekomendasi kepada pihak Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

Dalam kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan 1994 untuk sekolah dasar ditemukan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani ditekankan pada cabang olahraga Atletik, Senam, dan Permainan serta cabang olahraga pilihan (Renang, Pencak Silat, Bulutangkis, Tenis Meja, Tenis, Sepak Takraw dan Olahraga Tradisional).

Untuk itu rekomendasi ini terutama ditujukan kepada:

a. Pihak Pengembang Kurikulum

- 1) Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di sekolah dasar sebaiknya belum menjurus pada cabang olahraga tertentu sebab anak-anak sekolah dasar masih berada pada tingkat pengenalan dasar-dasar gerak untuk menuju pada pembentukan keterampilan dasar.
- 2) Kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan harusnya mengarah pada proses pembentukan gerak.
- 3) Perlu diupayakan agar ada keluwesan substansi kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di SD agar lebih cocok untuk semua kondisi lingkungan baik lingkungan kota maupun lingkungan pesisir pantai.
- 4) Materi pendidikan jasmani dan kesehatan untuk SD-SD pesisir pantai sebaiknya lebih diarahkan pada pengembangan olahraga perairan.
- 5) Membuat garis pemisah antara konteks pendidikan jasmani dan konteks pendidikan olahraga sehingga para guru pendidikan jasmani di lapangan

tidak salah arah dalam melaksanakan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar.

- 6) Melengkapi sarana pembelajaran pendidikan jasmani yang dibutuhkan di sekolah dasar.
- 7) Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan sebaiknya lebih ditekankan pada proses bukan pada hasil pembelajaran.

b. Pihak Pembuat Kebijakan

Pihak pembuat kebijakan:

1. Perlu mengupayakan sistem pemerataan penempatan tenaga guru pendidikan jasmani dan kesehatan di seluruh sekolah dasar baik di kota maupun di desa-desa terpencil guna menjamin terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan secara seksama mulai dari SD perkotaan sampai ke SD-SD pesisir pantai.
2. Perlu ada pembentukan wadah tersendiri untuk menampung aspirasi guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di SD melalui kesempatan-kesempatan pertemuan lokal seperti pada Kelompok Kerja Guru (KKG), Kelompok Belajar Mengajar Guru (KBMG) dan Forum Komunikasi Guru (FKG) untuk mengatasi masalah-masalah yang selama ini banyak dijumpai para guru di sekolah seperti cara-cara mengatasi kelangkaan alat-alat pelajaran, upaya-upaya pemenuhan kebutuhan gerak siswa yang tidak tersalurkan melalui pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, termasuk upaya-upaya untuk

memperjuangkan nasib mereka sendiri (guru SD) terutama bagi guru yang bertugas di SD-SD terpencil. Karena selama ini di satu pihak guru pendidikan jasmani dan kesehatan terlalu banyak dituntut untuk memenuhi tuntutan kurikulum yang menyita banyak waktu, tenaga, dan pikiran. Tapi di pihak lain nasib dan kesejahteraan guru kurang mendapatkan perhatian. Akibatnya guru melaksanakan tugas tidak sungguh-sungguh akhir dari semua masalah ini berdampak pada mutu out put sekolah itu sendiri.

Perlu diciptakan suatu langkah yang kondusif antara Istansi pencetak calon guru pendidikan jasmani dan kesehatan dengan Istansi penerima, dalam hal ini Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK) dan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

2. Rekomendasi Kepada Kepala Sekolah

- a) Kepala sekolah sebagai salah satu pihak yang dapat menentukan mutu dan keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah harus dapat memberikan peluang lebih besar kepada guru pendidikan jasmani dan kesehatan untuk mengembangkan proses pembelajaran terutama yang berpusat pada siswa (student centris) baik untuk memenuhi kebutuhan gerak siswa maupun untuk memenuhi tuntutan kurikulum yang berlaku.
- b) Kepala sekolah harus lebih banyak memberikan peluang kepada guru pendidikan jasmani dan kesehatan untuk dapat meningkatkan mutu pengetahuan yang dimiliki baik melalui forum KKG, KBMG, FKG, seminar, dan diskusi

ilmiah, penataran, maupun dengan mengikuti pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi melalui teknik pemerataan kesempatan belajar kepada semua guru di bawah bimbingannya.

3. Rekomendasi Kepada Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Guru pendidikan jasmani dan kesehatan adalah salah seorang guru yang langsung berhadapan dengan siswa pada setiap pelaksanaan pembelajaran. Ia bisa mengetahui dengan jelas kondisi fisik siswa yang dihadapinya.

Tujuan pengajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah dasar antara lain adalah agar anak didik dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan usianya. Untuk itu perlu diciptakan suatu lingkungan yang kondusif guna mewujudkan tujuan kurikulum tersebut dengan jalan menciptakan suatu kesempatan yang terbuka bagi anak didik untuk lebih banyak bergerak sehingga tuntutan kebutuhan gerak yang masih tersimpan di dalam diri anak dapat disalurkan sebagaimana mestinya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mulai dari pertumbuhan fisik, kebugaran jasmani, maupun keterampilan gerak dasar, anak-anak SD pesisir pantai lebih baik dibanding dengan anak-anak SD di kota. Ini suatu indikasi bahwa anak-anak SD di kota mengalami kekurangan gerak (hipokinetik) sebagai akibat kurangnya kesempatan yang diberikan orang tua untuk melakukan aktivitas fisik serta kurangnya lapangan dan taman-taman yang terbuka untuk tempat bermainnya anak-anak sehingga mengakibatkan turunnya kondisi fisik anak. Karena itu guru pendidikan jasmani dan kesehatan yang bertugas di SD-SD perkotaan perlu

mengantisipasi hal ini dengan cara –cara yang akurat untuk mencegah turunya kondisi fisik anak.

Sebaliknya bagi guru pendidikan jasmani dan kesehatan yang bertugas di SD-SD pesisir pantai hendaknya dapat menciptakan suasana yang kondusif antara anak-anak SD dengan orang tua murid guna menjamin terlaksananya proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan dengan baik. Artinya guru harus dapat memberi pengertian kepada orang tua murid dan murid itu sendiri tentang pentingnya sekolah bagi masa depan agar pada waktu bersekolah tidak digunakan untuk kepentingan pergi mencari ikan di laut.

4. Rekomendasi Kepada Para peneliti berikutnya

Penelitian tentang pertumbuhan fisik, kebugaran jasmani, serta keterampilan gerak dasar anak-anak sekolah dasar perlu dilakukan baik untuk anak-anak SD di kota maupun anak-anak SD di desa pesisir pantai, karena ketiga unsur tersebut sangat penting artinya terutama dalam rangka pencarian bibit-bibit olahragawan berprestasi.

Selama ini anak-anak SD pesisir pantai masih dianaktirikan dalam hal pembinaan prestasi olahraga. Padahal kemampuan mereka juga tidak kalah bersaing dengan anak-anak SD di kota. Bertolak dari hasil penelitian ini kiranya dapat menggugah hati para peneliti berikutnya untuk meneliti lebih mendalam tentang pertumbuhan fisik, kebugaran jasmani, dan keterampilan gerak dasar anak-anak SD pesisir pantai guna mengangkat derajat mereka melalui bidang olahraga agar dapat sejajar dengan suku bangsa lain di tanah air.

