

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, akhirnya penulis dapat memberikan kesimpulan terhadap penelitian yang telah dilakukan tersebut. Kesimpulan dari penelitian ini adalah dengan melalui pendekatan bermain, keterampilan siswa dalam pembelajaran senam lantai khususnya keterampilan lompat kangkang mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi yang dilakukan guru dengan melakukan tes lompat kangkang setelah proses pembelajaran selesai, menunjukkan adanya peningkatan rata-rata penilaian pembelajaran lompat kangkang yang diperoleh siswa dalam hasil tes awal dan setiap siklus selalu meningkat dari mulai hasil tes awal berlanjut ke siklus I dan sampai ke siklus II.

Pada hasil tes awal untuk keterampilan lompat kangkang memperoleh skor rata-rata sebesar 51,40%, siklus I tindakan 1 memperoleh skor rata-rata sebesar 57,87%, siklus I tindakan 2 memperoleh skor rata-rata sebesar 63,40%. Walaupun hasil tes pada siklus ini mengalami peningkatan dari hasil tes awal, peneliti ingin melihat seberapa besar peningkatan yang dihasilkan untuk pembelajaran selanjutnya. Maka peneliti memutuskan penelitian dilanjutkan ke siklus II tindakan satu. Pada hasil tes siklus II tindakan 1 memperoleh skor rata-rata 70,34%. Karena skor rata-rata siswa pada siklus II tindakan satu ini sudah melebihi 65%, dan skor yang didapat siswa sudah mengalami peningkatan yang

sangat baik, maka peneliti merasa penelitian ini dianggap cukup dan, untuk tindakan dua pun tidak dilakukan hanya sampai ke tindakan satu saja.

B. Saran

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian, penulis mencoba menyampaikan beberapa rekomendasi. Rekomendasi-rekomendasi ditujukan terutama kepada para guru Pendidikan Jasmani, khususnya guru di SMKN 2 Bandung maupun peneliti selanjutnya. Beberapa saran yang ingin disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi guru, penggunaan pendekatan bermain dapat dijadikan suatu alternatif dalam suatu pembelajaran, khususnya pembelajaran lompat kangkang. Penggunaan pendekatan bermain ini dapat memotivasi siswa terhadap proses pembelajaran dan hasil pembelajaran siswa agar lebih baik dan efektif, sehingga dapat memudahkan siswa untuk memunculkan ide atau keterampilan yang mereka miliki, selain itu juga siswa terlihat antusias dalam pelaksanaan pembelajaran, dikarenakan pembelajaran yang mereka ikuti menyenangkan dan tugas gerak harus mereka lakukan dianggap tidak terlalu sulit untuk dilakukan.
2. Sebelum guru mengajar, terlebih dahulu guru harus memberikan penjelasan yang jelas kepada siswa terhadap langkah pembelajaran dengan pendekatan bermain ini kepada siswa, agar siswa memahami tujuan pembelajaran yang dilakukan guru, sehingga tujuan pembelajaran yang diharapkan guru dan siswa bisa tercapai dengan baik.

3. Sarana dan prasarana sangat penting dan menjadi salah satu faktor penentu dalam keberhasilan suatu pembelajaran khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani. Untuk itu diharapkan dari pihak sekolah khususnya, masyarakat, dan semua pihak yang berkepentingan dalam pelaksanaan program Pendidikan Jasmani dapat turut serta berpartisipasi secara aktif dalam membantu kinerja para guru Pendidikan Jasmani di sekolah. Sehingga dengan adanya ketersediaan fasilitas dan alat pendukung yang memadai, diharapkan bisa menunjang terhadap peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah masing-masing.
4. Peneliti mengharapkan penggunaan pendekatan bermain ini sebaiknya tidak hanya diterapkan pada materi senam lantai khususnya lompat kangkang saja, melainkan materi yang lain pun bisa digunakan sehingga guru dapat melihat serta membandingkan dengan metode, model, strategi atau yang lainnya yang telah sebelumnya dilakukan dan hasil pembelajaran siswa dapat terlihat jelas serta terpenuhi apa yang kita harapkan yang sekiranya guru bisa menerapkannya pada saat pembelajaran berlangsung dengan menggunakan pendekatan bermain.
5. Pendekatan bermain ini sangat baik untuk diterapkan pada proses pembelajaran karena dengan pendekatan bermain inilah siswa bisa merasa senang dan antusias siswa bisa lebih terlihat pada saat mengikuti pembelajaran lompat kangkang.