

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pembahasan penelitian yang telah dilakukan mengenai peningkatan pembelajaran melalui model PAIKEM pada siswa kelas IV SDN Mandalaherang II Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Perencanaan pembelajaran dalam upaya meningkatkan pembelajaran aktivitas ritmik melalui model PAIKEM dimulai dengan menganalisis tujuan pokok, meningkatkan keterampilan melakukan aktivitas ritmik, dan merencanakan jumlah pertemuan. Dengan perencanaan pembelajaran seperti itu, dapat dilihat hasil dari penelitian ini data awal 65%, siklus I 70%, siklus II 85%, dan siklus III telah memenuhi target dengan persentase 100% dan telah mencapai target 100% pada siklus III. Agar proses pembelajaran berjalan efektif, sistematis tahapan gerakan dimulai dengan gerakan yang mudah, kemudian berangsur-angsur dinaikkan ke beban yang sulit.
2. Proses pelaksanaan pembelajaran aktivitas ritmik melalui model PAIKEM diikuti dengan kinerja guru yang maksimal dalam memotivasi aktivitas siswa dan bimbingan melalui petunjuk-petunjuk pelaksanaan yang jelas dan koreksi-koreksi yang tepat baik secara khusus maupun umum serta upaya modifikasi dan pemanfaatan fasilitas belajar akan mampu mendapatkan hasil yang maksimal. Pada data awal diketahui 63%, siklus I 67%, siklus II 83%, dan siklus III menjadi 100% bisa disimpulkan mengalami peningkatan yang signifikan dan telah mencapai target 95% pada siklus III.
3. Dalam memaksimalkan aktivitas siswa saat berlangsungnya pembelajaran pemberian motivasi siswa harus diberikan saat pembelajaran berlangsung agar aktivitas siswa dapat meningkat disamping pengawasan dan peraturan yang ketat, jelas dan tidak berpihak sehingga pengelolaan proses belajar maksimal. Dapat dilihat dari data awal 52,44% tidak ada siswa yang

berkriteria baik dalam melakukan aktivitas selama pembelajaran berlangsung.

Namun, presentase aktivitas siswa dalam pembelajaran di siklus satu menjadi 60% dengan 6 siswa berkategori baik dalam melaksanakan aktivitasnya, kemudian pada siklus II meningkat menjadi 68%, dan pada siklus III siswa-siswa melakukan aktivitasnya dengan kategori baik mencapai target yaitu 95%.

Data tersebut dibuktikan dengan meningkatnya aspek estetika, kerjasama dalam tim, dan kedisiplinan mereka pun turut meningkat dengan signifikan.

4. Dengan penerapan pembelajaran aktivitas ritmik melalui model PAIKEM menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes pembelajaran data awal hanya 8% atau hanya 2 orang yang tuntas dalam melakukan pembelajaran senam ritmik, pada siklus I meningkat menjadi 28% atau 7 orang siswa tuntas, kemudian pada siklus II meningkat menjadi 68% atau 17 siswa dinyatakan tuntas dan pada siklus III penelitian tindakan meningkat dengan seluruh siswa dinyatakan tuntas 100% dengan kata lain mencapai target yaitu 95% dari seluruh siswa yang melaksanakan pembelajaran dan mendapat predikat sangat memuaskan.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan yang diperoleh penulis selama penelitian ini diajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Guru

Diharapkan para guru pendidikan jasmani mencoba berbagai macam teknik pendekatan yang sesuai dengan karakter materi ajar, agar wawasan metodologi pembelajaran pendidikan jasmani menjadi berkembang. Terutama pada pembelajaran penjas di SD sebaiknya menggunakan metode pembelajaran melalui modifikasi, karena pada masa anak SD cenderung masih ingin bermain serta menghindari cedera yang berakibat fatal. Selain itu, kurikulum 2013 mengharuskan setiap guru memaksimalkan pembelajaran yang mengandung aspek-aspek dalam PAIKEM. Oleh

karena itu, guru-guru diharapkan mampu mengembangkan dan mengaplikasikan model PAIKEM dalam pembelajaran apapun.

2. Bagi Siswa

Diharapkan siswa dapat melakukan aktivitas ritmik, dapat memberikan motivasi kepada siswa bahwa aktivitas ritmik itu salah satu untuk meningkatkan kesehatan serta membentuk dan memaksimalkan pertumbuhan tubuh secara menyeluruh. Selain itu, diharapkan menjadikan tolak ukur bagi siswa untuk melaksanakan pembelajaran yang menyenangkan dan terdapat unsur-unsur aktif, inovatif, kreatif di dalamnya.

3. Bagi Sekolah

Diharapkan dapat menambah referensi tentang model pembelajaran khususnya untuk mata pelajaran pendidikan jasmani.

4. Bagi Lembaga

Mudah-mudahan pembelajaran ini dapat menjadi masukan sebagai pengembangan teknik meningkatkan pembelajaran aktivitas ritmik pada senam lantai. Dan dapat meningkatkan kreatifitas mahasiswa dalam mencari solusi permasalahan pendidikan jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syaripudin (1997), *Azas dan Falsafah Penjaskes*, Depdikbud
- Cholik Mutohir, T dan Rusli Lutan (1996/1997), *Pendidikan jasmani dan Kesehatan*, Jakarta, Depdikbud.
- Depdiknas (2003), *Kurikulum 2004, Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*, Jakarta, Depdiknas.
- Depdiknas (2004), *Standar Kompetensi Guru Sekolah Dasar*, Jakarta Depdiknas.
- Husdarta, JS, dkk. (2010). *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Dewa Ruci
- Kasihani, Kasbolah (1998). *Penelitian Tindakan Kelas*. Malang: Depdikbud.
- Khoiru, Iif, dkk. (2007). *Pembelajaran Aktif, Inovatif Kreatif, Efektif dan Menyenangkan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Lutan, Rusli (1996/1997), *Hakekat dan Karakteristik Penjaskes*, Jakarta, Depdikbud.
- Lutan, Rusli (1999). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani: Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Muhadi, Aip Syarifuddin. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Mulyasa (2008). *Menjadi Guru Profesional: Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rusman, (2010). *Model-model Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ramadhan, A. Tarmizi. 2008. *Pembelajaran Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan*. <http://tarmizi.wordpress.com/2008/11/11/pembelajaran-aktif-inovatif-kreatif-efektif-dan-menyenangkan/>. Diakses tanggal 8 Februari 2009.
- Sukarma, T (2001), *Senam Ritmik; Bentuk Bentuk Tugas Ajar & Pembelajaran*, Jakarta, Depdiknas.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain*. Jakarta: Depdikbud.
- Supandi. (1992). *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: depdikbud.

- Syah, Muhibin (2009). *Pembelajaran yang Aktif, Inovatif, Kreatif, dan Menyenangkan (PAIKEM)*. Bandung: UIN Sunan Gunung Jati.
- Syaripudin, Aip (1992). *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta : Depdikbud.
- Tirtarahardja, Umar. (2008). *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Trianto, J. *Iramadan Melodi*. Tersedia:
http://id.m.wikipedia.org/wiki/Senam_irama.html
di akses pada 01 November 2010
- Uhamisastra, Dkk (2010). *Didaktik Metodik Pembelajaran Senam*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia (UPI).
- Widada, Wahyu (2010). *Perencanaan Pembelajaran*. Jakarta : Trans Mandiri Abadi.
- Wiriaatmadja, Rochiati (2005). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

