

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

C. Simpulan tentang Produk

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa model pemanasan permainan yang dihasilkan terdiri dari enam model permainan, yaitu: (1) Operan Beranting, (2) Harus Berkumpul, (3) Lompat Katak, (4) Tembak Aku, (5) Lempar Aku, dan (6) Lempar Tikus. Model pemanasan permainan disesuaikan dengan karakteristik siswa SMA yang masih suka bermain dan model ini disesuaikan juga dengan tujuan pemanasan. Uji kelayakan dilakukan berdasarkan penilaian para ahli, dan evaluasi data yang diperoleh menunjukkan bahwa model pemanasan permainan yang disusun sesuai kebutuhan siswa, menyenangkan, mudah dilakukan, aman, dan layak untuk digunakan sebagai variasi pemanasan.

Produk dari penelitian pengembangan ini yaitu berupa buku panduan model pemanasan permainan, dalam buku ini memuat beberapa model pemanasan permainan berupa pelaksanaan, bentuk, dan cara melakukan yang diterapkan pada pembelajaran PJOK siswa Sekolah Menengah Atas.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian di atas, implikasi dari hasil penelitian sebagai berikut:

1. Implikasi Teoretis

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemanasan bisa dimodifikasi dengan sebuah permainan yang dibuat sedemikian rupa, dengan tujuan untuk

mempersiapkan diri secara fisiologis dan psikologis sebelum melakukan kegiatan inti.

2. Implikasi Praktis

Hasil penelitian secara praktis dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi guru PJOK dalam memberikan pemanasan yang divariasikan ke dalam sebuah permainan. Dengan demikian, pembelajaran akan lebih menarik dan diharapkan tercapainya tujuan pembelajaran yang baik.

C. Saran Pemanfaatan Produk

1. Model pemanasan permainan yang dikembangkan dapat digunakan guru PJOK sebagai salah satu variasi untuk pemanasan.
2. Model pemanasan permainan ini cocok diterapkan kepada siswa SMA yang secara psikologis masih suka bermain.
3. Model ini dalam penerapannya harus disesuaikan dengan kaidah pembelajaran dan memenuhi indikator pemanasan, agar nantinya hasil yang dilakukan maksimal dan sesuai dengan yang diharapkan.
4. Sosialisasi produk variasi pemanasan ini juga diperlukan. Diharapkan dapat membantu peran guru dalam proses pembelajaran dan dapat diaplikasikan pada semua jenjang pendidikan yang nantinya dapat dikembangkan lebih baik, lebih kreatif, dan lebih inovatif.
5. Produk yang dikembangkan belum sepenuhnya memuat materi pokok. Pengembang lebih lanjut alangkah baiknya melibatkan keseluruhan materi dan aspek-aspek yang terkandung dalam materi.