

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa pembelajaran gerak dasar lompat tinggigaya *straddle* dengan alat bantu karet pada siswa kelas V SD Negeri Keji I, Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang meningkat. Hal tersebut berdasarkan hasil penilaian menunjukkan bahwa siswa lebih antusias, aktif, tidak malas, dan merasa senang. Sedangkan nilai kuantitatif dapat dilihat dari tes unjuk kerja lompat tinggi, siswa telah mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditetapkan sekolah yaitu 70 telah melebihi dari target awal. Pada siklus I hasil dari penelitian tindakan kelas ini tuntas dengan rerata nilai 72,03 dan pada siklus II tuntas dari KKM yang telah ditentukan sekolah yaitu 70, dengan rerata nilai 78,05. Peneliti membandingkan dengan hasil belajar tahun sebelumnya, siswa yang mencapai KKM yang telah ditetapkan sekolah yaitu 70 hanya 50% tuntas, rerata nilai hanya 68,77. Selain itu keterampilan dasar lompat tinggi siswa juga meningkat.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa alat bantu karet dapat meningkatkan hasil belajar lompat tinggi pada siswa SD Negeri Keji I, Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang.

B. Implikasi

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* dengan alat bantu karet di SD Negeri Keji I Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang pada siswa kelas V mengalami peningkatan. Sehingga sebagai guru dapat terus meningkatkan kualitas pembelajaran yang baik, yaitu dengan menyediakan alat atau fasilitas yang bervariasi serta memvariasikan proses pembelajaran, agar siswa tertarik dan menyenangi olahraga yang sedang diajarkan guru.

C. Saran-saran

Saran yang dapat peneliti berikan sehubungan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi siswa, agar dapat lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran olahraga baik olahraga lompat tinggi maupun olahraga yang lain.
2. Bagi sekolah, agar menyediakan atau memperbaharui sarana dan prasarana olahraga, sehingga semua siswa dapat menggunakan fasilitas dengan leluasa.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas pada kelas V SD Negeri Keji I, Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang memiliki keterbatasan yang menjadi hambatan penelitian ini. Hambatan tersebut adalah sarana dan prasarana untuk memvariasikan pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* kurang mendukung,

faktor fisik siswa yang berbeda-beda, menyebabkan pembuatan sarana pembelajaran agak kesulitan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharjono & Supardi, 2011. Pengamatan dan Pengambilan Data. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Depdiknas, 2003. Standar Kompetensi Dasar Tingkat SD / MI (Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan). Jakarta : Depdiknas.
- Depdiknas, 2008. *Pedoman Penyusunan KTSP SD*. Jakarta : BNSP.
- Edi Purnomo & Dapan, 2011. Dasar-dasar Gerak Atletik. Yogyakarta : Alfabedia.
- M. Djumidar, 2007. *Pembelajaran Lompat Tinggi dengan Alat Bantu Karet*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada Jakarta.
- M. Djumidar, 2004. *Belajar Berlatih Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada Jakarta.
- Mamat Rohmad, 2009. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT. Erlangga
- Tamsir Riyadi, 1985. *Petunjuk Atletik Yogyakarta Cetakan II*. Yogyakarta.
- Wiriatmaja, 2009. *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT. Remaja Rosdakarya.
- Walgita, 2010. Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Tinggi dengan Alat Bantu Kardus pada Siswa Kelas V SD Negeri 3 Kalipetir Skripsi. Yogyakarta : FIK UNY.
- Yudha M. Saputra, 2001. *Pembelajaran Atletik yang Sesuai dengan Kelas*. Jakarta: Depdiknas
- Yuli Triyanto, 2011. *Lompat Tinggi dengan Alat Bantu Kardus dan Matras pada Siswa Kelas V SD Negeri Tanjung*. Skripsi. Yogyakarta : FIK UNY.