

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa proses pembelajaran lompat tinggi dengan menggunakan alat bantu kardus dan karet dapat dijadikan sebagai satu model atau strategi pembelajaran lompat tinggi untuk kelas V SDN Polengan 1 Srumbung kabupaten Magelang.

B. Implikasi Penelitian

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran lompat tinggi untuk kelas V SDN Polengan 1 Srumbung kabupaten Magelang dengan alat bantu kardus dan karet mengalami peningkatan, sehingga sebagai guru dapat terus meningkatkan kualitas pembelajaran, dengan menyediakan alat atau fasilitas, bervariasi pembelajaran dan lain-lain agar siswa tertarik atau menyenangi olahraga yang diajarkan guru.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian tindakan kelas pada kelas V SDN Polengan 1 Srumbung kabupaten Magelang memiliki keterbatasan-keterbatasan yang menjadi hambatan penelitian ini. Dimana hambatan-hambatan itu belum dapat terselesaikan pada penelitian ini sehingga pada saat yang akan datang hambatan-hambatan tersebut menjadi bahan penyelesaian pada pembelajaran selanjutnya. Adapun hambatan-hambatan tersebut adalah sarana dan prasarana lompat tinggi yang kurang mendukung dan faktor fisik siswa yang berbeda-beda. Selain itu angket tidak divalidasi serta dicari validasi dan reliabilitasnya.

D. Saran – Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian ini saran yang dapat penyusun berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi siswa, agar lebih memahami teknik lompat tinggi yang benar supaya dapat memperbaiki kesalahan yang dilakukannya.
2. Bagi sekolah, agar menyediakan atau memperbaharui sarana dan prasarana olahraga, sehingga semua siswa dapat menggunakan fasilitas olahraga.
3. Kepada semua pembaca, khususnya guru penjasorkes dapat mengembangkan model pembelajaran lompat tinggi dengan lebih kreatif dan inovatif sehingga siswa merasa lebih senang tanpa terbebani dan tujuan pembelajaran dapat tercapai lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. 2003. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- _____. 2003. *Kurikulum 2004 Standar Kompetensi (Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Tingkat SD/MI)*. Jakarta: Depdiknas.
- _____. 2006. “Pembelajaran Aktifitas Retmik: Senam Irama dengan Musik”. *Makalah*. Jakarta: Depdiknas PPPG Keguruan.
- _____. 2008. *Pelatihan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta: Depdiknas.
- Djumari. 2004. *Dasar-Dasar Atletik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Djumidar. 2007. *Dasar-Dasar Atletik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Eddy Purnomo. 2007. *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: UNY.
- Eddy Purnomo. 2011. *Dasar – Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfamedia.
- Emzil Fajri. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*.
- Nurkamid. 2011. “Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain pada Siswa Kelas V SD Negeri Tamanagung 1 Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nur Wibisono. 2007. “Minat Siswa SMPN 4 Wates dalam Mengikuti Pembelajaran Senam Irama”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Rochiati Wiriadmadja. 2008. *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Rodikin. 2011.” Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Lompat Tinggi Dengan Bermain pada Siswa Kelas V SDN 3 Samudra Gumelar.” *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Rusli Lutan. 2001. *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Saidiharjo. 2004. *Pengembangan Kurikulum Ilmu Pengetahuan Sosial*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: UNY

- Supinah. 2008. *Penyusunan Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Matematika SD dalam Rangka Pengembangan KTSP*. Jakarta: Depdiknas.
- Tamsir Riyadi. 1985. *Petunjuk Atletik*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Walgita. 2010. "Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh dengan Alat Bantu Simpai dan Matras pada Siswa Kelas V SD Negeri 3 Kalipetir Pengasih Kulon Progo". *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Yudha M. Saputra. 2001. *Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar (Sebuah Pendekatan Pembinaan Gerak Dasar Melalui Permainan)*. Jakarta: Depdiknas.