

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa pembelajaran lari cepat dengan metode bermain untuk siswa kelas III SD Negeri Muntilan 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 lari 40 meter, siswa telah mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) sekolah yaitu 75 telah melebihi dari target awal yaitu 60%.

Pada siklus I hasil dari penelitian tindakan kelas ini mencapai 90% tuntas dengan rerata nilai 83,2 dan pada siklus II mencapai 95% tuntas dari KKM yang telah ditentukan sekolah yaitu 75, dengan rerata nilai 84,7. Peneliti membandingkan dengan hasil belajar tahun sebelumnya, siswa yang mencapai KKM yang telah ditetapkan sekolah yaitu 75 hanya 40% tuntas, rerata nilai hanya 74,8. Selain itu kecepatan lari siswa juga meningkat. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari cepat pada siswa SD Negeri Muntilan Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang.

B. Implikasi

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran lari cepat dengan metode bermain di SD Negeri Muntilan Kecamatan

Muntilan, Kabupaten Magelang pada siswa kelas III 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 menyayangi 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 lari cepat maupun olahraga yang lain.
2. Bagi Sekolah, agar menyediakan sarana dan prasarana olahraga, sehingga semua siswa dapat menggunakan fasilitas dengan leluasa.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas pada kelas III SD Negeri Muntilan Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang memiliki keterbatasan-keterbatasan yang menjadi hambatan penelitian ini.. Hambatan-hambatan tersebut adalah sarana dan prasarana untuk memvariasikan pembelajaran lari cepat kurang mendukung, faktor fisik siswa yang berbeda-beda, juga kedisiplinan siswa yang tidak sama menyebabkan pembuatan sarana pembelajaran agak kesulitan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Saefudin. 1992. *Atletik*, Jakarta :Universitas Terbuka.
- Arif Gunarso. 1993. *Bagaimana Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*, Surabaya : Usaha Nasional.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2003. *Undang-Undang Republik Indonesia Tentang Sistem Pendidikan Nasional*
- Depdikbud.1995. *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar Pendidikan Jasmanidan Kesehatan di Sekolah Dasar*.
- Dick Wolter and dan Carey Lou. 1990.*The Systematic Design of Instruction*, New York : Harper Collins Publisher Inc.
- Djumidar. 1998. *Dasar dasarAtletik*,Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Eddy Purnomo. 2007. *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*
- Hans Katzenbogner& Michael Medler. 1996.*Buku Pedoman Lomba Atletik*, Jakarta : PB-PASI
- KTSP.2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan SD dan MI Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas
- Muchamad Djumidar A. Widya. 2004. *Gerak-gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Nana Sudjana. 1989.*Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*, Bandung :SinarBaru.
- Noehi Nasution. 1994. *Psikologi Pendidikan*, Jakarta :Depdikbud.
- Pardjono, dkk. 2007.*Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian UNY.
- Robert M. Gagne. Pengertian Belajar.Tersedia on line di <http://joegalan.wordpress.com/2009/04/13>. Diakses23 Januari 2012.
- .

- Rusli Lutan. 1991. *Belajar Keterampilan, Pengantar Teoridan Metode*, Jakarta :Depdikbud Dikti Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- 2001. *Pembaharuan Pendidikan Jasmani di Indonesia*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Dikdasmen Dirjen Olahraga.
- Soetoto Pontjopoetra. 1995. *Permainan Anak, Permainan Tradisional, Aktivitas Ritmik*, Jakarta :Universitas Terbuka.
- Saefudin Azwar. 1997. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suharsimi Arikunto. 1999. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- 2010. *Penelitian Tindakan untuk Guru, Kepala Sekolah & Pengawas*, Yogyakarta : Aditya Media.
- Udin S Winataputra. 1995. *Teori Belajar dan Pembelajaran*, Bandung :Rosda Karya.
- Wina Sanjaya. 2007. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*.,Jakarta : Kencana.
- Winkel, W.S. 1999. *Psikologi Pembelajaran*, Jakarta :Grasido.
- Yudha M Saputra. 2001. *Dasar-Dasar Keterampilan Atletik*, Jakarta :Direktur Jendral Olahraga.