

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, KETERBATASAN PENELITIAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sesuai dengan permasalahan dan hasil penelitian serta pembahasan dalam penelitian tindakan kelas yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa penggunaan matras miring dapat meningkatkan pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Brengkol, Kecamatan Pituruh, Kabupaten Purworejo. Hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi, siswa yang tuntas belajar 23 siswa atau 92 % sudah lebih dari 75 %. Nilai rata-rata kelas 78,32 sudah lebih tinggi dari Kriteria Ketuntasan Minimal yang ditetapkan yaitu 70.

B. Implikasi

Hasil penelitian yang diperoleh ini mempunyai implikasi bagi perkembangan pola pengajaran pendidikan jasmani di SD umumnya dan SD Negeri Brengkol, Kecamatan Pituruh, Kabupaten Purworejo pada khususnya. Guru pendidikan jasmani sekolah dasar dapat menerapkan pemberian materi senam lantai guling belakang dengan menggunakan matras miring untuk proses pembelajarannya.

C. Keterbatasan Penelitian.

Penelitian yang dilakukan sudah diusahakan dengan sebaik-baiknya, tetapi masih banyak keterbatasan dan kelemahan antara lain :

1. Peneliti hanya melakukan penelitian senam lantai guling belakang dengan 1 jenis kemiringan matras, sedangkan kemiringan yang lain belum.

2. Waktu pengambilan data atau penelitian hanya dilakukan 1 siklus atau 2 kali pertemuan, padahal untuk mendapatkan tingkat keberhasilan tindakan kemungkinan dibutuhkan waktu yang lebih lama lagi.
3. Pembelajaran senam seyogyanya tidak dilakukan pada bidang miring.

D. Saran-saran

Setelah dilakukan penelitian, ada beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan efisien yaitu :

1. Bagi sekolah

Perlu penyediaan fasilitas untuk pengajaran pendidikan jasmani yang lebih lengkap oleh sekolah.

2. Bagi guru

Guru-guru pendidikan jasmani sebaiknya dapat menerapkan pembelajaran pendidikan jasmani dengan variasi-variasi pembelajaran untuk mengatasi kesulitan penafsiran gerak yang kompleks oleh siswa.

3. Bagi siswa

Siswa hendaknya membiasakan diri untuk belajar menggunakan berbagai macam variasi pembelajaran, sehingga akan terbiasa belajar menggunakan berbagai macam variasi pembelajaran dan hasil pembelajaran yang diperoleh akan meningkat.

4. Bagi peneliti lain

Melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan faktor atau pendekatan lain.

5. Bagi pelatih

Penggunaan bidang miring dapat dilakukan pada pelatihan senam dalam ekstrakurikuler.