

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil pembelajaran lompat jauh dengan pendekatan bermain dari Siklus I dan Siklus II menunjukkan adanya peningkatan motivasi, kerja sama, dan perkembangan gerak dasar lompat jauh pada semua siswa.

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran lompat jauh yang dilakukan dengan pendekatan bermain dapat meningkatkan pembelajaran lompat jauh pada siswa SD Kelas IV SD Negeri Semawung Purworejo Jawa Tengah.

B. Implikasi Penelitian

Pembelajaran lompat jauh dengan pendekatan bermain pada siswa Sekolah Dasar, perlu dikembangkan dan dilaksanakan oleh semua guru Penjas dengan tetap memperhatikan karakter siswa, sarana prasarana dan budaya setempat serta materi yang diberikan. Selain itu materi bermain yang diberikan harus tidak menghilangkan unsur serius, disiplin dan tetap mengacu pada kurikulum yang dirancang sesuai dengan kebutuhan siswa.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Subjek yang digunakan termasuk kelas besar, dengan jumlah siswa 38 siswa, termasuk di atas standar ideal yaitu 28 siswa.
2. Subjek yang digunakan adalah anak Sekolah Dasar di pedesaan yang sebagian besar termasuk anak yang lugu, sehingga mereka sering ragu-ragu untuk melakukan gerakan baru.

3. Karena peneliti belum pernah mengadakan penelitian tindakan kelas, maka terlalu menuntut agar suasana siswa sesuai seperti yang diinginkan peneliti.

D. Saran

- a. Guru Penjas SD hendaknya selalu menerapkan metode bermain dalam setiap pembelajaran, khususnya pada siswa kelas bawah, karena pada dasarnya anak-anak SD sangat suka diajak bermain.
- b. Perlu dilakukan penelitian tindakan kelas yang sejenis pada materi pembelajaran lain dengan tetap memperhatikan faktor-faktor dalam pembelajaran.
- c. Perlu dilakukan penelitian tindakan kelas pada jumlah subjek yang sesuai.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin. (1992). *Atletik*. Jakarta : Depdikbud.
- Amung Ma'mun. (2000). *Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : CV Baru.
- Anggani Sudono. (2000). *Sumber Belajar dan Alat Permainan*. Jakarta : Grasindo.
- BSNP. (2006). *Model Silabus Penjas Untuk SD*. Jakarta : Dirjen Mendikdasmen.
- Cicik Haryati. (2010). "Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh melalui Pendekatan Bermain pada Siswa Kelas IV SD Negeri Sapuran Kabupaten Wonosobo". Yogyakarta : Skripsi FIK UNY.
- Djumidar. (2001.) *Dasar-Dasar Atletik*, Jakarta : Depdiknas.
- Eddy Purnomo & Dapan.(2011). *Dasar – Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta : Alfabedia.
- Elizabeth B. Hurlock. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta : Sinar Mas.
- Engkos Kosasih. (1985). *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta : CV Akademika Pressindo
- Engkos Kosasih. (2007). *Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP*. Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- Hibana S. Rahman. (2002). *Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta : PGTKI Press.
- Joko Sunardi. (2008) *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Mochamad Djumidar A. Widya (2004) *Belajar berlatih gerak-gerak dasar atletik dalam bermain*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Muhajir. (2005). *Teori dan Praktik Pendidikan Jasmani Untuk SMP*. Jakarta : Yudhistira.
- Parjono. (2007). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta : Lembaga Penelitian Universitas Negeri Yogyakarta.
- Purwodarminto. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Presindo.
- Rochman Natawidjaja. (1979). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : CV Mutiara.
- Roji. (1989). *Pendidikan Jasmani*. Klaten : Intan Pariwara.

- Roji (1996). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Klaten : Intan Pariwara.
- Soetoto Pontjopoetro..(2003). *Permainan Anak Tradisional dan Aktivitas Ritmik*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Sri Lestari.(2010). “Upaya Peningkatan Pembelajaran Tolak Peluru dengan Pendekatan Bermain pada Siswa Kelas IV SD Kristen Pangen Purworejo”. Yogyakarta : *Skripsi* FIK UNY.
- Sri Rumini. (1993). *Psikologi Pendidikan* . Yogyakarta : UPP IKIP Yogyakarta.
- Sukintaka. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani*. Solo : ESA Grafika.
- Suwarsih Madya.(1994). *Panduan Penelitian Tindakan*. Yogyakarta : Lembaga Penelitian IKIP Yogyakarta.
- Syamsu Yusuf. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Yoyo Bahagia, Ucup Yusup, Adang S.(2000). *Atletik*. Jakarta : Departemen P dan K.
- Yusuf Adi Sasmita. (1992). *Olahraga Pilihan Atletik*. Jakarta : Departemen P dan K.