

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa pendekatan bermain dapat meningkatkan pembelajaran lompat jauh untuk kelas IV SD Negeri 2 Karanganyar, Kecamatan Wadaslintang, Kabupaten Wonosobo. Hal tersebut dikarenakan mampu meningkatkan hasil belajar lompat jauh kelas IV sampai dengan 100% peserta didik yang mendapat nilai lebih dari nilai KKM yang di tentukan.

B. Implikasi Penelitian

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penguasaan lompat jauh dengan pendekatan bermain di SD Negeri 2 Karanganyar peserta didik kelas IV mengalami peningkatan, sehingga sebagai guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dengan menyediakan alat atau fasilitas agar peserta didik tertarik atau menyenangkan olahraga yang diajarkan guru.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian tindakan kelas pada kelas IV SD Negeri 2 Karanganyar Kecamatan Wadaslintang Kabupaten Wonosobo memiliki keterbatasan-keterbatasan yang menjadi hambatan penelitian ini. Adapun hambatan-hambatan tersebut antara lain :

1. Faktor fisik peserta didik yang berbeda-beda menyebabkan saat melakukan lompat jauh menggunakan tali agak kesulitan.

2. Selama ini pembelajaran yang diberikan kurang variatif sehingga perlu adanya metode-metode pembelajaran yang baru, agar peserta didik dapat memahami konsep dan materi olahraga yang diberikan oleh guru.

D. Saran-Saran

Saran yang dapat penyusun berikan sehubungan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagi peserta didik, agar lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh ataupun olahraga yang lain.
2. Bagi Sekolah, agar menyediakan atau memperbaharui sarana dan prasarana olahraga, sehingga semua peserta didik dapat menggunakan fasilitas olahraga.
3. Diharapkan peneliti lain dapat melakukan penelitian lebih lanjut sebagai pengembangan dari penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Asep Suharta. (2007). Pendekatan Pembelajaran Bola Voli Mini. *JURNAL IPTEK OLAHRAGA*, VOL.9, No.2, Mei-Agustus 2007:134-153. File di penjas 21.
- Bambang Abduljabar. (2011). *Pengertian Pendidikan Jasmani*. Artikel. Tersedia di http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.PEND.OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Pengertian_Penjas.pdf diunduh pada tanggal 12 November 2011.
- BNSP (2007). *Pedoman Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Bustami. (2012). *Penerapan Modifikasi Pembelajaran Atletik Pokok Bahasan Lari Melalui Pendekatan Bermain Terhadap Ketuntasan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Artikel. Tersedia di [Jurnalmpo/images/Jurnalfile/PENERAPAN%20MODIFIKASI%20PEMBELAJARAN%20ATLETIK%20POKOK%20BAHASAN%20LARI%20MELALUI%20PENDEKATAN%20BERMAIN%20TERHADAP%20KETUNTASAN.pdf](http://jurnalmpo/images/Jurnalfile/PENERAPAN%20MODIFIKASI%20PEMBELAJARAN%20ATLETIK%20POKOK%20BAHASAN%20LARI%20MELALUI%20PENDEKATAN%20BERMAIN%20TERHADAP%20KETUNTASAN.pdf). Diunduh pada tanggal 1 Mei 2012.
- Dalyono. (1997). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depdiknas. (2007). *Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI (Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan)*. Jakarta: Depdiknas.
- Devi Ari Mariani (2008). *Bermain dan Kreativitas Pada Anak Usia Dini (Artikel)*. Tersedia di <http://deviarimariani.com/2008/06/12/bermain-dan-kreativitas-anak-usia-dini/> diunduh pada 12 Juni 2009
- Didik Zafar Sidik (2010). *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: Rosdakarya.
- Eddy Purnomo dan Dapan (2011). *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfabedia.
- Eko Putro Widoyoko (2012). *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hananto, dkk (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 6*. Jakarta: Yudhistira.

- Jumadi. (2011). *Pengertian KTSP dan Pengembangan Silabus dalam KTSP*. Tersedia online <http://staff.uny.ac.id/system/files/pengabdian/jumadi-mpd-dr/pengertian-ktsp-pengembangan-silabus.pdf>
- M. Hamid Anwar (2005). Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Sebagai Wahana Kompensasi Gerak Anak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 3, No.1, Hal. 45-54.
- Matakupan. (1995). *Modul Universitas Terbuka: Teori Bermain*. Jakarta: Depdiknas.
- Mochamad Djumidar, (2004). *Belajar Berlatih Gerak-Gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Mulyasa. (2009). *Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Kemandirian Guru dan Kepala Sekolah*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nurkamid (2010). “Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh melalui Pendekatan Bermain pada Peserta didik Kelas V di SD Negeri Tamanagung 1 Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang”. *Skripsi*. UNY: FIK
- Pardjono, dkk. (2007). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian UNY.
- Rinda Tri Arlian, dkk. (2010). *Konsep Dasar Belajar dan Pembelajaran Secara Universal dan Perspektif Islam*. UMM: FKIP.
- Rirawati Harahap. (2008). *Upaya Meningkatkan Kesehatan Jasmani Melalui Pendekatan Bermain dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani (Artikel)*. Tersedia <http://one.indoskripsi.com/node/2329> diunduh pada 28 April 2008
- Rochman, dkk. 2004. *Pendidikan Jasmani Untuk Sekolah Dasar Kelas 4*. Jakarta: Erlangga.
- Soni Nopembri. (2011). *Implementasi Pendidikan Jasmani pada pendidikan Prasekolah*. Tersedia di <http://staff.uny.ac.id/system/files/penelitian/Soni%20Nopembri,%20S.Pd.,M.Pd./Implementasi%20Penjas%20prasekolah.pdf> diunduh pada tanggal 30 Desember 2011
- Sudarwan Danim (2010). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, dkk. (2003). *Strategi Pembelajaran Matematika Kontemporer*. Bandung: JICA IMSTEP Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sunaryo. (1979). *Pedoman Atletik*. Jakarta: Depdiknas.
- Surtiati (2010). “Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok melalui Bermain Karet Gelang pada Peserta didik Kelas IV SD Negeri

1 Kaliwiro Kecamatan Kaliwoiro Kabupaten Wonosobo”. *Skripsi*.
UNY: FIK

Suwarsih Madya. (2012). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Tersedia di
http://www.ktiguru.net/file.php/1/moddata/data/3/9/45/PENELITIAN_TINDAKAN_KELAS.pdf diunduh pada tanggal 1 Mei 2012

Syaiful Bahri D. (2011). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

Usep Kuswari. (2010). *Hakekat Belajar dan Pembelajaran*. Tersedia online
[http://file.upi.edu/Direktori/FPBS/JUR. PEND. BAHASA DAERAH/195901191986011-USEP KUSWARI/Hakikat Belajar dan Pembelajaran.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPBS/JUR._PEND._BAHASA_DAERAH/195901191986011-USEP_KUSWARI/Hakikat_Belajar_dan_Pembelajaran.pdf)

Yoyo Bahagia. (2010). *Pembelajaran Atletik*. Jakarta: Depdiknas.

Yudha M. Saputra. 2001. *Dasar-dasar keterampilan atletik (Pendekatan bermain untuk sekolah lanjutan tingkat pertama)*. Jakarta: Depdiknas.