

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa melalui metode perbaikan pembelajaran lompat jauh dengan menggunakan bola bergantung dapat meningkatkan efektifitas belajar siswa dan mengoptimalkan alat peraga sebagai sarana dan prasarana pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan khususnya materi lompat jauh pada kelas VIII semester I SMA Negeri 1 Mijen tahun pelajaran 2019. Pada pra siklus siswa yang tuntas sebanyak 13 siswa, dan yang tidak tuntas sebanyak 20 siswa, pada siklus I siswa yang tuntas 24 siswa dan yang tidak tuntas 9 siswa, siklus II siswa yang tuntas sebanyak 30 dan 3 siswa tidak tuntas. Persentase ketuntasan belajar dapat diketahui bahwa pada pra siklus sebesar 40% sudah tuntas dan 60% tidak tuntas. Siklus I sebesar 72.7% sudah tuntas dan 27.2% tidak tuntas. Pada siklus II sebesar 91% tuntas dan 9.0% tidak tuntas.

5.2 Implikasi

Penelitian tindakan kelas (PTK) yang diadakan di Sma Negeri 1 Mijen kabupaten Demak nilai persentase ketuntasan meningkat cukup baik. Nilai persentase dalam perbaikan nilai lompat jauh dengan menggunakan media pembelajaran bola bergantung meningkat karena di pengaruhi oleh beberapa faktor antara Lain :

1. Guru harus mampu membimbing dan mengarahkan peserta didik menuju tercapainya tujuan belajar sesuai dengan yang diharapkan.
2. Guru harus pandai memilih dan menyusun variasi permainan dengan memperhatikan karakteristik dan kemampuan peserta didik guna mencapai hasil belajar yang memuaskan.
3. Guru dituntut memiliki kreativitas dalam pembelajaran baik mengenai tehnik penyajian, pengelolaan kelas dan mendorong peserta didik untuk berani mengemukakan pendapat.
4. Guru harus mampu mmenciptakan inovasi dalam pembelajaran agar peserta didik dengan mudah memahami materi yang dianggap mereka sulit sehingga hasil belajar meningkat.

5.3 Saran

Media pembelajaran menggunakan bola bergantung adalah sebagai bahan pembelajaran dari lompat jauh yang telah dihasilkan dari penelitian, yang dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian pembelajaran penjas untuk pwserta didik kelas VIII SMA. Sebaiknya penggunaan media pembelajaran ini dilaksanakan seperti apa yang telah direncanakan sesuai dengan kelebihan dan kekurangan media pembelajaran ini, sehingga dapat mencapai tujuan dari pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan maka rekomendasi yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut :

- 1) Bagi Guru

Bagi guru penjasorkes diharapkan dapat lebih inovatif dan kreatif dalam menciptakan model permainan atau media pembelajaran khususnya dalam pembelajaran lompat jauh, sehingga siswa dapat memperoleh hasil belajar yang memuaskan.

Sebaiknya media pembelajaran dengan menggunakan bola bergantung sebab dengan media tersebut terbukti dapat meningkatkan keefektifan dalam pembelajaran dan dapat meningkatkan hasil belajar khususnya pada materi lompat jauh.

2) Bagi Siswa

Aktivitas pembelajaran dapat berlangsung dengan efisien dan efektif serta memberikan semangat kepada siswa dalam proses belajar mengajar dengan menggunakan media pembelajaran bola bergantung.

3) Bagi Lembaga

Dapat dikembangkan penelitian-penelitian lainnya yang sejenis dengan memperhatikan factor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi belajar peserta didik serta dapat dijadikan referensi untuk kegiatan belajar mengajar