

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis yang sudah dilakukan peneliti dapat disimpulkan jika pembelajaran gerak dasar lompat melalui olahraga tradisional dampu gunung dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar lompat siswa kelas 3 SDN Pengasinan IX. Hasil penilaian gerak dasar lompat yang diperoleh pada siklus I menunjukkan adanya peningkatan dengan perolehan nilai rata-rata sebesar 75,5 namun perolehan persentase ketuntasan klasikal sebesar 58 % belum mencapai batas yang ditentukan. Penelitian ini dilakukan hanya sampai pada siklus II dengan perolehan hasil yang sudah sesuai dengan KKM dan ketuntasan klasikal yang ditetapkan dengan hasil pada siklus II diperoleh nilai rata-rata sebesar 81,19 dan persentase ketuntasan klasikal sebesar 89%.

Dengan demikian peneliti mengungkapkan bahwa pembelajaran melalui olahraga tradisional dampu gunung dapat membantu siswa dalam mempelajari gerak dasar lompat bagi siswa kelas 3. Siswa SD masih berada pada fase anak-anak dimana karakter mereka masih senang bermain yang menjadi salah satu cara belajar terbaik yang dapat diterapkan dengan melakukan persiapan yang matang agar pelaksanaan pembelajaran lebih efektif.

A. Saran-saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada siswa kelas 3 di SDN Pengasinan IX, peneliti meyarankan beberapa hal seperti berikut:

1. Bagi siswa, peran aktif dalam kegiatan belajar yang sudah baik harus dipertahankan jika perlu ditingkatkan lagi dengan selalu aktif dalam kegiatan pembelajaran serta menciptakan suasana pembelajaran inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan.
2. Bagi guru, peningkatan gerak dasar lompat siswa dengan menggunakan pembelajaran olahraga tradisional dampu gunung bisa menjadi salah satu alternatif dalam mendesain kegiatan pembelajaran gerak dasar lompat.
3. Bagi sekolah, bisa memfasilitasi guru dalam menambah referensi-referensi tentang pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar mutu sekolah akan lebih baik.