

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dengan penggunaan pembelajaran kontekstual pada pembelajaran muatan Pendidikan Jasmani di Kelas IV SDN Gondangdia 01 Jakarta Pusat, dapat menunjukkan adanya peningkatan keterampilan peserta didik dalam melempar bola besar. Dengan menggunakan pendekatan kontekstual dalam pembelajaran, peserta didik dapat merasakan kesenangan dan kenyamanan serta adanya kerjasama yang baik selama proses kegiatan berlangsung. Selain itu, pembelajaran kontekstual juga dapat memberikan peluang kepada peserta didik untuk mengembangkan berbagai kemampuan yang ada dalam dirinya secara khusus keterampilan melempar bola besar. Dengan demikian penggunaan pembelajaran kontekstual ini, mampu mendorong keaktifan peserta didik untuk belajar dan pada akhirnya menimbulkan rasa kepuasan bagi peserta didik.

Untuk meningkatkan keterampilan gerak melempar bola besar, peneliti merancang pembelajraan menggunakan pembelajaran kontekstual secara bertahap. Tahap pertama, pembelajaran dimulai dengan pembahasan materi keterampilan gerak melempar bola besar. Dalam pembahasan materi, peneliti memperkenalkan keterampilan gerak melempar bola besar di depan

siswa secara singkat. Memasuki tahap kedua, peserta didik dibimbing secara khusus untuk melakukan berbagai keterampilan gerak melempar bola besar. Jenis gerakan yang dibimbing sesuai dengan pembahasan materi tahap pertama yaitu gerak melempar bola melambung, bola mendatar, dan bola menyusur tanah. Pada tahap ketiga, peserta didik dibimbing untuk memperagakan gerakan melempar bola dalam bentuk permainan tradisional yang dimodifikasi. Kemudian memasuki tahap keempat, peneliti mengadakan ujian praktek melempar bola. Tujuan dalam ujian ini, peneliti ingin melihat sejauh mana pemahaman peserta didik tentang gerakan melempar bola besar secara fisik. Memasuki tahap kelima adalah tahap terakhir dalam pembelajaran kontekstual yang dibuat. Pada tahap ini, peneliti menguji pemahaman peserta didik tentang gerak melempar secara tertulis. Dengan demikian, dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan peneliti menggunakan kurang lebih ( $\pm$ ) tiga tahap dalam pembelajaran kontekstual untuk meningkatkan keterampilan melempar peserta didik.

Berdasarkan uraian tahap pembelajaran di atas, Hasil yang diperoleh peserta didik dalam mengikuti pembelajaran keterampilan gerak melempar dari siklus I hingga siklus II dapat meningkat. Peningkatan keterampilan tersebut dapat dilihat dari pencapaian presentase keterampilan gerak melempar bola besar meningkat 82% dari 88% pada siklus I menjadi 92% pada siklus II. Kemudian untuk data pemantau tindakan meningkat menjadi 94% pada siklus II.

Dari data yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan pembelajaran kontekstual dapat meningkatkan keterampilan gerak melempar bola besar pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di kelas IV SDN Gondangdian 01 Jakarta Pusat.

## **B. Implikasi**

Hasil kesimpulan yang dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa penggunaan pembelajaran kontekstual dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi keterampilan melempar bola besar memiliki peran penting. Dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sering dijumpai pelaksanaan pembelajaran yang kurang tepat secara khusus pembelajaran yang digunakan. Dalam hal ini, penggunaan pembelajaran kontekstual akan sangat membantu guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan atau tenaga pengajar lain yang ingin membantu mengembangkan berbagai potensi atau keterampilan gerak lainnya pada peserta didik.

Penggunaan pembelajaran kontekstual dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan keaktifan peserta didik dalam pembelajaran, sehingga mempermudah guru untuk memperkenalkan konsep gerak dalam diri peserta didik.

Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan ketika akan mempergunakan pembelajaran kontekstual dalam pembelajaran yaitu kurang lebih ( $\pm$ ) 3 tahap. kelima tahap itu diantaranya: (1) tahap

penyampaian materi, (2) mempraktekkan gerakan sesuai materi, (3) menerapkan gerakan dalam berbagai permainan yang sesuai, dengan materi ajar atau pembelajaran kontekstual yang diapai oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan lainnya.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi di atas, peneliti memberikan beberapa saran guna meningkatkan keterampilan gerak melempar bola besar. Adapun saran yang ingin disampaikan oleh peneliti yaitu sebagai berikut:

1. Bagi guru yang ingin meningkatkan keterampilan peserta didik secara khusus gerak menangkap bola kecil dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, sebaiknya menggunakan pendekatan kontekstual. Pendekatan kontekstual yang digunakan tidak harus terpaku pada buku, akan tetapi guru dapat mengembangkan sendiri sesuai dengan materi ajar, fasilitas sekolah, dan pertumbuhan serta perkembangan peserta didik. Contohnya dalam penelitian ini peneliti menggunakan pembelajaran kontekstual pada kelas IV SD karena mengingat usia peserta didik masih anak-anak dan tidak terlepas dari dunia bermain, sehingga peneliti dapat meningkatkan keterampilan gerak menangkap dengan menggunakan permainan-permainan tradisional yang dimodifikasi.
2. Bagi peserta didik agar tidak hanya mengembangkan keterampilan melempar di sekolah saja, tetapi bisa mengambil kesempatan di rumah

untuk bermain dengan jenis permainan yang memiliki unsur melempar, sehingga dapat melatih kemampuan melempar lebih baik lagi.

3. Bagi peneliti agar tetap melanjutkan penelitiannya menggunakan pembelajaran kontekstual dengan menerapkan permainan-permainan yang dimodifikasi, sehingga selain meningkatkan keterampilan gerak, pembelajaran kontekstual juga dapat mengembangkan potensi lainnya dalam diri peserta didik agar hasil penelitian berikutnya lebih berkembang.