

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian tindakan kelas yang dilakukan dengan menggunakan strategi bermain pada materi gerak menangkap bola kecil dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di kelas III SDN Gondangdia 01 Jakarta Pusat, dapat menunjukkan adanya peningkatan keterampilan peserta didik dalam menangkap bola kecil. Dengan menggunakan strategi bermain dalam pembelajaran, peserta didik dapat merasakan kesenangan dan kenyamanan serta adanya kerja sama yang baik selama pembelajaran berlangsung. Selain itu, strategi bermain juga dapat memberikan peluang kepada peserta didik untuk mengembangkan berbagai kemampuan yang ada dalam dirinya secara khusus keterampilan menangkap bola kecil. Dengan demikian penggunaan strategi bermain ini, mampu mendorong keaktifan peserta didik untuk belajar dan pada akhirnya menimbulkan rasa kepuasan.

Untuk meningkatkan keterampilan gerak menangkap bola kecil, peneliti melakukan pembelajaran berdasarkan Kompetensi Dasar (KD) pada buku tema Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) kelas III SD. Kompetensi Dasar tersebut peneliti dapat mengembangkan menjadi 7 indikator yang dijadikan sebagai panduan dalam kegiatan belajar.

Adapun kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam pembelajaran seperti indikator pertama, “Mengidentifikasi konsep gerak menangkap bola kecil dalam bentuk permainan sederhana”, maka guru membimbing peserta didik untuk memahami konsep gerak dengan cara menjelaskan pengertian gerak menangkap bola kecil dan macam-macam gerak yang terdapat dalam kegiatan menangkap bola kecil.

Indikator kedua, “Memberi contoh konsep gerak menangkap bola kecil dalam bentuk permainan sederhana”. Pada tahap ini, guru menunjukkan beberapa kegiatan gerak menangkap bola kecil melalui gambar kemudian guru memperagakan bagaimana cara melakukan gerak menangkap bola kecil di depan peserta didik.

Indikator ketiga, “Membedakan konsep gerak menangkap bola kecil dalam bentuk permainan sederhana”. Setelah mengetahui macam-macam gerak menangkap, peserta didik diminta untuk melakukan gerakan tersebut di depan teman-teman dalam bimbingan guru.

Indikator keempat, “Mempraktikkan kombinasi pola gerak menangkap bola kecil secara melambung, mendatar dan menyusur tanah. Kegiatan yang dilakukan untuk mencapai indikator ini, peserta didik melakukan latihan lempar tangkap bola dalam bentuk kelompok seperti melakukan lemparan secara berhadap-hadapan dan zig-zag.

Indikator kelima, “Mempraktikkan kombinasi pola gerak menangkap bola kecil dengan jarak dekat, sedang dan jauh”. Memasuki tahap kelima,

peserta didik diajarkan untuk melakukan penangkapan dengan jarak yang berbeda yang memungkinkan terjadi disaat melakukan sebuah permainan menggunakan bola kecil, yaitu bagaimana melakukan penangkapan bola dengan jarak dekat, menengah, maupun jauh.

Indikator keenam, “Mempraktikkan kombinasi pola gerak menangkap bola kecil dalam posisi bergerak”. Untuk mencapai indikator ini, peserta didik dibimbing oleh guru seperti melakukan gerak menangkap bola pada saat berlari.

Indikator ketujuh, “Mempraktikkan kombinasi pola gerak menangkap bola kecil dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dalam bentuk permainan”. Pada tahap ini, peserta didik mengimplementasikan semua gerakan yang telah dipelajari dalam bentuk permainan-permainan sederhana yang dimodifikasi, seperti permainan kucing mencari mangsa, berburu naga, bentengan bola, dan lempar kaleng.

Berdasarkan uraian kegiatan pembelajaran di atas, Hasil yang diperoleh peserta didik dalam mengikuti pembelajaran keterampilan gerak menangkap dari siklus I hingga siklus II dapat meningkat. Peningkatan keterampilan tersebut dapat dilihat dari pencapaian presentase keterampilan gerak menangkap bola kecil meningkat 7% dari 81% pada siklus I menjadi 88% pada siklus II. Kemudian untuk data pemantau tindakan meningkat 15% dari 80% pada siklus I menjadi 95% pada siklus II.

Dari data yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan strategi bermain dapat meningkatkan keterampilan gerak menangkap bola kecil pada pembelajaran PJOK di kelas III SD Gondangdian 01 Jakarta Pusat.

B. Implikasi

Hasil kesimpulan yang dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa penggunaan strategi bermain dalam pembelajaran PJOK pada materi keterampilan menangkap bola kecil memiliki peran penting. Dalam mata pelajaran PJOK sering dijumpai pelaksanaan pembelajaran yang kurang tepat secara khusus strategi yang digunakan. Dalam hal ini, penggunaan strategi bermain akan sangat membantu guru PJOK atau tenaga pengajar lain yang ingin membantu mengembangkan berbagai potensi atau keterampilan gerak lainnya pada peserta didik.

Penggunaan strategi bermain dalam pembelajaran PJOK 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 strategi bermain dalam pembelajaran yaitu kurang lebih (\pm) 5 tahap. kelima tahap itu diantaranya: (1) tahap penyampaian materi, (2) mempraktekkan gerakan sesuai materi, (3) menerapkan gerakan dalam berbagai permainan

yang sesuai, (4) melakukan ujian praktek, dan (5) melakukan ujian secara tertulis. Kelima tahap yang diuraikan di atas, bisa dikembangkan sesuai dengan materi ajar atau strategi yang dipakai oleh guru PJOK lainnya.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi di atas, peneliti memberikan beberapa saran guna meningkatkan keterampilan gerak menangkap bola kecil. 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 PJOK, sebaiknya menggunakan strategi bermain. Strategi bermain yang digunakan tidak harus terpaku pada buku, akan tetapi guru dapat mengembangkan sendiri sesuai dengan materi ajar, fasilitas sekolah, dan pertumbuhan serta perkembangan siswa. Contohnya dalam penelitian ini peneliti menggunakan strategi bermain pada kelas III 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 menangkap di sekolah saja, tetapi bisa mengambil kesempatan di rumah untuk bermain dengan jenis permainan yang memiliki unsur

menangkap, sehingga dapat melatih kemampuan menangkap lebih baik lagi.

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