

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari proses penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas IV dan kelas V SDN Gadon Kecamatan Cepu pada tahun pelajaran 2021/2022 dapat disimpulkan bahwa media jerami dapat dijadikan pendaratan lompat jauh dengan memodifikasi pasir yang berada dibak pasir. Dengan mudahnya didapat jerami dilingkungan sekolah maka guru bisa menyemangati siswa saat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Minimnya sarana prasaran olahraga yang ada disekolah maka jerami dapat dimanfaatkan untuk menggantikan pasir.

Dalam penilaian pengamatan siswa pada siklus I dengan modifikasi media jerami berhasil meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok dibuktikan dengan hasil lembar kerja siswa kelas IV dan kelas V yang tuntas 12 siswa atau sebesar 66,7% dari 18 siswa yang sebelumnya hanya 7 siswa yang tuntas dan 11 siswa yang belum tuntas dari 18 siswa. Dari siklus I belum berhasil dikarenakan indikator keberhasilan belum mencapai standar klasikal minimum.

Dari siklus II terdapat adanya peningkatan dari siklus I dalam penilaian keterampilan siswa dengan modifikasi media jerami berhasil meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok dibuktikan dengan hasil lembar kerja siswa kelas IV dan kelas V yang tuntas 15 siswa meningkat sebesar 16,7 %. Pada siklus II sudah berhasil dikarenakan indikator keberhasilan sudah mencapai standar klasikal minimum sebesar 83,4 %

Berdasarkan uraian diatas menggambarkan bahwa pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan modifikasi media jerami sesuai dengan keterampilan siswa SDN Gadon Kecamatan Cepu, serta berdasarkan hasil penelitian tersebut dengan modifikasi media jerami berhasil meningkatkan

keterampilan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV dan kelas V SDN Gadon Kecamatan Cepu pada tahun pelajaran 2021/2022.

5.2 Saran

Dengan hasil penelitian, peneliti mampu menyampaikan masukan kepada beberapa pihak sebagai berikut :

5.2.1 Bagi Siswa

Sesudah melaksanakan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan modifikasi media jerami, agar lebih termotivasi dan semangat dalam mengikuti pembelajaran PJOK khususnya materi lompat jauh.

5.2.2 Bagi Guru dan Peneliti

Harus ada pembaharuan dan inspirasi saat memberikan materi didalam proses pembelajaran agar siswa menambah semangatnya dan lebih aktif dalam pembelajaran PJOK.

5.2.3 Bagi Sekolah

Segera menyukupi dan pemeliharaan sarana dan prasarana olahraga agar keterampilan siswa bisa menumbuhkan serta hasil siswa lebih naik.