

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan penelitian yang peneliti lakukan terhadap penerapan teknik basic parkour pada mata pelajaran PJOK materi lompat jauh gaya jongkok kelas V MIN Muara Banta Kota Kandungan dikemukakan simpulan, yaitu:

1. Penerapan teknik basic parkour pada mata pelajaran PJOK materi lompat jauh gaya jongkok kelas V MIN Muara Banta Kota Kandungan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan strategi pembelajaran dalam menerapkan langkah-langkah pembelajaran oleh guru PJOK dalam memahami peserta didik untuk menirukan gerakan basic yang didemonstrasikan oleh guru PJOK.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi penerapan teknik basic parkour pada mata pelajaran PJOK materi lompat jauh gaya jongkok kelas V MIN Muara Banta Kota Kandungan yaitu faktor guru mata pelajaran PJOK yang sesuai dengan latar belakang pendidikan beliau. Kemudian faktor peserta didik dalam memahami dan mempraktekkan gerakan yang sudah didemonstrasikan oleh guru PJOK serta minat dan motivasi tinggi dalam mengikuti pembelajaran. Faktor sarana dan prasarana sebagai sarana penunjang seperti alat bantu yang berupa corong kecil yang digunakan dalam pembelajaran PJOK materi lompat jauh gaya jongkok.

## **B. Saran-Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini maka ada beberapa hal yang disarankan bagi pihak tertentu dalam rangka meningkatkan teknik-teknik yang bervariasi salah satunya teknik *basic parkour* pada mata pelajaran PJOK materi lompat jauh gaya jongkok kelas V MIN Muara Banta, yaitu:

1. Kepada kepala sekolah agar diharapkan lebih meningkatkan pembinaanya kepada guru-guru dan dapat memberi dorongan dalam upaya menciptakan pembelajaran yang memotivasi peserta didik dalam belajar agar peserta didik menjadi lebih aktif dan berperan dalam pembelajaran.
2. Kepada guru yang kelasnya diteliti hendaknya bisa meningkatkan kualitas pembelajaran meski tanpa menggunakan alat bantu agar peserta didik tidak harus terikat dengan alat bantu ketika pembelajaran PJOK di luar kelas atau di lapangan.
3. Kepada peserta didik hendaknya lebih fokus seperti tidak bermain sendiri saat proses pembelajaran serta dapat bertanya jika ada permasalahan di dalam ataupun di luar pembelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010
- Daryanto dan Tasrial. *Konsep Pembelajaran Kreatif*. Yogyakarta: Gava Meda, 2012
- Dirman. *Karakteristik Peserta Didik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2014
- Djamarah, Syaiful Bahri. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta, 2011
- Hardiansyah, Haris. *Wawancara , Observasi, Dan Foccus Groups*, Jakarta : PT Raja, 2005
- <http://pustakamateri.web.id/rangkuman-materi-pjok-kelas-5-sd/>. Diakses tanggal 10 Juni 2017
- <https://id.wikipedia.org/wiki/Parkour>. Diakses tanggal 10 Juni 2017
- <https://jumptark.wordpress.com/2011/10/19/nilai-nilai-kehidupan-yang-terdapat-dalam-parkour/> Diakses tanggal 10 Juni 2017
- <https://radioedukasi.kemdikbud.go.id/old/artikel/mengenal-parkour-seni-bergerak-dengan-cepat.html>. Diakses tanggal 10 Juni 2017
- <https://www.Sekolahdasarku.com/2016/12/pengertian-pendidikan-jasmani-penjas-2.html>. Diakses tanggal 10 Juni 2017
- Huda, Miftahul. *Model-Model Pengajaran dan Pembelajaran*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014
- Kriyantono, Rachmat. *Teknik Praktis Riset Komunikasi*, Jakarta: Kencana, 2008
- Mushthafa, Ahmad. *Terjemah Tafsir Al-Maraghi*, Semarang: Tiga Putra, 1999
- Nadi. *Pengertian dan Tujuan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Erlangga, 2013
- Republik Indonesia. “Undang-Undang R.I. Nomor 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen.
- Republik Indonesia. “Undang-Undang R.I. Nomor 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

- Salim, Peter dan Yenny Salim. *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer, Modern English Perss*: Jakarta, 2002
- Sanjaya, Wina. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana, 2008
- Saputra, Yudha. *Konsep Dasar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta Pusat: Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Departemen RI, 2009
- Saputra, Yudha. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Direktorat Jendral Islam, 2009
- Saudagar, Fachrudin dan Ali Idrus. *Pengembangan Profesionalitas Guru*. Jakarta: Gaung Persada, 2011
- Siti Qadariah, *Studi Deskriptif Mengenai Pengalaman Flow dalam Olahraga Parkour*, Bandung, 2015, ISSN: 2460-6448
- Slameto. *Proses Belajar-Mengajar*. Jakarta: Remaja Rosdakarya, 2008
- Strauss, Anselm dan Juliet Corbin. *Dasar-dasar Penelitian Kualitatif* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2011
- Tanzeh, Ahmad. *Pengantar Metode Penelitian*. Yogyakarta: Teras, 2005