

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan hipotesis tindakan yaitu melalui metode simulasi maka kemampuan *dribbling* bola pada permainan sepak bola pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Kwandang dapat ditingkatkan.
2. Hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya siklus pertama untuk (1) *dribbling* menggunakan sisi kaki bagian dalam rata-rata kemampuan siswa 56.27%, selanjutnya (2) *dribbling* bola menggunakan sisi kaki bagian luar rata-rata 60.77%, dan (3) *dribbling* menggunakan kura-kura kaki 65.77% dari indikator yang di harapkan sebesar 85%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan siswa kelas XI SMA Negeri 2 Kwandang kada belum seluruhnya memiliki kemampuan melakukan *dribbling* bola sesuai harapan.
3. Hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya siklus ke dua untuk (1) *dribbling* menggunakan sisi kaki bagian dalam rata-rata kemampuan siswa 70.77%, selanjutnya (2) *dribbling* bola menggunakan sisi kaki bagian luar rata-rata 75.77%, dan (3) *dribbling* menggunakan kura-kura kaki 85.67% dari indikator yang di harapkan sebesar 85%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan siswa kelas XI SMA Negeri 2 Kwandang belum seluruhnya memiliki kemampuan melakukan *dribbling* bola sesuai harapan.

4. Selanjutnya pada siklus ke tiga (1) *dribbling* menggunakan sisi kaki bagian dalam rata-rata kemampuan siswa kelas XI SMA Negeri 2 Kwandang menjadi 80.77%, selanjutnya (2) *dribbling* bola menggunakan sisi kaki bagian luar rata-rata meningkat menjadi 85.77%, dan (3) *dribbling* menggunakan kura-kura kaki meningkat menjadi 90.53% dari indikator yang di harapkan sebesar 85%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan siswa kelas XI SMA Negeri 2 Kwandang seluruhnya sudah memiliki keterampilan dasar lempar lembing sesuai harapan yaitu sebesar 85% sesuai indicator kinerja yang ditetapkan sebelumnya.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Karena penerapan metode simulasi telah berhasil meningkatkan kemampuan *dribbling* bola siswa pada mata pelajaran penjasokes, maka guru diharapkan selalu menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan materi yang diajarkan.
2. Guru hendaknya dalam memilih metode pembelajaran harus disesuaikan dengan materi dan karakteristik siswa.
3. Guru hendaknya menghindari metode pembelajaran yang berpusat pada guru yang akan berdampak pada tingkat kemampuan siswa dalam menerima materi pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Aunurrahman. 2010. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Hidayat, Yusup, dkk. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk kelas X SMA/MA/SMK*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Isnaini, Faridha dan Suranto. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk SMP/MTs VIII*. Jakarta: Karya Mandiri Nusa
- Mashar, Mohammad Ali dan Dwinarhayu. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Sekolah Menengah Pertama kelas IX*. Jakarta: Penerbit Swadaya Murni
- Roestiyah, N.K. 2012. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sarjiyanto, Dwi dan Sujarwadi. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas VIII SMP/MTs*. Jakarta: PT. Intan Pariwara
- Sarjono dan Sumarjo. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional
- Sa'ud, Udin Syaefudin. 2010. *Perencanaan Pendidikan Pendekatan Komprehensif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Solihin, Akhmad Olih dan Hadziq, hairul. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SD/MI kelas V*. Bandung: CV. Mutiara Ilmu
- Sumpeno, Joko dan Santoso, Dedy Joko Budi. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SMA/MA Kelas XII*. Jakarta: CV. Teguh Karya
- Sutrisno, Budi dan Khafadi, Muhammad Bazin. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 2 Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta: CV. Putra Nugraha
- Uno. B. Hamzah. 2012. *Model Pembelajaran (Menciptakan Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wahyuni, Sri, dkk. 2010: *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk kelas VII SMP dan MTs*. Jakarta: PT Wangsa Jatra Lestari

Wisahati, Aan Sunjata dan Santosa, Teguh. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta: CV Setiaji