

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan hipotesis tindakan yaitu melalui metode demonstrasi maka hasil belajar pukulan forehand dan shakehand grip pada siswa Kelas V SDN 5Suwawa dapat ditingkatkan.
2. Model pembelajaran metode demonstrasi dapat membantu proses pembelajaran siswa pada olahraga tenis meja khususnya materi pukulan forehand dan shakehand grip terhadap permainan tenis meja dapat ditingkatkan.

5.2 Saran

Hasil penelitian ini secara nyata dapat melahirkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Setiap guru hendaknya menjadikan penelitian tindakan kelas ini sebagai bahan acuan dalam rangka meningkatkan hasil belajarsiswa dalam keterampilan dasar tenis meja.
2. Guru hendaknya kreatif dalam menggunakan metode pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
3. Diharapkan kepada seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan hasil

belajar maupun kemampuan gerak dasar siswa, khususnya siswa di sekolah dasar.

4. Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan model, metode maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.
5. Guru harus mengetahui masing-masing kelebihan dan kekurangan model, metode, strategi bahkan media pembelajaran yang dimodifikasi yang akan di gunakan di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Muhajir.2007.*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.Bandung:Yudhistira
- Muhajir.2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.Bandung.Erlangga
- Roji.2006.*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP*.Jakarta.Erlangga
- Sahuri,Hardono.2007.*Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.Bekasi.Galaxi Puspa Mega.
- Setiawan Wawan.2005.*Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*
.Surakarta.Mediatama
- Sutarmin,Drs.2007.*Terampil Berolahraga Tennis Meja*,Surakarta:Era Intermedia
- Suharsimi Arikunto. 2002.*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan
Praktek*.Jakarta.Rineka Cipta
- Suprijono Agus.2013.*Teori dan Aplikasi Paikem*,Yogyakarta.Pustaka Pelajar