

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut :

- 1) Pada pembelajaran penjaskes khususnya materi tenis meja dalam hal ini pukulan *forehand* dapat menggunakan model pembelajaran lawan pasif, dimana korelasi dan pertalian antara satu gerakan dengan gerakan selanjutnya dapat dipertahankan dan juga lebih efisien dalam segi waktu.
- 2) Jika guru menggunakan model pembelajaran nlawan pasif pada materi pukulan *forehand* maka hasil belajar siswa dapat meningkat. Hal ini dapat dilihat pada hasil belajar siswa melakukan pukulan *forehand* dari siklus I dengan nilai rata-rata 68,41 dan siklus II 84,00.
- 3) Pada silkus I hasil capaian siswa hanya meningkat rata-rata sebesar 68,41 yaitu dari hasil observasi awal 33,75 ini dikarenakan guru masih kurang teliti dalam melihat aspek yang membuat siswa tidak dapat melakukan pukulan *forehand* serta ketidakseriusan siswa dalam tugas gerak yang diberikan guru, jadi siklus I belum mencapai apa yang diharapkan dan dilanjutkan pada siklus II. Pada siklus II mengalami peningkatan rata-rata kemampuan siswa menjadi 84,00 dari jumlah siswa 20 orang.

5.2 Saran

- 1) Dari hasil penelitian ternyata model pembelajaran lawan pasif mempunyai pengaruh yang sangat positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa dalam melakukan pukulan *forehand* pada cabang olahraga tenis meja. Oleh karena itu kiranya para guru dapat mengintensifkan model pembelajaran tersebut.
- 2) Model pembelajaran lawan pasif diharapkan dapat digunakan dalam pembelajaran penjaskes dan guru hendaknya semaksimal mungkin memanfaatkan alokasi waktu yang tersedia dan dimanfaatkan sesuai perencanaan.

