

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan deskripsi penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa:

1. Hipotesis yang berbunyi “ ketrampilan teknik dasar pukulan backhand drive dalam permainan tenis meja siswa Mts.Negeri Tilamuta kelas VIII dapat ditingkatkan melalui metode latihan berpasangan terbimbing” diterima. Konteks pada hipotesis di atas terbukti bahwa setelah dilaksanakannya tindakan pembelajaran sebanyak 2 siklus dimana setiap siklusnya dilakukan 2 tindakan.
2. Pada observasi awal tentang hasil keterampilan siswa dalam melakukan pukulan backhand drive dalam permainan tenis meja. Data yang ditemukan pada observasi awal adalah 1 siswa atau 3.57% ada pada klasifikasi ‘cukup’ dan sebanyak 27 dari 28 siswa atau 96.43% tergolong kategori ‘kurang’ (lihat lampiran 7). Dari data tersebut, nampak bahwa tidak ada satupun siswa yang masuk kategori ‘baik’ atau ‘sangat baik’. Selanjutnya, presentase klasikalnya ada pada angka 51.67%. berdasarkan data ini, maka dimulailah siklus I dengan hasil : siswa yang tergolong dalam kategori baik sebanyak 5 orang atau 17.86%, sebanyak 20 orang atau 71.42% tergolong kategori kurang dan 3 orang atau 10.71% yang tersisa termasuk dalam kategori cukup. Selanjutnya, daya serap klasikalnya adalah 68.61% (lihat lampiran 8). Selanjutnya, dilanjutkan

dengan siklus II disebabkan karena hasil yang diperoleh siswa belum memenuhi indikator. Setelah data dianalisa, maka ditemukan bahwa dari jumlah siswa 28 orang, 3 diantaranya atau 10.72% berada pada klasifikasi ‘baik sekali’, 23 siswa atau 82.14% ada pada kategori ‘baik’ dan hanya tersisa 2 siswa atau 7.14% yang ada pada kategori cukup. Daya serap klasikalnya adalah 82.25% (lihat lampiran 9).

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan, maka peneliti menyarankan beberapa hal, yakni:

1. Guru diharapkan agar dapat memanfaatkan metode latihan berpasangan terbimbing dalam pembelajaran penjasokes khususnya pada materi teknik dasar pukulan backhand drive pada permainan tenis meja karena sudah terbukti dapat meningkatkan keterampilan siswa.
2. Guru diharapkan dapat menerangkan dapat menerapkan metode-metode yang sesuai agar menimbulkan rasa kesenangan siswa akan proses belajar mengajar dan menyediakan saran dan prasarana olahraga demi ketercapaian indikator yang diharapkan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, terutama yang berkeinginan meneliti tentang teknik dasar pukulan dalam permainan tenis meja, disarankan untuk meneliti metode latihan berpasangan pada jenis teknik dasar lainnya dalam permainan tenis meja.

DAFTAR PUSTAKA

- Budi Sutrisno. 2010.** *Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Olahraga 2*. Jakarta:Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Riduwan, M. 2011.** *Belajar Mudah Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Tomoliyus, M. 2012.** *Panduan Kepelatihan Tennis Meja Bagi Siswa Sekolah Dasar*.
- Fauzi, A. 2012,** Desember 8. Metode Latihan. Retrieved April 26, 2013, from Web Akhmad Fauzi:http://bermututigaputri.guru-indonesia.net/artikel_detail-33577.htm1
- Hartono Hadjarati, S. M. 2010.** *Metodik Melatih Anggar*. Gorontalo : FKK Universitas Negeri Gorontalo.
- Hodges, L. 2002.** *Tennis Meja*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Lie, Anita. 2007.** *Cooperative Learning di Ruang-Ruang Kelas (Cetakan V)*. Jakarta : Grasido
- Muhajir. 2007.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk Kelas X*. Bandung : Erlangga
- Musatqim. 2011,** September. *Tennis Meja*. Retrieved Juli 2, 2013, from Sarjanaku: <http://www.sarjanaku.com/2011/09/tenis-meja-pengertian-service-teknik.htm1>
- Emzir, M. 2012.** *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Saifur.2010, may 14,** *Hakikat Latihan*. Retrieved April 26, 2013, from Wordpress: <http://saifurss07.wordpress.com/2010/05/14/hakekat-latihan/>
- Simpson,P.2008.** *Teknik BermainPing Pong*. Bandung:Pionir Jaya.
- Susetyorini, J.T.** *Tennis Meja*. Retrieved Juli 2, 2013, fromWordpress : <http://juritrisusetyorini.wordpress.com/tenis-meja-2/>
- Sutarmin, D.2007.** *Terampil Berolahraga Tennis Meja*. Surakarta: Era Intermedia.

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul :

**MENINGKATKAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PUKULAN
BACKHAND DRIVE DALAM PERMAINAN TENIS MEJA MELALUI
METODE LATIHAN BERPASANGAN TERBIMBING**

OLEH

RAHMAN SAHIDI

NIM. 831 408 139

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I



Risna Podungge, S.Pd, M.Pd
NIP. 19710721 2002122 2 001

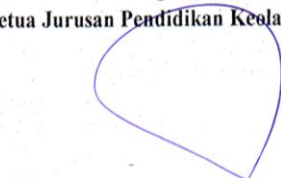
Pembimbing II



Suriadi Datau, S.Pd, M.Pd
NIP. 19811230 200501 1 002

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Keolahragaan



Drs. Sarjan Mile, S.Pd, M.Pd
NIP. 19610508 1988703 0 003

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

MENINGKATKAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PUKULAN
BACKHAND DRIVE DALAM PERMAINAN TENIS MEJA MELALUI
 METODE LATIHAN BERPASANGAN TERBIMBING

Oleh

RAHMAN SAHIDI

NIM: 831 408 139

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Hari/ Tanggal : Sabtu, 12 Juli 2014

Waktu : 08.00 WITA

Penguji:

1. Dr. Hj. Aisah R. Pomatahu, Dra. M.Kes
 NIP. 19580520 198203 2 002

2. Drs. Ahmad Lamusu, S.Pd, M.Pd
 NIP. 19581219 198203 1 002

3. Risna Podungge, S.Pd, M.Pd
 NIP. 19710721 200212 2 001

4. Suriadi Datau, S.Pd, M.Pd
 NIP. 19820419 200604 1 001

1.

2.

3.

4.

Gorontalo, 12 Juli 2014

Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan



Dra. Hj. Rani Hiola, M.Kes
 NIP. 19530913198302 2 001