

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data pembahasan pada bab-bab sebelumnya, maka disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Dari hasil capaian pelaksanaan tindakan kelas ini disimpulkan bahwa hipotesis tindakan yang berbunyi dengan menggunakan metode latihan kepada siswa kelas VII B MTS Darul Ulum Toili maka kemampuan servis bawah pada permainan bola voli dapat ditingkatkan.
2. Penerapan metode latihan pada servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas VII B MTS Darul Ulum Toili telah terjadi peningkatan yang cukup signifikan yaitu dari 59,7% hingga mencapai 82,4% maka penelitian ini telah mencapai indikator kinerja yang ditetapkan.

Dari keseluruhan pelaksanaan tindakan kelas ini diakui banyak ditemui hambatan untuk itu sangat diharapkan hasil penelitian ini bukan akhir tetapi harus dijadikan sebagai awal dari upaya peningkatan kemampuan siswa untuk melakukan servis bawah melalui metode latihan pada siswa kelas VII B MTS Darul Ulum Toili pada pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

## **5.2 SARAN**

Setelah melaksanakan penelitian tindakan kelas pada bulan Mei 2014 di MTS Darul Ulum Toili, terkait dengan hal tersebut penulis mengemukakan saran sebagai berikut;

1. Penelitian tindak kelas (PTK) kiranya diharapkan dapat diterapkan, dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan keterampilan khususnya pada hasil belajar siswa.
2. Penelitian tindak kelas (PTK) ini juga kiranya dapat dilaksanakan dan digunakan sebagai umpan balik bagi guru terutama bagi kesiapan guru melaksanakan proses pembelajaran.
3. Dalam pembelajaran, guru hendaknya dapat menerapkan metode yang sesuai dengan materi yang diajarkan serta alokasi waktu yang telah diterapkan.
4. Hendaknya penelitian tindakan kelas ini dapat dilakukan melalui cabang-cabang yang lain dan dapat meningkatkan pembelajaran dikelas VII B khususnya dan MTS Darul Ulum pada umumnya.

## Daftar Pustaka

- Ahmadi Nuril 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka
- Alma BuĒhari. 2012. *Guru Profesional Menguasai Metode dan Terampil Mengajar*. Bandung: ALFABETA, cv.
- Alhusin, Syahri. 2007. *Gemar Bermain Bulutangkis*. Surakarta: Siti-Aji.
- Brown, Jim. 2007. *Tenis Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Chandra, Sodikin dkk. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Widya Utama
- Djamarah Syaiful Bahri dan Aswan Zain. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Hadziq Khoirul, 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Yrama Widya
- Karyadi, Irwan dkk. 2008. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Widya Utama
- Majid, Abdul. 2013. *Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA.
- <http://ardhybikers.wordpress.com/2011/01/01/teknik-dasar-permainan/>
- Pribadi A. Benny. 2011. *Model Assure*. Jakarta: PT. DIAN RAKYAT
- PP. PBVSI. 2013. *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta
- Rasyid Harun dan Mansur. 2008. *Penilaian Hasil Belajar*. Bandung: CV WaĒana Prima
- Roji. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Roestiyah . 2012. *Srategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Rohman Muhammad, Amri Sofan. 2012. *Manajemen Pendidikan*. Jakarta: PT. Prestasi Pustakaraya.
- Sagala Syaiful. 2013. *Konsep Dan Makna Pembelajaran*. Bandung: ALFABETA, cv.

Wahyuni Sri, Sutarmin. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.  
Jakarta: PT Wangsa Jatra Lestari.