

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Dari hasil pengamatan dan analisis data keterampilan *service foerehand* dapat disimpulkan bahwa penerapan strategi pembelajaran bermain dapat meningkatkan keterampilan *service forehand* pada siswa kelas **VIII^d** SMPN 11 Kota Gorontalo. Hal ini sesuai dengan hasil observasi awal tentang keterampilan *service forehand* pada 28 orang siswa, yang tuntas hanya berjumlah 5 orang (17,8%), setelah dilakukan tindakan dengan menerapkan strategi pembelajaran bermain siklus I menunjukkan peningkatan sebesar 28,7% dengan capaian 13 orang (46,5%) dinyatakan tuntas, dan pada siklus II meningkat sebesar 39,2% yakni dari 28 jumlah orang siswa, 24 orang siswa (85,7%) telah tuntas. Sehingga guru dapat menggunakan strategi pembelajaran bermain pada materi tenis meja khususnya gerakan teknik dasar *service forehand*.

B. Saran

Untuk meningkatkan hasil belajar *service forehand* dalam permainan tenis meja dalam pelajaran penjaskes, khususnya dalam penelitian ini menggunakan penerapan strategi pembelajaran bermain maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi guru penjas ataupun mahasiswa yang hendak melaksanakan penelitian tindakan kelas agar mempersiapkan mental dan fisik dan perencanaan kegiatan pembelajaran yang benar-benar matang agar pelaksanaannya terarah dan mencapai hasil sesuai yang diharapkan.

2. Bagi peneliti lain yang tertarik untuk melakukan penelitian serupa agar dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai informasi ilmiah dan dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan pembelajaran dengan menggunakan penerapan strategi pembelajaran bermain dalam meningkatkan keterampilan *service forehand* dengan model penerapan pembelajaran lain agar diperoleh informasi lain yang semakin tepat terkait dengan penerapan strategi pembelajaran yang paling efektif dalam meningkatkan keterampilan *service forehand* pada permainan tenis meja.
3. Mengingat pentingnya kemampuan siswa melakukan gerakan teknik dasar *service forehand* pada cabang olahraga tenis meja perlu dibina sejak dini maka diharapkan pada guru dan mahasiswa penjasokes agar memperoleh gagasan baru demi peningkatan mutu serta prestasi olahraga khususnya pada cabang olahraga tenis meja.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2007. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ardi, Stevanus William. 2013. *Pengembangan Model Pembelajaran Tenis Meja Lantai Dalam Penjasorkes Pada Siswa Kelas VI SD Puri 01 Kecamatan Pati Kabupaten Pati*. Skripsi. Semarang: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, Syaiful Bahri dan Zain, Aswan. 2010. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Febriyan, Beni. 2014. *Pengaruh Penggunaan Modifikasi Alat Bermain Terhadap Hasil Pukulan Forehand Tenis Meja*. Jurnal (Tidak dipublikasikan).
- Indra. 2013. *Meningkatkan Kemampuan Pukulan Backhand Dalam Permainan Tenis Meja Dengan Menggunakan Metode Latihan Memantulkan Bola Kedinding Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Muaro Jambi*. Artikel Ilmiah. Jambi: Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
- Pomalingo, Nelson. 2010. *Pedoman Akademik Universitas Negeri Gorontalo*. Universitas Negeri Gorontalo.
- Rusjianto, Bambang. 2009. *Survei Tingkat Ketrampilan Pukulan Forehand dan Servis Flat pada Permainan Tenis Meja Siswa Putra dan Putri yang Mengikuti Kegiatan Ekstra Kurikuler di SD Negeri Kemandungan 01 Kecamatan Tegal Barat Kota Tegal Tahun Ajaran 2008/ 2009*. Skripsi. Semarang: Pendidikan Jasmani Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keloharagaan Universitas Negeri Semarang.
- Sabri, Ahmad. 2007. *Strategi Belajar Mengajar*. Ciputat: Quantum Teaching.
- Sudarto. 2009. *Pengaruh Metode Latihan dan Waktu Reaksi Terhadap Keterampilan Drive Tenis Meja*. Tesis. Surakarta: Program Studi Ilmu Keolahragaan Program Pasca Sarjana Universitas Sebelas Maret.
- Suryabrata, Sumadi. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Trinova, Zulvia. 2012. *Hakikat Belajar Dan Bermain Menyenangkan Bagi Peserta Didik*. Jurnal Al-Ta'lim 1 (3): 209-215.