

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka hasil penelitian yang dilakukan 6 kali dengan durasi 3 kali dalam seminggu dapat disimpulkan bahwa: (1) terdapat pengaruh penggunaan metode *TGT (Teams gaes Tournament)* pada pelaksanaan keterampilan pukulan *forehand* dalam permainan tenismeja siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kabila, (2) penggunaan metode *TGT (Teams gaes Tournament)* dalam pembelajaran tenismeja dapat meningkatkan keterampilan pukulan *forehand* pada permainan tenismeja terutama siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kabila

5.2 Saran

Sehubungan dengan kesimpulan dalam penelitian ini, maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

- a. Setiap guru ataupun mahasiswa yang melaksanakan penelitian dengan jenis penelitian tindakan kelas hendaknya mempersiapkan diri baik fisik maupun mental dan merencanakan kegiatan pembelajaran sematang-matangnya agar pelaksanaan penelitian lebih efisien dan terarah sehingga dapat mencapai hasil yang sesuai dengan harapan
- b. Bagi guru pendidikan jasmani, maupun mahasiswa yang akan meneliti dapat memberikan kontribusi yang baik pada setiap siswa khususnya penetapan metode disetiap mata pelajaran khususnya pelajaran penjas yang menyangkut permainan tenismeja hendaknya menggunakan metode *TGT (Teams gaes Tournament)* agar lebih memudahkan siswa untuk meningkatkan prestasi belajar maupun hasil akhir akademiknya.
- c. Mengingat pelaksanaan keterampilan pukulan *forehand* pada permainan tenismeja yang baik dan benar sangat berpengaruh dalam pelaksanaan pembelajaran disekolah yang akan diteliti , diharapkan pada guru maupun

peneliti agar selalu membawa gagasan baru guna meningkatkan prestasi olahraga khususnya cabang olahraga tenis meja.

- d. Seorang guru penjaskes harus banyak menguasai metode pembelajaran sehingga nantinya tujuan pembelajaran yakni perubahan positif pada pola pikir (kognitif), pola sikap (afektif), dan keterampilan gerak (psikomotor) dapat dicapai secara efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- Aris Shoimin.** 2014. Model pembelajaran inovatif. Yogyakarta: AR-Ruzz Media
- Budi Sutrisno, Muhammad Bazin Khafadi.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan 2 dan 3.* Jakarta: CV. Putra Nugraha.
- Dini Rosdiani.** 2012. Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan. Bandung: Alfabeta
- Dwi Sarjianto, Sujawardi.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: PT. Intan Perwira.
- Eli Maryani, Jaja Suharja Husdarta.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan.* Jakarta: Visindo Media Persada.
- Farida Isnaini, Sri Sasonto Sabarini.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: Mediatama.
- Husdarta , Yudha M. Saputra.** 2013. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.* Bandung: CV. Alfabeta.
- Khairul Hadziq.** 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Bandung: Yrama Widya.
- Miftahul Huda.** 2014. *Model-Model Pengajaran dan Pembelajaran.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Nanang Hanafiah, Cucu Suhanah.** 2010. *Konsep strategi pembelajaran.* Bandung: PT. Revika Aditama
- Sarjono, Sumarjo.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta: CV. Aneka Ilmu.

Sodikin Chandra, Achmad Esnoe Sanoesi. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: PT. Arya Duta.

Tukiran Taniredj, dkk. 2014. Model-model pembelajaran inovatif dan efektif. Bandung: Alfabeta

Yusup Hidayat, dkk. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan.

Zainal Aqib. 2013. Model-model media, dan strategi pembelajaran kontekstual (inovatif). Bandung: CV. Yrama Widya