

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas ( PTK ) yang dilakukan oleh peneliti, telah terjadi peningkatan pada keterampilan pukulan *forehand* dalam permainan tenis meja dengan menggunakan model pembelajaran *cooperatif type jigsaw* sebagaimana telah dipaparkan, dengan kesimpulan penelitian adalah berdasarkan kelemahan-kelemahan yang terjadi pada keterampilan pukulan *forehand* dalam permainan tenis meja yang dilakukan oleh siswa SMP Negeri 1 Suwawa dari observasi awal hingga pada pelaksanaan siklus I dan II akhirnya penelitian ini berhasil mencapai indikator nilai yang ditetapkan dan telah meningkatkan keterampilan pukulan *forehand* dalam permainan tenis meja pada siswa SMP Negeri 1 Suwawa. Hal ini dapat dilihat dari perolehan capaian keberhasilan siswa yaitu dengan nilai rata-rata 80,28 pada pelaksanaan siklus II. Artinya nilai siswa telah melebihi indikator nilai yang ditentukan yaitu 80% siswa memperoleh nilai minimal 80-100.

Sehingga dengan demikian hipotesis yang berbunyi “Jika diterapkan model pembelajaran *cooperative type jigsaw* maka kemampuan pukulan *forehand* siswa kelas VII BSMP Negeri 1 Suwawa akan meningkat”. dapat terbukti.

#### **5.2 Saran**

1. Pembelajaran model pembelajaran *cooperative type jigsaw* adalah salah satu alternatif yang harus diperoleh seorang guru penjaskes dalam meningkatkan keterampilan penjaskes khususnya pada peningkatan keterampilan pukulan *forehand* dalam permainan tenis meja.
2. Untuk mencapai hasil maksimal dalam proses pembelajaran khususnya mata pelajaran penjaskes, maka seorang guru harus bisa memilih pembelajaran yang sesuai dengan materi yang diberikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aqib Zainal. 2013.** *Model-Model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. Bandung : Yrama Widya
- Chandra, SodikindanAchmadEsnoeSanoesi.2010.** *PendidikanJasmaniOlahragadan Kesehatan*. Jakarta :PusatPerbukuanKementrianPendidikanNasional
- HidayatYusuf,dkk.2010.** *PendidikanJasmaniOlahragadanKesehatan SMA/MA/SMK*. Jakarta PusatPerbukuanKementrianPendidikanNasional
- Isjoni. 2013.** *Cooperative Learning. Efektifitas Pembelajaran Kelompok*. Bandung : Alfabet
- Mashar, Mohamad AlidanDwinarhayu.2010.** *PendidikanJasmaniOlahraga Dan Kesehatan*. Jakarta :PusatPembukuanKementrianPendidikanNasional.
- Roji dan Eva Yuliyanti.2014.** *PendidikanJasmaniOlahraga Dan Kesehatan*. Penerbit Erlangga
- Rosdiani, Dini. 2013.** *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : Alfabet
- Rusman. 2013.** *Model-Model Pembelajaran : Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta Rajawali Pers.
- Sanjaya Wina. 2011.** *Pembelajaran dalam Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Jakarta : Kencana
- SarjiyantoDwi,danSujarwadi. 2010.** *PendidikanJasmaniOlahraga Dan Kesehatan*. Jakarta PusatPerbukuanKementrianPendidikanNasional.
- Sarjono, danSumarjo.2010.** *PendidikanJasmani, Olahraga, danKesehatan*. Jakarta PusatPerbukuanKementrianPendidikanNasional.
- Sutrisno, Budi dan Muhammad Bazin Khafadi.2010.** *PendidikanJasmani, Olahraga, danKesehatan 3 Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta PusatPerbukuanKementrianPendidikanNasional.
- WisahatiAan Sunjata, danTeguhSantoso.2010.** *PendidikanJasmani, Olahraga, danKesehatan 3 Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta :PusatPerbukuanKementrianPendidikanNasional