

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pre-test menunjukkan skor tertinggi 33 dan skor yang terendah 0. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 17.71 dan nilai standar deviasi 10.69 dan varians 114.20. Sedangkan pada hasil penelitian post-test menunjukkan skor tertinggi 38 dan skor terendah 8. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 24.18 dan standar deviasi 7.59 serta varians 57.65. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini memperoleh peningkatan hasil rata-rata dari tes awal sampai tes akhir dengan selisih peningkatan dari hasil Pre-test dan post-test sebesar 6.63. Sedangkan hasil pengujian hasil pre-test dan post-test menunjukkan harga  $t_{hitung}$  sebesar 5.60. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga  $t_{daftar}$  atau  $t_{(0,995(16))} = 2.92$ . Ternyata harga  $t_{hitung}$  telah berada di dalam daerah penerimaan  $H_A$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_A$  diterima dan tidak dapat menerima  $H_0$ . Jadi dapat disimpulkan bahwa Model pembelajaran *explicit instruction* dapat meningkatkan kemampuan servis forehand pada permainan tenis meja, Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka implikasi dari kesimpulan tersebut dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Kepada para guru bidang studi, hendaknya mencermati situasi gejala-gejala yang menyebabkan hasil belajar siswa rendah dan kemudian berusaha menemukan alternatif pemecahannya.
2. Jika memungkinkan materi pelajaran (pokok bahasan yang sesuai), hendaknya guru menggunakan pembelajaran dengan menggunakan Model pembelajaran *explicit instruction* meningkatkan hasil belajar siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Daryanto, 2013. *Inovasi Pembelajaran Efektif*. Penerbit, Yrama Widya Bandung
- Dini Rosdiani, 2012. *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Penerbit Alfabeta, Bandung
- Dini Rosdiani, 2013. *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Penerbit, Alvabeta Bandung
- Desrianti, dkk. 2014. *Ilearning Metode Belajar Efektif Untuk Sekolah Tinggi*. Volume 7 No.3- Mei 2014
- Endang Komara, 2014. *Belajar Dan Pembelajaran Interaktif*. Penerbit, PT Refika Aditama
- Jamal Ma'mur Ashani, 2014. *7 Tips Aplikasi Pakem ( Pembelajaran Aktif, Kreatif, Efektik, Dan Menyenangkan)* Penerbit, Diva Press (Anggota IKAPI)
- Mohammad Ali Mashar dan Dwinarhayu, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Diterbitkan oleh Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional Tahun 2010
- Muhajir Dan Budi Sutrisno, 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Penerbit, Politeknik Negeri Media Kreatif, Jakarta.
- Muhajir Dan Budi Sutrisno, 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Penerbit, Politeknik Negeri Media Kreatif, Jakarta
- Miftahul Huda, 2014. *Model-Model Pengajaran dan Pembelajaran* Penerbit, PUSTAKA PELAJAR
- Mufidatul Hasanah, *Pengaruh Latihan Pliometrik Depth Jump Dan Jump To Box Terhadap Power Otot Tungkai Pada Atlet Bolavoli Klub Tugumuda Kota Semarang*.  
Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang 2013
- Nissa Tryana Lestari, 2015. <http://repository.upi.edu/19889/> Program Studi Pendidikan Akuntansi Fakultas Pendidikan Ekonomi Dan Bisnis Universitas Pendidikan Indonesia.

- Nurhasan, 2001. *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*.  
Penerbit, Direktorat Jendral Olahraga
- Ramayulis, 2014. *Penggunaan Media Gerbong Kereta Api Sebagai Upaya Meningkatkan Kemampuan Kognitif Anak Usia Dini Dikelompok B1 TK Negeri 3 Kota Banda Aceh*. Volume 1 Nomor 1 September 2014.
- Sodikin Dan Ahmad, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*.  
Diterbitkan Oleh Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional Tahun 2010
- Suparni, 2015. *Meningkatkan Pasing Bawah Melalui Permainan Lempar Tangkap Bola*. Volume 03 Nomor 02 Tahun 2015.
- Sarjono Dan Sumarjo, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*.  
Diterbitkan oleh Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional Tahun 2010
- Sifa S Mukrimah, 2014. *53 Metode Belajar Dan Pembelajaran*. Bumi Siliwangi, Bandung.
- Sukardi, 2015. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*.  
Diterbitkan oleh PT Bumi Aksara Jl. Sawo Raya no. 18 Jakarta
- Sugiyono, 2013. *Statistika untuk penelitian*.  
Penerbit Alfabeta, Bandung
- Sunarto Dan Agung Hartono, 2006. *Perkembangan Peserta Didik*.  
Penerbit PT RINEKA CIPTA JAKARTA
- Sri Esti Wuryani Djiwandono, 2006. *Psikologi Pendidikan*.  
Penerbi PT Grasindo Jalan Palmerah Selatan 22-28, Jakarta, 10270.
- Tukiran Taniredja dkk, 2014. *Model-Model Pembelajaran Inovatif dan Efektif*.  
Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Zainal Aqib, 2013. *Model-Model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)* Penerbit, YRAMA WIDYA