

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan hipotesis tindakan yaitu melalui melalui model pembelajaran *Examples Non-Examples* maka keterampilan teknik dasar *servis forehand* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo Meningkat.
2. Adapun hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya pada observasi awal untuk tahap persiapan 57,5, tahap gerakan 57, dan akhir gerakan 56,44. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata keseluruhan ini dilakukan dengan praktek perolehan sebanyak 56,92, artinya masih berada pada kategori kurang.
3. Pada hasil penelitian yang diperoleh di lapangan pada siklus I untuk tahap persiapan 72, tahap gerakan 71, dan akhir gerakan 71,04. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata keseluruhan ini dilakukan dengan praktek perolehan sebanyak 71,02, artinya masih berada pada kategori baik.
4. Selanjutnya pada siklus II untuk tahap persiapan 82,5, tahap gerakan 81,5, dan akhir gerakan 81,84,keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 82, artinya telah berada pada kategori sangat baik. Berdasarkan peningkatan-peningkatan yang terjadi pada setiap evaluasi, maka dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan model pembelajaran *Examples Non-Examples* meningkat, alasannya karena dengan menggunakan model

pembelajaran tersebut siswa merasa leluasa dalam mengeskpresikan gerakannya, sehingga dalam belajar siswa menemukan gaya belajarnya sendiri dan sesuai dengan tingkat perkembangan gerak yang ada pada siswa itu sendiri.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian ini dapat disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Setiap guru hendaknya menjadikan penelitian tindakan kelas ini sebagai bahan acuan dalam rangka meningkatkan keterampilan teknik dasar siswa khususnya teknik dasarservis *forehand* Guru hendaknya kreatif dalam merubah model pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
2. Diharapkan kepada seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan maupun gerak dasar siswa, khususnya siswa di Sekolah menengah pertama.
3. Untuk lebih meningkatkan kualitas dari pada pembelajaran dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, guru kiranya perlu untuk mengembangkan kembali hasil penelitian tersebut dengan tujuan untuk memperbaiki hal-hal yang masih sangat kurang pada hasil penelitian ini.
4. Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan metode, model, maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangannya

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib Zainal. 2013. *Model-model, Media dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. Bandung Yrama Widya
- Achmand E.S dan Candra Sodikin. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Untuk SMP/MTs Kelas VII Kementerian pendidikan nasional.*Jakarta, pusat perbukuan.
- Hidayat Yusup, dan Dkk. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMA/MA/SMK Kelas X. Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional.*
- Khafadi Bazim Muhammad dan Sutrisno Budi. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan 3, untuk SMP/MTs Kelas IX. Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional.*
- Komaro Endang.2014. *Belajar dan Pembelajaran Interaktif. Bandung. PT Refika Aditama*
- Komalasari Kokom. 2013. *Pembelajaran Kontekstual Konsep dan Aplikasi Bandung. PT Refika Aditama*
- Purwanto. 2013. *Evaluasi hasil belajar. Pembelajaran Konsep PT Refika Aditama*
- Sumarjo dan Sarjono. 2010. *Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas IX Jakarta: pusat perbukuan kementerian nasional*
- Santosa Teguh dan Wisahati Sunjata Aan. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMP/MTs kelas VIII Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional*

Fendi Suwandi, Dkk. 2010. *Penjasorkes, (pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan untuk SD/MI Kelas IV. Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional.*