BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pre-test menunjukkan skor tertinggi 66 dan skor yang terendah 33. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 48 dan nilai standar deviasi 10.68 dan varians 114,10. Sedangkan pada hasil post-test menunjukkan skor tertinggi 83 dan skor terendah 41. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 61,450 dan standar deviasi 12,150 serta varians 147,629. 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 13,45. Sedangkan hasil pengujian hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan harga $\mathbf{t}_{hitung}$ sebesar 15,7. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga $\mathbf{t}_{tabel}$ sebesar = 1,729. Ternyata harga $\mathbf{t}_{hitung}$ telah berada di dalam daerah penerimaan $\mathbf{H_a}$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa $\mathbf{H_a}$ diterima dan tidak dapat menerima $\mathbf{H_o}$. Jadi dapat disimpulkan bahwa metode problem solving dapat meningkatkan kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VII SMP Negari 8 Gorontalo.

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 metode problem solving untuk dapat memacahkan masalah agar supaya meningkatkan hasil belajar siswa.

3. Bagi siswa, diharapkan mepunyai kesadaran untuk berlatih secara serius dan berkesinambungan sehingga hasil belajar *passing* bawah dalam permainan bola voli yang diperoleh dapat lebih baik
4. Bagi peneliti yang lain, untuk lebih menyakinkan temuan-temuan dalam penelitian ini, diperlukan kajian yang lebih mendalam dengan melakukan penelitian pada cabang olahraga lain maupun bentuk, model dan metode pembelajaran lain, sehingga benar-benar memberikan sumbangan bagi pendidikan khususnya dibidang olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

Amung Ma'mum & Toto Subroto. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Permainan Bola voli Konsep & Metode Pembelajaran*.: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bekerjasama Dengan Direktorat jenderal Olahraga. Jakarta.

Baehaqie Adhy. 2015. *Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bolavoli dengan Menggunakan Metode Bermain Bola Pantul Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putra di SMA Negeri 1 Sirampog Brebes*. Skripsi: UNY.

Barbara L.V. & Bonnie J.F. 2004. *Bola voli Tingkat Pemula*. Alih Bahasa. Monti.

: Raja Grafindo. Jakarta.

Dieter Beutelstahl. 2003. *Belajar Bermain Bola Volley*. Pioner Jaya. Bandung.

Djamarah. S. B dan Zain Aswan. *Strategi Belajar Mengajar (edisi revisi)*. Penerbit : PT. Rineka Cipta.

Hidayat Taufik. 2014. *Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad*. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 02 No 03 tahun 2014 836-839.

Kementrian Pemuda dan Olahraga RI. 2014. *Jurnal Olahraga pendidikan*. . ISSN : 2355-7036. Volume 1 No. 1, Mei 2014. Jakarta.

Ngatiyono dan Dian Putri Riswanty. 2010. Mari Sehat Bergembira 4 Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta.

Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*: Era Pustaka Utama. Surakarta.

Roji. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.: Erlangga. Jakarta.

Sriwahyuni, Sutarmin, Pramono. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan. Jakarta.

Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, edisi revisi VI*: Rineka Cipta. Jakarta.

Wina Sanjaya. 2006. *Pembelajaran dalam Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*: Kencana Prenada Media Group. Jakarta.

Wulandoro Dwiko. 2012. Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli dengan Alat Bola Berekor pada Siswa Kelas IV Sd Negeri Pringlangu Kota Pekalongan. Universitas Negeri Semarang.

Yamin, Martinis. 2012. *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*: Referensi (GP Press Group). Ciputat.