

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pre-test menunjukkan skor tertinggi 17 dan skor terendah 4. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 8,96 dan nilai standar deviasi 4,26292 dan varians 18,1725 dan pada hasil penelitian post-test menunjukkan skor tertinggi 26 dan skor terendah 13. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 18,80 dan standar deviasi 3,75277 serta varians 14,0833. 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 9,80.

Dari distribusi diperoleh harga hasil pengujian hasil pre-test dan post-test menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 45,3493. dan dari daftar $t_{daftar/table}$ sebesar 1,711. 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_o . Jadi dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *problem based* dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli siswa kelas VII SMP Negeri 10 Kota Gorontalo.

5.2 Saran

Sehubungan dengan pembahasan dan kesimpulan diatas, maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

- a. Untuk lebih meningkatkan keterampilan dalam setiap individu hendaknya menggunakan model pembelajaran *problem based* di setiap pembelajaran
- b. Untuk menarik kemauan siswa dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah disarankan seorang guru lebih memperhatikan model pembelajaran yang akan diterapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali mudlofir. 2016. *Desain pembelajaran inovatif*. Jakarta: PT Rajagrafindo persada.
- Feri kurniawan. 2012. *Buku pintar pengetahuan olahraga*. Jakarta: niaga swadaya
- M. Thobroni. 2015. *Belajar dan pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-ruzz media
- Muhajir dan Budi Sutrisno. 2013. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta: Kemendeikbud
- Miftahul huda. 2013. *Model-model pengajaran dan pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka pelajar
- Muhammad fathurrohman. 2015. *Model-model pembelajaran inovatif*. Jogjakarta: Ar-Ruzz media
- Ridwan Abdullah sani. 2013. *Inovasi pembelajaran*. Jakarta: PT Bumi aksara
- Roji dan Eva Yulianti. 2014. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Kalitbang: Pusat kurikulum dan perbukuan
- Rusman. 2014. *Model-model pembelajaran*. Jakarta: PT Rajagrafindo persada
- Syarifudin dan Sudrajat Wiradihardja. 2014. *Pendidikan jasmani olaharaga dan kesehatan*. Jakarta: Pusat kurikulum dan perbukuan
- Widiastuti. 2011. *Tes dan pengukuran*. Jakarta timur: PT Bumi timur jaya
- Zainal Aqib. 2013. *Model-model media dan strategi Pembelajaran*. Bandung: Yrama widya