

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat di tarik beberapa kesimpulan bahwa:

Dalam pelaksanaannya penelitian ini berlangsung dalam dua siklus, namun sebelum pelaksanaan masing-masing siklus tahap pertama yang dilakukan adalah observasi awal. Tujuannya adalah untuk memperoleh data awal yakni besar hasil rata-rata setiap aspek dan besar hasil rata-rata keseluruhan aspek yang diperoleh siswa kelas VII-A SMP Negeri 1 Talaga Jaya dalam mengikuti pembelajaran Penjaskes materi kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli sebelum dikenai tindakan. Bertolak pada data tersebut diperoleh gambaran dalam merancang setiap pemberian tindakan pada masing-masing siklus. Untuk lebih jelasnya akan diuraikan proses pelaksanaan penelitian dimulai dari observasi sampai pada pelaksanaan tindakan di masing-masing siklus.

Hasil rata-rata keseluruhan observasi awal siswa adalah 58,64 dan meningkat sebesar 11,54 sehingga mencapai 70,18 setelah evaluasi tindakan siklus I dilakukan, dan pada siklus 1 hasil rata-rata keseluruhan siswa adalah 70,18 meningkat sebesar 9,82 sehingga mencapai 80 setelah evaluasi tindakan siklus II dilakukan. Selisih peningkatan hasil rata-rata observasi awal setelah evaluasi tindakan siklus I dilakukan lebih besar dibandingkan peningkatan hasil rata-rata siklus I setelah evaluasi tindakan siklus II dilakukan, dikarenakan pada observasi awal siswa mempunyai motivasi belajar dan rasa ingin tahu yang sangat tinggi tentang kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli dan pada evaluasi siklus I ini sudah banyak siswa yang belum memahami serta melakukan tahap-tahap kemampuan passing bawah dengan mencapai 70,18 namun belum mencapai indikator kinerja yang sudah ditetapkan 80%, maka dilanjutkan pada tindakan siklus II yang mencapai 80, selisih peningkatannya lebih besar dikarenakan pada siklus II sudah banyak siswa memahami dan melakukan tahap-tahap kemampuan passing bawah dengan baik, sehingga pada evaluasi siklus II ini sudah mencapai indikator kinerja yang sudah ditetapkan yaitu 80%.

Dari uraian diatas bahwa peningkatan hasil ketuntasan belajar siswa kelas VII-A SMP Negeri 1 Talaga Jaya dalam melakukan passing bawah dalam permainan bola voli telah mencapai indikator kinerja pada siklus II yakni dari 80% indikator ketentuan dalam penelitian ini siswa mampu mencapai 80 kriteria sangat baik setelah dikenai tindakan pada siklus II sehingga dapat disimpulkan bahwa besar capaian pada siklus II ini telah menuai keberhasilan yang sangat signifikan. Dengan demikian maka hipotesis penelitian tindakan kelas yang menyatakan bahwa : dengan metode berpasangan maka keterampilan siswa kelas VII-A SMP Negeri 1 Talaga Jaya Kabupaten Gorontalo dalam melakukan passing bawah pada permainan bola voli dapat meningkat.

5.2. Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian ini, dapat di kemukakan beberapa saran sebagai berikut:

- a) Setiap guru hendaknya melaksanakan kegiatan tindakan kelas sebagai upaya untuk meningkatkan pelaksanaan kegiatan pembelajaran sehingga pencapaian mutu pembelajaran dapat terwujud.
- b) Dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran guru hendaknya memilih metode sesuai bahan ajar dan tujuan pembelajaran.
- c) Metode berpasangan di harapkan dapat di gunakan dalam pembelajaran penjaskes dan hendaknya menggunakan alokasi waktu sesuai rencana pembelajaran.
- d) Diharapkan guru dapat senantiasa melakukan penelitian tindakan kelas untuk menemukan metode-metode yang dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar sesuai dalam proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung, Ma'mun dan Yudha M. Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Bagus Prasetyo Pambudi, 2015, *Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Menggunakan Permainan 4 on 4 Untuk siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kota Mungkit Kabupaten Magelang*. Jurnal : Jogjakarta : Universitas Negeri Jogjakarta
- Chandra, Sodikin Dan Achmad Esnoe Sanoesi. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan VII*. Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas.
- Herry Koesyanto. 2003. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Husdarta, JS dan Yudha Saputra. 2014. *Belajar dan Pembelajaran. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : Alfabeta
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. Sumarto DKK. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta.
- Machfud Lisyada. 2000. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Mansur Mustich. 2011. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Muhajir & Budi Sutrisno. 2013. *Pendidian Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MA Kelas XII*. Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Muhajir DKK. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. Jakarta.
- M Yunus. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Ditjen
- Nuril Ahmad. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Sarjono Sumarjo. 2010. *Pendidian Jasmani, Olahraga dan Kesehatan kelas IX SMP/MTS*. Pusat Pembukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Sudrajat Prawira Saputra. 2020. *Prinsip-Prinsip dan Metode Latihan Peningkatan Prestasi Olahraga*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

Suhadi. 2005. *Pengaruh Model Pembelajaran Bola Voli Suhadi Terhadap Kemampuan Kognitif Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, Volume 3, No. 1, 2005.