

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

- 1) Berdasarkan hasil capaian meningkatkan kemampuan pukulan *backhand* dalam penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi “Dengan menggunakan metode pembelajaran kooperatif tipe jigsaw maka kemampuan pukulan *Backhand* pada permainan tenis meja di kelas VIII<sup>4</sup> SMP Negeri 8 Gorontalo dapat ditingkatkan”.
- 2) Metode pembelajaran kooperatif tipe jigsaw sangatlah efektif digunakan dalam pembelajaran materi tenis meja khususnya meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan pukulan *backhand*.
- 3) Hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya siklus I untuk (a) posisi siap rata-rata keterampilan gerak dasar siswa 79,16, selanjutnya (b) posisi kaki rata-rata 75,96, (c) gerakan memukul (pukulan *backhand*) 75,16 dan (d) gerakan lanjutan 81,73 dari indikator yang di harapkan sebesar 85%. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa Kelas VIII<sup>4</sup> SMP Negeri 8 Gorontalo belum seluruhnya memiliki kemampuan dalam melakukan pukulan *backhand* sesuai harapan.
- 4) Selanjutnya pada siklus II (a) Posisi siap rata-rata keterampilan gerak dasar siswa 89,73, selanjutnya (b) Posisi kaki rata-rata 85,81, (c) Gerakan memukul (Pukulan *backhand*) 85,81 dan (d) Gerakan lanjutan mencapai 86,05 dari indikator yang di harapkan sebesar 85%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa Kelas VIII<sup>4</sup> SMP Negeri

8 Gorontalo seluruhnya sudah memiliki kemampuan dalam melakukan pukulan *backhand* sesuai harapan yaitu sebesar 85% sesuai indikator kinerja yang ditetapkan sebelumnya.

## 5.2 Saran

Hasil penelitian ini secara nyata dapat melahirkan beberapa saran sebagai berikut:

- 1) Setiap guru hendaknya menjadikan penelitian tindakan kelas ini sebagai bahan acuan dalam rangka meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan permainan tenis meja.
- 2) Guru hendaknya kreatif dalam menggunakan metode pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- 3) Diharapkan kepada seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan maupun kemampuan gerak dasar siswa, khususnya siswa di sekolah menengah pertama.
- 4) Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan model, metode maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.
- 5) Guru harus mengetahui masing-masing kelebihan dan kekurangan model, metode, strategi bahkan media pembelajaran yang dimodifikasi yang akan di gunakan di lapangan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alma, Mulyadi, Razati dan Nuryati.** 2009. *Guru Profesional*. Bandung: Alfabeta, cv.
- Aunurrahman.** 2012. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta, cv.
- Aqib.** 2013. *Model-Model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. Bandung: Penirbit Yrama Widya.
- Basleman dan Syamsu Mappa.** 2011. *Teori Belajar Orang Dewasa*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Cahyo.** 2013. *Panduan Aplikasi Teori-Teori Belajar Mengajar Teraktual dan Terpopuler*. Jogjakarta: DIVA Press (Anggota IKAPI).
- Chandra dan Achmad Sanoesi.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas VII*. Jakarta: PT Arya Duta.
- Hidayat, Cindar Bumi dan Alamsyah.** 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan SMA/MA/SMK Untuk Kelas X*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Mashar, Mohammad dan Dwinarhayu.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Muhajir dan Budi Sutrisno.** 2013. *Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Rohman dan Sofan Amri.** 2013. *Strategi dan Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pustakanya.
- Rosdiani.** 2012. *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Sarjianto dan Sujarwadi.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII SMP/MTs*. Jakarta: PT Intan Pariwara.
- Sarjono dan Sumarjo.** 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: CV Aneka Ilmu.
- Slavin.** 2013. *Cooperative Learning*. Bandung: Nusa Media.
- Suriyani dan Leo Agung.** 2012. *Strategi Belajar Mengajar*. Yogyakarta: Penerbit Ombak (Anggota IKAPI).

**Sutrisno dan Muhammad Khafadi.** 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 2 untuk SMP/MTs Kelas VIII.* Jakarta: CV. Putra Nugraha.

**Wisahati dan Teguh Santosa.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VIII.* Jakarta: CV Setiaji.