

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh simpulan dan saran sebagai berikut ; berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilaksanakan, disimpulkan bahwa dengan menggunakan metode *problem Solving* untuk meningkatkan teknik *Lay Up Shoot* pada permainan bola basket pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tapa pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya pada materi *Shooting* tembakan *Lay Up Shoot* meningkat. Ini terlihat dari peningkatan skor yang diperoleh setelah peneliti memberikan tindakan sebanyak empat kali pada tiap siklus dan dilanjutkan dengan evaluasi pada akhir pembelajaran. Dengan memberikan solusi dari masalah yang di hadapi siswa yaitu dengan menggunakan metode *Problem Solving* atau metode yg berbasis masalah. Kemudian bisa di lihat di bawah ini proses peningkatan kualitas siswa dengan menggunakan metode *Problem Solving*.

Pada tes awal/observasi awal melakukan teknik dasar mengontrol bola diperoleh nilai dari keseluruhan siswa sebesar 1460 dengan rata-rata nilai 58,4% kategori kurang, meningkat pada siklus I skor nilai sebesar 1820 dengan rata-rata nilai 72,8%, kategori cukup, peningkatan yang terjadi sebesar 14,4%. Pada siklus II skor nilai yang diperoleh 2110 dengan rata-rata 84,4% dengan kategori baik. Peningkatan yang terjadi pada siklus I dan siklus II sebesar 11,6%.

5.2 Saran

Adapun saran dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini yaitu dapat diuraikan sebagai berikut :

- 5.2.1 Bagi sekolah, penggunaan metode *Problem Solving* dapat menjadi salah satu metode pembelajaran yang efektif untuk mengatasi masalah belajar khususnya pada materi teknik dasar *Shooting* yaitu tembakan *Lay Up Shoot* (Bola Basket).
- 5.2.2 Guru harus memilih metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik belajar siswa di sekolah, agar nantinya siswa tidak merasa bosan dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar yang akan berlangsung.

- 5.2.3 Teknik tembakan *Lay Up Shoot*, mengacu pada tiga indikator penilaian yaitu, 1). Sikap awal, 2). Pelaksanaan gerakan, dan 3). Sikap akhir. Pada pembelajaran ini tahap pelaksanaan gerakan dan ketepatanlah yang menjadi fokus utama agar teknik teknik tembakan *Lay Up Shoot* berhasil. Maka dari itu digunakan metode *Problem Solving* (Pemecahan Masalah) untuk membantu siswa dalam proses belajar mengajar dimana metode ini bertujuan untuk bisa memecahkan masalah dan memberikan solusi terhadap siswa.
- 5.2.4 bagi peneliti, dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan khususnya Penelitian Tindakan Kelas agar nantinya peneliti bisa menerapkan hasil penelitiannya pada sekolah-sekolah yang mengalami masalah belajar khususnya pada pembelajaran bola basket materi *Shooting* tembakan *Lay Up shoot*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan Sunjata Wisahati, Teguh Santosa. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 2 Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta : CV Setiaji.
- Aan Sunjata Wisahati, Teguh Santosa. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 3 Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta : CV Setiaji.
- Budi Sutrisno, Mohamad Bazin Khafandi, (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 2 Untuk Smp/Mts kelas XIII*. Jakarta. CV.PUTRA ANUGRAHA
- Didi Supriade, Deni Darmawan, 2012. *Komunikasi Pembelajaran*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Farida Isnaini, Sri Santoso Sabarini, (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMA/MA/SMK Kelas X*. Jakarta : Mediatama
- Faridha Isnaini, Suranto. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta : Karya Mandiri Nusa.
- Khairul Hadzid, Milka Nurfitri, (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Sma/Ma Kelas XI*. Jakarta : CV. Sinergi Pustaka Indonesia.
- Made Wena, 2012. *Strategi Pembelajaran Inovatif Konteporer*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Miftaful Huda, 2013. *Model-model pengajaran dan Pembalajaran*. Yogyakarta : PUSTAKA PELAJAR

Mushamad Thobroni, Arif Mustofa, 2011. *Belajar dan pembelajaran*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media

Rohman, Amri, 2013. *Strategi Dan Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran*, Jakarta; Prestasi Pustaka

Rosdiani, 2013. *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta

Rusman, 2012. *Model – Model Pembelajaran*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada

Sarjono, Sumarjo, (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk SMP/MTS kelas IX*. Jakarta : CV. Aneka ilmu

Sarjiyanto, Sujarwadi, (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas VIII SMP/MTS*, Jakarta : PT. Intan Pariwar

Sri Wahyuni, Sutarmin, Pramono, (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 2 Untuk Kelas VIII SMP Dan MTS*. Jakarta : PT. Wangsa Jatra Lestari

Sodikin Chandra, Achmad Esonoe Sanoesi, (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Smp/Mts kelas VII*. Jakarta : PT Arya Data.

Suprijono, 2009. *Coperative Learning Teori Dan Aplikasi*. Surabaya: Histori Education

Tarmudi B. Hafid, Ahmad Rithaudin, (2011). *PendidikanJasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk Sma, Ma, Dan Smk Kelas XI*. Jakarta : PT Sarana Panca Karya Nusa

Trianto, 2010. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif. Konsep, Landasan, Dan Inplementasinya Pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarata: Kencana

Yanti Yuli, Munaris (2012). *Penelitian Tindakan Kelas(PTK) Cetakan Ke Dua*.

Malang : Cahaya Abadi

