

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan pada setiap siklus yang telah diperoleh maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada siklus pertama gerak siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) servis bawah pada permainan bola voli terjadi peningkatan dari data awal hanya 10 orang (31%) yang melakukan kebenaran gerak kategori sangat baik menjadi 14 orang (44%). Hasil ini menunjukkan tindakan pada siklus pertama belum mencapai target yang diinginkan. Jadi, peneliti perlu melakukan siklus lanjutnya.
2. Pada siklus II kebenaran gerak siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) materi servis bawah pada permainan bola voli meningkat menjadi 25 orang (79%) yang melakukan kebenaran gerak kategori sangat baik. Pada siklus ini peneliti sudah dapat dikatakan berhasil, karena jumlah siswa yang kebenaran geraknya sangat baik pada saat mengikuti pembelajaran servis bawah pada permainan bola voli sudah mencapai target yang diinginkan yaitu dikatakan berhasil apabila siswa yang aktif pada saat mengikuti pembelajaran lebih dari 75% dari jumlah siswa. Jadi, tidak perlu dilakukan siklus selanjutnya.

5.2. Saran

Beberapa saran yang dapat dikemukakan dalam kaitannya dengan hasil penelitian yang berjudul Upaya Meningkatkan Pembelajaran Servis Bawah melalui Modifikasi Lapangan pada Permainan Bola Voli Siswa Kelas VII-A SMP Negeri 1 Mranggen Kabupaten Demak. Dari hasil penelitian yang dapat, penulis dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Sebagai bahan pertimbangan bagi guru bahwa pembelajaran servis bawah melalui modifikasi lapangan pada permainan bola voli dapat dipergunakan lebih lanjut sbagai model dalam pembelajaran di sekoah.
2. Khususnya bagi guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK), harus kreatif dalam memberikan pembelajaran kepada siswa-siswi, agar siswa-siswi tidak merasa bosan dengan apa yang diajarkan, serta siswa siswi mudah memahami teknik yang diajarkan dan ini bias mempengaruhi hasil belajar siswa sisw dalam mengikuti pembelajaran.
3. Perlu penelitian lebih lanjut mengenai model-model pembeajaran sesuai dengan materi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yang terdapat dalam kuriulum dimuat dalam standar isi.