

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen yang terdiri dari variabel terikat, yaitu hasil keterampilan memukul bola *Softball* sedangkan pada variabel bebasnya, yaitu metode latihan (bagian dan keseluruhan) dan koordinasi mata-tangan (tinggi dan rendah). Berdasarkan dari data analisis yang diperoleh dan hasil uji hipotesis penelitian, maka mendapatkan suatu kesimpulan, yaitu:

1. Pada siswa yang diberi metode latihan bagian menghasilkan nilai lebih baik dibandingkan siswa yang diberi metode latihan keseluruhan terhadap keterampilan memukul bola *Softball*.
2. Terdapat interaksi yang signifikan antara metode latihan dan koordinasi mata-tangan terhadap keterampilan memukul bola *Softball*.
3. Pada siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi dengan menggunakan metode latihan bagian memiliki hasil keterampilan memukul bola *Softball* yang lebih baik dari pada siswa menggunakan metode latihan keseluruhan.
4. Pada siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah dengan menggunakan metode latihan keseluruhan dan pada siswa dengan menggunakan metode latihan bagian memberikan pengaruh tidak

signifikan terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball*.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil temuan pada penelitian yang telah dilakukan, harapannya dapat diimplikasikan dalam peningkatan hasil keterampilan memukul bola *Softball* dengan mengembangkan metode latihan yang diterapkan. Adapun implikasi hasil penelitian secara operasional akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Implikasi dalam Perencanaan Program Latihan Olahraga

Metode latihan bagian yang digunakan memiliki pengaruh terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball* serta adanya interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-tangan. Pada latihan memukul bola dalam permainan *Softball*, terbukti metode latihan bagian memiliki hasil lebih baik dibandingkan metode latihan keseluruhan pada siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi. Terdapat perbedaan pada siswa dengan koordinasi mata-tangan rendah, dalam penelitian ini ditemukan tidak adanya perbedaan yang diberikan pada hasil keterampilan memukul bola *Softball* pada siswa dilatih menggunakan metode latihan keseluruhan dan metode latihan bagian.

Implikasi atas temuan ini bahwa metode latihan bagian harus lebih banyak digunakan saat latihan ekstrakurikuler *Softball* pada Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dengan metode latihan bagian siswa mampu mengembangkan dan meningkatkan keterampilan memukul bola *Softball*.

Hasil data penelitian menunjukkan terdapat interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-tangan. Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa dalam menggunakan metode latihan yang akan diterapkan pada proses latihan juga perlu memperhatikan aspek lain yang terdapat pada diri siswa, yaitu koordinasi mata-tangan. Sebab berbedanya koordinasi mata-tangan pada siswa maka akan berbeda pula metode latihan yang diberikan agar mendapat hasil keterampilan yang maksimal. Siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi, dapat menggunakan metode latihan bagian karena terbukti menghasilkan keterampilan yang lebih baik. Adapun pada siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah yang menggunakan metode keseluruhan dan metode bagian tidak terdapat hasil signifikan pada penerapan proses latihan. Akan tetapi apabila diamati secara seksama hal tersebut bukan berarti tidak berpengaruh, justru antara metode latihan dengan koordinasi mata-tangan perlu memperhatikan beberapa faktor, yaitu faktor jenis kelamin peserta didik apakah kecenderungan kondisi jumlah siswa itu perempuan atau laki-laki dan faktor waktu juga kesungguh-sungguhan siswa pada saat pelaksanaan tes harus dapat diarahkan oleh pelatih berdasarkan hasil temuan di lapangan.

2. Implikasi Pada Peran Guru dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Dalam menerapkan metode bagian seharusnya seorang guru memiliki cara untuk menyampaikan pada siswa, baik itu melalui cara pandang

maupun cara memperlakukan siswa dalam proses pembelajaran dan latihan. Metode latihan bagian bukan sekedar mengajarkan siswa untuk berlatih secara bagian per-bagian, namun para siswa juga diajarkan untuk menganalisis, berfikir dan mencoba suatu gerakan menurut kemampuan nya masing-masing. Pembelajaran dengan cara berikut membuat siswa menjadi lebih kreatif dengan tidak hanya mengikuti instruksi dari seorang guru saja, tetapi mendapat stimulasi dalam proses pembelajaran gerak, sehingga guru hanya sebagai fasilitator dalam proses pembelajaran.

Dalam hal ini metode pembelajaran yang digunakan guru mampu menumbuhkan semangat siswa dalam memecahkan masalah, berani mencoba, untuk menjawab hipotesis dan menarik kesimpulan dalam proses pembelajaran. Seorang guru hanya memfasilitasi dan mengawasi siswa sehingga sesuai dengan konsep yang telah dirancang dan mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

3. Implikasi Terhadap Perlunya Pemahaman Karakteristik Siswa

Berdasarkan hasil temuan pada penelitian yang telah dilakukan, harapannya dapat diimplikasikan dalam peningkatan hasil keterampilan memukul bola *Softball* dengan mengembangkan metode latihan yang diterapkan. Implikasi atas temuan ini bahwa metode latihan bagian harus lebih banyak digunakan saat latihan ekstrakurikuler *Softball* pada Sekolah Menengah Pertama (SMP). Dengan metode latihan bagian siswa mampu mengembangkan dan meningkatkan keterampilan memukul bola *Softball*.

Hasil data penelitian menunjukkan terdapat interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-tangan. Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa dalam menggunakan metode latihan yang akan diterapkan pada proses latihan juga perlu memperhatikan aspek lain yang terdapat pada diri siswa, yaitu koordinasi mata-tangan. Sebab berbedanya koordinasi mata-tangan pada siswa maka akan berbeda pula metode latihan yang diberikan agar mendapat hasil keterampilan yang maksimal. Siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi, dapat menggunakan metode latihan bagian karena terbukti menghasilkan keterampilan yang lebih baik. Adapun pada siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah yang menggunakan metode keseluruhan dan metode bagian tidak terdapat hasil signifikan pada penerapan proses latihan.

C. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan penelitian dan implikasi yang telah diuraikan, maka muncul saran sebagai berikut:

Saran bagi para pelatih yang bergelut di dalam olahraga *Softball* bahwasanya dalam menyajikan materi pada proses latihan hendaknya dapat memilih metode latihan yang lebih tepat dan sesuai dengan materi yang akan disampaikan agar dapat disesuaikan dengan karakteristik siswa.