

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Jadi, berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat di simpulkan, bahwa adanya peningkatan yang signifikan di antara kedua metode pembelajaran bermain dan metode pembelajaran latihan dalam hasil belajar servis bawah bola voli yang dimulai dengan tes awal dan di akhiri dengan tes akhir. Namun demikian metode pembelajaran latihan (drill) lebih efektif karena t_h dari tes awal dan tes akhir metode ini sebesar 21,17. Lebih besar dibandingkan dengan metode pembelajaran bermain yang t_h dari tes awal dan akhir sebesar 15,37 dalam meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli pada siswa/i kelas VII di SMPN 6 Tambun Selatan.

Maka dari itu metode pembelajaran latihan lebih baik dari pada metode pembelajaran bermain dalam meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli pada siswa/i kelas VII di SMPN 6 Tambun Selatan.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan yang ada dalam penelitian ini, maka pada kesempatan ini peneliti hanya ingin memberikan saran sebagai berikut:

1. Kepada guru atau pengajar pendidikan jasmani di SMPN 6 Tambun Selatan, sebaiknya dalam pembelajaran menggunakan metode latihan karena metode latihan lebih memfokuskan dalam pembelajaran yang dilakukan baik teknik maupun gerakan dalam materi belajar dan dalam penelitian ternyata metode pembelajaran latihan lebih baik dari pada metode bermain.
2. Agar guru pendidikan jasmani lebih bisa mengembangkan metode pembelajaran dan memvariasikan metode pembelajaran dalam bola voli di SMPN 6 Tambun Selatan.