

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan dimana masalah prosedur penelusuran siklus pembelajaran peningkatan kemampuan dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran *one-hand set shoot* bola basket menggunakan media bola karet sebagai pembelajaran peningkatan hasil belajar *one hand set shot*.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa, adanya perubahan peningkatan kemampuan dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran *one-hand set shot* menggunakan media bola karet.

#### **B. IMPLIKASI**

Penelitian dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan hasil pembelajaran, sebelum penelitian berlangsung dilakukan kegiatan pra penelitian atau uji coba penelitian untuk mengetahui kemampuan awal siswa dalam pembelajaran *one hand set shot* dan menemukan masalah pembelajaran yang akan diupayakan penanggulangannya. Penelitian ini berbentuk spiral yang terdiri dari 2 siklus dan setiap siklus memiliki langkah-langkah yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.

Pada saat penelitian berlangsung ada beberapa kejadian yang belum diungkapkan saat penjelasan tindakan dari kedua tahapan siklus. Saat sebelum penelitian dimulai, penelitian mengambil data yang merupakan tes awal. Setelah tes awal dilakukan penelitian dengan menggunakan media bola karet. Saat penelitian berlangsung banyak siswa yang belum memahami konsep pembelajaran *one hand set shot*.

Adapun pemecahan masalah dari beberapa kekurangan siswa tersebut diantaranya, memberikan penguatan, memberikan motivasi dan pengembangan rasa percaya diri akan pola pikir siswa terhadap gerakan pembelajaran *one hand set shot*.

### **C. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menyampaikan materi pembelajaran pendidikan jasmani hendaknya tidak terpaku kepada salah satu strategi atau gaya mengajar. Pemilihan strategi atau gaya mengajar hendaknya disesuaikan dengan materi pembelajaran yang akan disampaikan.
2. Dalam mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya cabang olahraga bola basket, pendekatan guru kepada anak didik hendaknya tidak diseragamkan.