

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti peningkatan waktu aktif belajar siswa dari pembelajaran aktivitas permainan bola voli yang dimodifikasi yaitu: Pada observasi awal jumlah waktu aktivitas siswa sebesar 46,29%, siklus I tindakan I jumlah waktu aktivitas belajar siswa sebesar 51,85%, siklus I tindakan II jumlah waktu aktivitas belajar siswa sebesar 55,55%, siklus II tindakan I jumlah waktu aktivitas belajar siswa sebesar 57,03%, siklus II tindakan II jumlah waktu aktivitas belajar siswa sebesar 59,25%.

Secara keseluruhan dari hasil penelitian mengenai pembelajaran PJOK di Komplek Pendidikan SMA PURAGABAYA Bandung, pembelajaran aktivitas permainan bola voli yang dimodifikasi menunjukkan hasil yang baik, yaitu dapat meningkatkan waktu aktif belajar siswa. Di samping itu, meskipun diluar pengamatan formal penulis, meyakini bahwa adanya peningkatan pemahaman tentang hakikat pembelajaran aktivitas permainan bola voli, adanya peningkatan kegairahan belajar siswa.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah penulis kemukakan, ada beberapa hal yang dapat disampaikan sebagai saran atau masukan yaitu, sebagai berikut:

1. Proses pembelajaran aktivitas permainan bola voli yang dimodifikasi dapat diterapkan dalam pembelajaran PJOK di Komplek Pendidikan SMA PURAGABAYA Bandung, khususnya siswa kelas X. berdasarkan hal tersebut, disarankan bagi para guru PJOK untuk memodifikasi berbagai jenis aktivitas pembelajaran khususnya dalam pembelajaran PJOK agar pembelajaran lebih menyenangkan dan

membuat siswa lebih aktif dan semangat dalam melakukan pembelajaran PJOK.

2. Melalui pembelajaran aktivitas permainan bola voli yang dimodifikasi ini memberikan siswa pengalaman gerak dengan modifikasi sehingga tingkat kecemasan atau ketakutan dalam pembelajaran PJOK berkurang. Pembelajaran aktivitas permainan bola voli yang dimodifikasi dapat menjadikan siswa lebih bersemangat, senang dan aktif dalam mengikuti proses pembelajaran PJOK.
3. Bagi pihak sekolah, ini merupakan momentum untuk dapat meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di Komplek Pendidikan SMA PURAGABAYA Bandung.