

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil pembahasan penelitian yang telah dilakukan mengenai peningkatan pembelajaran pukulan backhand dalam permainan tenis meja melalui media dinding pada siswa kelas V SDN Cijati Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Perencanaan pembelajaran dalam upaya meningkatkan pembelajaran pukulan backhand dalam permainan tenis meja dimulai dengan menganalisis tujuan pokok, meningkatkan keterampilan melakukan pukulan backhand, dan merencanakan jumlah pertemuan. Dengan perencanaan pembelajaran seperti itu, dapat dilihat hasil dari penelitian ini yang memenuhi target dengan persentase 100% pada siklus III. Agar proses pembelajaran berjalan efektif, sistematika tahapan gerakan dimulai dengan gerakan yang mudah dan beban kerja yang ringan, kemudian berangsur-angsur dinaikan ke beban yang sulit.
2. Proses pelaksanaan pembelajaran pukulan backhand dalam permainan tenis meja melalui media dinding diikuti dengan kinerja guru yang maksimal dalam memotivasi aktivitas siswa dan bimbingan melalui petunjuk-petunjuk pelaksanaan yang jelas dan koreksi-koreksi yang tepat baik secara khusus maupun umum serta upaya modifikasi dan

pemanfaatan fasilitas belajar akan mampu mendapatkan hasil yang maksimal.

3. Dalam memaksimalkan aktivitas siswa saat berlangsungnya pembelajaran pemberian motivasi siswa harus diberikan saat pembelajaran berlangsung agar aktivitas siswa dapat meningkat disamping pengawasan dan peraturan yang ketat, jelas dan tidak berpihak sehingga pengelolaan proses belajar maksimal.
4. Dengan penerapan pembelajaran pukulan backhand dalam permainan tenis meja melalui media dinding menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes pembelajaran yang dapat mencapai target pada siklus III dengan persentase kelulusan 100%.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil temuan yang diperoleh penulis selama peneliti ini diajukan saran-saran sebagai berikut :

### **1. Bagi Guru**

Diharapkan para guru pendidikan jasmani mencoba berbagai macam teknik pendekatan yang sesuai dengan karakter materi ajar, agar wawasan metodologi pembelajaran pendidikan jasmani menjadi berkembang. Terutama pada pembelajaran penjas di SD sebaiknya menggunakan metode pembelajaran melalui modifikasi, karena pada masa anak SD cenderung masih ingin bermain serta menghindari cedera yang berakibat fatal.

## 2. Bagi Siswa

Diharapkan dengan menerapkan pembelajaran pukulan backhand dalam permainan tenis meja melalui media dinding dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

## 3. Bagi Sekolah

Diharapkan dapat menambah referensi tentang metode pembelajaran khususnya untuk mata pelajaran pendidikan jasmani.

## 4. Bagi Lembaga

Mudah-mudahan pembelajaran ini dapat menjadi masukan sebagai pengembangan teknik meningkatkan pembelajaran pukulan backhand pada permainan tenis meja.

