

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, observasi dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa untuk meningkatkan ketrampilan mendribel permainan sepak bola dapat digunakan melalui bentuk latihan bermain *dribbling* bola.

Hal ini dibuktikan dari hasil belajar siswa pada pra-tindakan sebanyak 5 siswa tuntas (26%) dan 14 siswa tidak tuntas (74%) dengan nilai rata-rata 62,63. Lalu pada siklus I meningkat, sebanyak 11 siswa mendapatkan nilai mencapai $KKM \geq 75$ dan 8 siswa mendapatkan nilai ≤ 75 . Dengan nilai rata-rata yang diperoleh saat siklus I 69,73. Sehingga presentase yang didapatkan meningkat menjadi 58%. Pada siklus II, sebanyak 15 siswa mendapatkan nilai tuntas $\geq KKM 75$ dan 4 siswa mendapatkan nilai tidak tuntas $\leq KKM 75$. Nilai presentase yang didapatkan sebanyak 79%. Dapat disimpulkan bahwa melalui bentuk latihan dalam permainan sepak bola dapat meningkatkan keterampilan *dribbling* siswa.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas peneliti menyampaikan beberapa saran untuk menjadi bahan pertimbangan dalam menetapkan kebijakan yang berhubungan dengan mutu pembelajaran, khususnya bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Saran yang dapat disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain :

- 1) Bagi guru, guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dapat menggunakan alternatif pilihan untuk pembelajaran gerakan-gerakan teknik dasar sepak bola melalui bentuk latihan.
- 2) Bagi siswa, setelah mengikuti pembelajaran sepak bola melalui bentuk latihan diharapkan lebih berminat untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada permainan sepak bola.
- 3) Bagi sekolah, agar memperbaharui dan menambah sarana dan prasarana alat-alat olahraga agar semua siswa dapat mempergunakan fasilitas olahraga dengan maksimal.

- 4) Bagi peneliti selanjutnya, perlu diadakan penelitian sejenis pada materi pembelajaran yang lain dengan memperhatikan faktor-faktor yang terkait dalam pembelajaran.

