

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pembelajaran permainan tenis meja melalui metode pembelajaran terbimbing dan terdemonstrasi dalam permainan tenis meja pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Kupang.
2. Selama dua siklus dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
3. Hal tersebut dapat dibuktikan berdasarkan hasil belajar siswa dari 15 siswa pada kondisi awal jumlah siswa yang mampu mencapai KKM sebanyak 5 (33%) siswa, pada siklus II meningkat menjadi 12 (80%) siswa yang mampu mencapai nilai KKM 75 bahkan lebih.
4. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ketuntasan pembelajaran permainan tenis meja tersebut sudah mencapai lebih dari 80% siswa yang tuntas dalam belajar.

#### **B. Saran**

Saran yang dapat dikemukakan berdasarkan proses dan hasil penelitian adalah:

1. Siswa
  - a. Harus disiplin mengikuti pembelajaran, dan harus aktif dalam pembelajaran.

- b. Harus memiliki kesadaran dalam diri tentang pentingnya menjaga tubuh tetap sehat dengan berolahraga dan dapat mengikuti pembelajaran dengan tertib, bersemangat dan penuh percaya diri.

## 2. Guru Penjasorkes

- a. Guru penjas hendaknya selalu menerapkan metode-metode bermain dalam pembelajaran tenis meja, karena pada dasarnya anak-anak sangat suka diajak bermain melalui metode yang menarik.
- b. Harus mengawasi serta membimbing siswa dalam kegiatan belajar sehingga siswa dapat berperan aktif.
- c. Perlu dilakukan materi pembelajaran lain dengan tetap memperhatikan faktor-faktor dalam pembelajaran permainan tenis meja.

## 3. Kepala Sekolah

Harus mengutamakan sarana dan prasarana dalam bidang olahraga bisa terpenuhi. Dikarenakan sarana dan prasarana yang memadai dapat membangkitkan semangat siswa dalam proses belajar mengajar.

## 4. Pemerintah

Sebagai acuan dalam pengambilan kebijakan di masa yang akan datang dalam upaya mengurangi kemiskinan yang ada di kota kupang.