

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Penerapan metode *blocked practice* terbukti dapat meningkatkan keterampilan servis forehand dalam permainan bulutangkis. Hal ini terlihat dari peningkatan persentase ketuntasan belajar siswa, yaitu dari 30% pada prasiklus menjadi 52% pada siklus I, kemudian menjadi 100% pada siklus II.
2. Pada pra - siklus, hasil belajar servis forehand siswa masih tergolong rendah. Dari 23 siswa, hanya 9 siswa (39,13%) yang mencapai ketuntasan, sedangkan 14 siswa (60,87%) belum tuntas. Hal ini disebabkan siswa belum memahami teknik servis forehand dengan benar serta metode pembelajaran yang digunakan belum optimal, Sedangkan Pada siklus I, setelah diterapkan metode *blocked practice*, terjadi peningkatan hasil belajar. Jumlah siswa yang tuntas meningkat menjadi 12 siswa (52%), namun masih terdapat 11 siswa (48%) yang belum mencapai ketuntasan. Hasil ini menunjukkan bahwa tindakan sudah memberikan dampak positif, tetapi belum memenuhi kriteria ketuntasan klasikal, oleh sebab itu peneliti melanjutkan Pada siklus II, setelah dilakukan perbaikan pembelajaran

berdasarkan refleksi siklus I, hasil belajar meningkat secara signifikan.

Seluruh siswa (23 siswa atau 100%) mencapai ketuntasan. Dengan demikian, kriteria keberhasilan tindakan telah tercapai dan penelitian dihentikan pada siklus II.

Dengan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa metode *blocked practice* layak digunakan sebagai salah satu strategi pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan keterampilan dasar bulutangkis, khususnya teknik servis forehand.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian, penulis menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru, Guru disarankan untuk menerapkan metode *blocked practice* dalam pembelajaran keterampilan olahraga, khususnya bulutangkis, karena terbukti efektif dalam meningkatkan penguasaan teknik dasar siswa. Selain itu, guru perlu memberikan umpan balik secara konsisten serta motivasi kepada siswa agar tetap aktif selama proses pembelajaran.
2. Bagi Siswa, Siswa diharapkan untuk berlatih secara rutin dan berkesinambungan dengan menerapkan prinsip pengulangan terarah. Siswa juga sebaiknya saling memberikan masukan ketika berlatih berkelompok agar penguasaan teknik dapat berkembang lebih optimal.

3. Bagi Sekolah, Pihak sekolah hendaknya mendukung proses pembelajaran praktik olahraga dengan menyediakan fasilitas dan sarana prasarana yang memadai sehingga kegiatan latihan dapat berjalan dengan baik dan efektif.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya, Peneliti diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menerapkan variasi metode pembelajaran lainnya atau dengan mengkaji cabang olahraga yang berbeda, sehingga dapat diperoleh alternatif strategi pembelajaran yang inovatif dan bermanfaat dalam dunia pendidikan jasmani.