

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui analisis data dan uji hipotesis, terjadi peningkatan yang signifikan dari 31,25 menjadi 35,67 pada rata-rata sebelum dan sesudah perlakuan. Dalam hal ini, nilai signifikansi yang diperoleh dari pengujian hipotesis lebih kecil daripada taraf signifikan (α) yaitu $0,003 < 0.05$. Berdasarkan hasil perhitungan statistik deskriptif untuk rata-rata nilai *pretest* dan *posttest passing* atas, dapat disimpulkan bahwa model *Teaching Games For Understanding* (TGFU) memiliki pengaruh dalam meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam ekstrakurikuler bola voli di SMPN 123 Jakarta. Hasil tes *passing* atas bola voli siswa yang ikut ekstrakurikuler bola voli di SMPN 123 Jakarta meningkat setelah mempelajari teknik dasar bermain *passing* atas dalam permainan bola voli.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian ini peneliti ingin menyampaikan saran – saran diantaranya adalah sebagai berikut.

1. Bagi pelatih/guru, model *Teaching Games For Understanding* (TGFU) bisa digunakan sebagai contoh pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan *passing* bola voli dalam pelajaran jasmani atau kegiatan ekstrakurikuler, khususnya dalam *passing* atas.

2. Untuk peserta didik, berusahalah untuk lebih percaya diri, termotivasi, memahami pokok pembahasan materi, serta berlatihlah dengan penuh ambisi untuk mendapatkan hasil latihan yang optimal dan maksimal.
3. Aktifitas belajar siswa sangat diperlukan untuk memfokuskan siswa pada pembelajaran.