

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Model pembelajaran individu dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar chest pass bola basket pada siswa kelas X RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung dengan rata-rata tes awal 69,13 dan tes akhir 75,67.
2. Model pembelajaran kelompok dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar chest pass bola basket pada siswa kelas X RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung dengan rata-rata tes awal 68,87 dan tes akhir 72,4.
3. Ada perbedaan antara model pembelajaran individu dan model pembelajaran kelompok terhadap hasil belajar gerak dasar *chest pass* bola basket pada tes akhir rata-rata model pembelajaran individu sebesar 75,67 sedangkan model pembelajaran kelompok sebesar 72,5 dimana model pembelajaran individu memiliki pengaruh yang lebih tinggi daripada model pembelajaran kelompok untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar chest pass bola basket pada siswa kelas X RSBI 1 SMA Negeri 2 Bandar Lampung.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti

Bagi peneliti perlu kajian lebih komprehensif dengan sampel yang lebih banyak serta variable yang berbedadan bagi peneliti lain sebagai bahan refrensi penelitian sejenis. .

2. Bagi Siswa

Bagi siswa dengan penelitian ini diharapkan adanya peningkatan keterampilan *chest pass* dalam bermain bola basket.

3. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

Untuk guru pendidikan jasmani baik model pembelajaran individu maupun model pembelajaran kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan *chest pass* bola basket, memadukan kedua model tersebut diharapkan akan dapat memberikan hasil yang lebih signifikan lagi.

4. Bagi Program Studi Penjaskes FKIP UNILA.

Pada Program Studi Penjaskes diharapkan dapat dijadikan salah satu bahan pertimbangan untuk mengembangkan Pendidikan Jasmani terutama yang berkaitan dengan pemilihan model pembelajaran yang tepat untuk keterampilan gerak dasar *chest pass* bola basket.