

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Bedasarkan hasil analisis dan pembahasan yang dilakukan diatas tentang "Pengaruh *self confidence* dengan keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani" maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Bedasarkan hasil analisis data diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self confidence* dengan keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini didasari dengan ditunjukkannya hasil uji regresi linier sederhana bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 yang artinya lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). *Self confidence* mempunyai pengaruh kuat terhadap keterampilan psikomotor siswa dalam pembelajaran Pendidikan jasmani di sekolah karena dengan percaya diri siswa dapat meningkatkan motivasi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam praktik pendidikan jasmani. *Self confidence* juga mempengaruhi aspek emosional dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan adanya rasa percaya diri yang tinggi siswa lebih berani mengambil resiko untuk mencoba suatu permasalahan yang dihadapi

B. Implikasi

Bedasarkan hasil penelitian tersebut dapat diketahui implikasi secara teoritis dan secara praktis sebagai berikut :

1. Secara teoritis

Pada penelitian ini peneliti menggunakan pengambilan data berupa kuesioner (angket) dan observasi berupa pengamatan psikomotor siswa memperoleh hasil yang dapat diketahui bahwa self confidence mempunyai pengaruh dengan keterampilan psikomotor siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani disekolah. Siswa yang memiliki percaya diri yang tinggi memiliki keterampilan psikomotor yang baik akibat ketenangan dan ketenangan diri saat melakukan praktik di sekolah.

2. Secara praktis

Hasil penelitian ini digunakan sebagai acuan bagi guru dan siswa ketika pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Dengan adanya hasil angket dan pengamatan tersebut, maka guru dan siswa akan mudah untuk mengetahui bagaimana cara meningkatkan keterampilan psikomotor siswa pada saat praktik untuk hasil belajar yang maksimal.

C. Saran

Bedasarkan hasil peneliti dan kesimpulan yang telah diuraikan diatas maka dapat diberikan beberapa saran untuk dijadikan acuan pembelajaran kedepan, sebagai berikut :

1. Bagi Guru

Penting bagi guru pendidikan jasmani untuk menciptakan suasana lingkungan yang mendukung perkembangan percaya diri siswa dengan memberikan umpan balik yang positif, dan juga memberikan intruksi yang

kelas dan memberikan motivasi kepada siswa dalam kegiatan pembelajaran di kelas. Dengan demikian siswa akan merasa lebih percaya diri berpartisipasi aktif, dan meningkatkan kemampuan keterampilan psikomotornya pada pembelajaran pendidikan jasmani disekolah.

2. Bagi siswa

Hendaknya siswa mampu memahami sikap dan tindakan masing-masing individu dalam membangun rasa percaya diri yang positif untuk penyesuaian diri yang baik. Siswa perlu mengembangkan pemahaman yang baik tentang kemampuan dan kelemahan mereka. Dengan memahami kemampuan dan potensi mereka, siswa akan merasa lebih percaya diri dalam melakukan praktik pendidikan jasmani di sekolah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk menjadikan penelitian ini sebagai referensi dan masukan. Serta dapat mengembangkan penelitian ini untuk proses pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih baik.