

BAB 5

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan kesehatan mental dengan motivasi belajar pada pembelajaran PJOK dimasa pasca pandemi di SMAN 16 Bandung dapat disimpulkan kesehatan mental siswa pada pembelajaran PJOK dimasa pasca pandemi di SMAN 16 Bandung menunjukkan sebagian besar memiliki kategori rendah yang disebabkan karena siswa kurang memiliki perasaan optimis, keceriaan, relaksasi, hubungan interpersonal yang memuaskan, penerimaan diri dan pengembangan pribadi. Motivasi belajar siswa pada pembelajaran PJOK dimasa pasca pandemi di SMAN 16 Bandung menunjukkan sebagian besar memiliki motivasi yang sedang, hal itu dikarenakan faktor seperti kontrol keyakinan belajar, self efficacy, orientasi tujuan intrinsik, orientasi tujuan ekstrinsik, keyakinan nilai tugas, dan kecemasan yang dapat dikontrol, Terdapat hubungan yang cukup kuat antara kesehatan mental dengan motivasi belajar pada pembelajar PJOK dimasa pasca pandemi di SMAN 16 Bandung, sehingga jika kesehatan mental siswa baik maka akan memberikan dampak pada motivasi belajar siswa.

5.2 Implikasi

Hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis dan akademis bagi pihak-pihak yang terkait dengan bidang pendidikan:

1. Bagi guru bahwa untuk memperhatikan kesehatan mental siswa pada pembelajara PJOK dimasa pasca pandemi sebab itu akan memberikan dampak pada motivasi belajar siswa
2. Bagi siswa agar dapat menjadi pengetahuan bahwa belajar tujuan belajar akan tercapai jika memiliki kesehatan mental yang baik dan agar dapat menyesuaikan cara belajar diberbagai situasi.
3. Dapat diketahui bahwa kesehatan mental siswa harus diperhatikan dimasa pasca pandemi seperti tingkat stress, depresi dan penyesuaian diri dengan lingkungan pembelajaran yang berbeda

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan rekomendasi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat memperhatikan lingkungan pembelajaran yang terjadi pada masa pasca pandemi dan memberikan dukungan kepada guru dan siswa pada proses pembelajaran.

2. Bagi Siswa

Siswa diharapkan mengetahui pentingnya kesehatan mental dalam menunjang keberhasilan belajar dan dapat menyesuaikan diri dalam pembelajaran pada masa pasca pandemi.

3. Kepada peneliti lain

Kepada peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut diharapkan dapat meneliti hal sama terkait hubungan kesehatan mental dengan motivasi belajar pada pembelajaran PJOK dimasa pasca pandemi lebih baik lagi dan hasil penelitian ini menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya.

