

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

Pada bagian ini penulis merangkum hasil penelitian berdasarkan analisis dan pengolahan data serta temuan yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan. Selain itu, penulis juga memberikan beberapa rekomendasi kepada pihak-pihak terkait yang berkepentingan dengan hasil penelitian ini.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pengolahan data yang didapatkan dari kegiatan penelitian konsentrasi belajar saat pembelajaran IPS menggunakan *ice breaking* senam otak di SMP Aisyiyah Boarding School Bandung, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pelaksanaan pembelajaran IPS di SMP Aisyiyah Boarding School Bandung guru jarang menerapkan metode *ice breaking* saat pembelajaran IPS, dan hanya dilakukan sekali pelaksanaan *ice breaking* saat pembelajaran IPS di dalam kelas yaitu menggunakan metode *ice breaking* memijat bahu teman. Hal ini dikarenakan guru yang terlalu memfokuskan pembelajaran terhadap materi disetiap pertemuannya, serta sedikit keterampilan dan pengetahuan tentang adanya penerapan *ice breaking*.
2. Proses pelaksanaan penerapan gerakan *ice breaking* senam otak yang digunakan saat penelitian secara berurutan yaitu *neck roll* atau memutar kepala, *the owl* yaitu menarik bahu menggunakan satu tangan dan menengokkan kepala ke samping, *lazy 8* yaitu memutar tangan secara bergantian membentuk angka delapan secara horizontal, *the thinking cup* yaitu memijat kuping dari atas ke bawah, *cross crawl* yaitu menggerakkan tangan dan kaki secara diagonal, dan *energizer* yaitu menarik napas.
3. Terdapat pengaruh *ice breaking* senam otak terhadap konsentrasi belajar IPS peserta didik di SMP Aisyiyah Boarding School Bandung dengan hasil uji t yang diketahui dari nilai *sig(2-tailed)* 0,000 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata konsentrasi belajar IPS peserta didik setelah *pretest* dan *posttest* yang artinya terdapat pengaruh metode *ice breaking* senam otak.

5.2 Implikasi

Berdasarkan dari hasil penelitian dan beberapa simpulan di atas, terdapat implikasi dari hasil penelitian sebagai berikut:

1. Pelaksanaan pembelajaran IPS yang konvensional dapat menyebabkan pembelajaran kurang efektif dalam mengukur keberhasilan pembelajaran. Hal ini dikarenakan penyampaian materi yang monoton dan tingkat konsentrasi belajar peserta didik dapat menurun diakhir-akhir jam pembelajaran. Guru perlu memilih model dan metode pembelajaran yang efektif untuk mengiringi pemberian materi IPS dan suasana kondisi pikiran peserta didik.
2. Metode *ice breaking* senam otak dapat dijadikan sebagai metode yang mengasyikkan dipakai di dalam kelas. Peserta didik dapat mengikuti instruksi guru untuk melakukan gerakan-gerakan sederhana yang dapat membangkitkan kembali gairah belajar. Hal ini terbukti saat pelaksanaan *ice breaking* senam otak di SMP Aisyiyah Boarding School Bandung peserta didik terlihat sangat antusias untuk mengikuti arahan dari guru dalam melakukan *ice breaking* senam otak.
3. Dalam pembelajaran IPS menggunakan metode *ice breaking* senam otak dapat meningkatkan konsentrasi belajar. Maka dari itu, dalam pembelajaran guru harus memberikan metode pembelajaran yang mampu menarik perhatian peserta didik seperti menggunakan *ice breaking* senam otak yang mampu memberikan stimulus peserta didik dari pasif menjadi aktif.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh *ice breaking* senam otak terhadap konsentrasi belajar IPS peserta didik di SMP Aisyiyah Boarding School Bandung, dapat penulis sampaikan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Pihak Sekolah

Peneliti berharap pihak sekolah memanfaatkan penelitian ini, sebagai masukan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran IPS di sekolah, dan sebagai inovasi dalam pembelajaran. Sehingga sekolah dapat bersaing dengan sekolah lain dengan kualitas pembelajaran yang baik.

2. Bagi Guru

Guru diharapkan mampu menjadi fasilitator bagi peserta didik bukan aktor yang hanya memberikan ceramah yang cenderung membosankan dan asal hanya mentransfer ilmu saja.

Selain itu, guru sebaiknya menerapkan model, metode, dan media yang mampu membuat peserta didik aktif dan merespon ketika pembelajaran berlangsung.

3. Bagi Peserta Didik

Apabila ingin memiliki tingkat konsentrasi yang maksimal, peserta didik perlu meningkatkan motivasi belajar yang dapat diterima melalui rileksasi tubuh dan pikiran.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melakukan penelitian yang lebih luas mengenai metode *ice breaking* khususnya *ice breaking* senam otak, menyempurnakan dan memodifikasi penelitian ini sehingga menghasilkan karya ilmiah yang lebih baik dan mampu dipertanggung jawabkan.