

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pengamatan dan penemuan yang dilakukan peneliti yang berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data melalui prosedur statistika, peneliti dapat memberikan sebuah kesimpulan sebagai hasil dari proses penelitian ini, yang di antaranya adalah:

1. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok *block learning*, *random learning* dan dengan kelompok reguler terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Perbedaan ini disebabkan karena program yg terintegrasi dan terencana berupa metode program dan intensitas yang dilakukan akan memberikan manfaat terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga.
2. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok *block learning* dengan kelompok *random learning* terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Menurut data hasil penelitian, kelompok *block learning* lebih baik daripada kelompok *random learning* terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Hal ini disebabkan karena pemahaman dan penerapan yang dilakukan kepada siswa secara berulang- ulang, sehingga prinsip *self control* tertanam dengan baik dalam kehidupannya sehari – hari.
3. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok *block learning* dengan kelompok reguler terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Hal ini disebabkan karena perlakuan tidak terencana pada kelompok reguler, sehingga siswa kurang memahami konsep dan perilaku *self control*.
4. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok *random learning* dan dengan kelompok reguler terhadap pengembangan *self control* siswa melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Hal ini disebabkan karena pembelajaran yang terencana dan terprogram dengan baik

akan memberikan hasil yang lebih baik, sehingga *self control* bisa terinternalisasi didalam kehidupan sosial siswa.

5. 2 IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka implikasi yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Keberhasilan dalam menanamkan karakter dan perilaku tidak terlepas dari program yang terencana dan tersusun dengan baik. Dalam hal ini, salahsatunya adalah dengan menggabungkan konsep *intentionally structuring* dan konsep *integrating* untuk membuat program dan rencana pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga.
2. Perlakuan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga dilakukan secara *block learning* dan *random learning*, sehingga retensi dan intensitas membuat siswa lebih memahami perilaku *self control* dengan baik, dan tertanam dalam kehidupannya sehari- hari sepanjang hayat.

5. 3 REKOMENDASI

a. Bagi guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga agar lebih menggali dan mendalami lagi hal – hal dalam mengembangkan *self control* sebagai tanggung jawab moral dan sosial terhadap siswa. Maka salahsatu caranya adalah dengan menggunakan program pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga secara *block learning* dan *random learning*, dikarenakan sudah teruji secara empiris dapat mengembangkan *self control* pada para siswa.

b. Bagi pihak sekolah untuk mengembangkan nilai- nilai karakter dan perilaku pada siswa khususnya dalam *self control*, dapat menggunakan program pembelajaran yang telah peneliti buat. Dan tidak hanya berfokus pada program pembelajaran (rencana pembelajaran) aspek koqnitif saja, karena aspek afektif juga penting untuk diprogramkan dan di masukkan dalam rencana pembelajaran, agar perilaku bisa tertanam dengan baik.

c. Bagi siswa agar selalu mengaplikasikan perilaku dan karakter *self control* yang telah dikembangkan pada diri siswa. Perilaku *self control* diaktualisasikan pada diri sendiri, lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat umum.

a. Bagi peneliti lanjutan, penelitian ini sebagai awal dari penelitian selanjutnya mengenai meningkatkan *self control* siswa. Masih banyak factor dan yang mempengaruhi *self control* siswa. Penulis menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kata sempurna, untuk dapat diperbaiki oleh penulis yang akan datang. Penulis juga berharap penelitian ini sebaiknya lebih dikembangkan dan dikaji secara mendalam, agar menjadi ilmu pengetahuan yang kompleks. Salahsatunya adalah perbandingan efektifitas antara berbagai metode pembelajaran dalam meningkatkan *self control*.