

## **BAB V**

### **Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian terkait hubungan efikasi diri terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) siswa dapat disimpulkan bahwa efikasi diri siswa berada pada kategori sedang, artinya siswa dengan efikasi diri tingkatan sedang, umumnya memiliki tujuan belajar yang ingin dicapai, mengatur jadwal belajar dengan baik dan memiliki strategi belajar yang cukup baik. Dalam hal ini siswa yakin dalam menyelesaikan setiap tugas maupun ujian tes yang memiliki kesulitan.

Hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) siswa berada pada kategori sedang atau cukup memuaskan. Artinya siswa cukup paham dan menguasai materi PJOK yang telah diberikan pada saat pembelajaran selama kurun waktu 1 semester. Berdasarkan uji korelasi yang telah dilakukan peneliti disimpulkan bahwasanya efikasi diri berhubungan dengan hasil belajar secara positif dengan derajat kekuatan rendah. Artinya ketika siswa memiliki efikasi diri yang tinggi maka tinggi pula hasil belajar PJOK siswa. Selain itu dibuktikan dengan uji t yang mana  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  yang artinya terdapat pengaruh antar kedua variabel yang signifikan.

#### **5.2 Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan diatas, maka peneliti memberikan implikasi sebagai berikut :

1. Pendidik harus lebih fokus dan menerapkan strategi yang dapat membantu siswa mengembangkan rasa efikasi diri saat mereka belajar. Hal ini dapat dicapai dengan menggunakan strategi pengajaran seperti mengajukan pertanyaan dengan lantang selama kelas berlangsung, yang mendorong partisipasi dan memberikan kebebasan kepada siswa untuk menyuarakan pendapat mereka.
2. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian terkait bagaimana cara menumbuhkan efikasi diri seorang siswa sehingga dapat

memaksimalkan proses belajarnya dan dapat memperoleh hasil belajar yang lebih optimal.

### **5.3 Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian, hubungan efikasi diri terhadap hasil belajar PJOK pada sekolah dasar peneliti merekomendasikan sebagai berikut :

1. Bagi guru PJOK, peneliti berharap dapat menyajikan materi yang bervariasi serta menarik minat aktif siswa dalam pembelajaran Ketika berlangsung. Guru juga harus dapat mengidentifikasi ketika anak tidak mengerti guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) harus bersikap aktif untuk menuntut berpartisipasi di kelas.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian mengenai hubungan efikasi diri terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) diharapkan dapat memperluas variable penelitian lainnya. Adapun contohnya dengan minat belajar, motivasi belajar, maupun aspek psikologi lainnya.