

BAB V

KESIMPULAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang berjudul “Hubungan Kemampuan Gerak Dasar dengan Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Dasar” pada siswa kelas 5 di SD Negeri 111 Pindad diperoleh hasil dengan kesimpulan sebagai berikut:

1. Kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar berada pada kategori sedang dengan persentase 79,3% dengan nilai rata-rata 5 atau skor rata-rata 65.
2. Tingkat kepercayaan diri siswa sekolah dasar berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 85,71%.
3. Berdasarkan data yang didapat bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan gerak dasar dengan kepercayaan diri siswa sekolah dasar, dikarenakan kemampuan gerak disini yaitu terkait dengan kemampuan gerak dasar fundamental yang baru saja dikuasai oleh anak, sehingga kemampuan anak untuk melakukan gerak belum berpengaruh pada kepercayaan diri anak. Maka dari itu, hal ini harus menjadi perhatian bagi para tenaga pendidik khususnya guru Pendidikan Jasmani di sekolah. Selain itu, orang tua pun harus ikut andil dalam memberi perhatian dan mengawasi anak agar tidak membiasakan anak menghabiskan waktu bermain *smartphone* dan lebih mengarahkan mendukung anak pada aktivitas fisik melalui bermain atau mengikuti club olahraga yang diminati.

5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil dan kesimpulan di atas implikasi dari penelitian ini, sebagai berikut:

1. Dapat digunakan sebagai acuan untuk memperoleh kemampuan gerak yang optimal.
2. Memiliki kemampuan gerak yang baik, maka tingkat kepercayaan diri akan meningkat. Karena kemampuan gerak memiliki kontribusi yang signifikan pada kepercayaan diri.

5.3. Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan penelitian yang telah diuraikan, ada beberapa rekomendasi yang penulis dapat disampaikan sebagai berikut:

1. Bagi siswa: peneliti berharap untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar dengan meningkatkan rasa kepercayaan diri, karena keduanya memiliki peran dalam aktivitas sehari-hari.
2. Bagi sekolah: peneliti berharap untuk melakukan evaluasi, motivasi dan memfasilitasi dalam melakukan pembelajaran, dan diharapkan memanfaatkan penelitian ini sebagai referensi untuk mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar dan kepercayaan diri siswa, sehingga dapat dijadikan sebagai acuan proses pembelajaran.
3. Bagi peneliti: diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat memperluas variabel penelitian, sampel penelitian, dan dapat mengembangkan penelitian ini lebih dalam lagi.