

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Temuan penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran [roject based learning (PjBL) terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik siswa dalam mengajarkan pola gerak dasar pencak silat.

Berdasarkan hasil uji statistik, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang memanfaatkan model PjBL dan kelompok kontrol yang memanfaatkan metode pembelajaran konvensional. Tetapi siswa lebih termotivasi untuk belajar pencak silat karena model PjBL mendorong mereka untuk menjadi lebih kreatif, aktif, dan bekerja sama. Hasil uji N-Gain menunjukkan bahwa model PjBL sangat efektif jika dibandingkan dengan metode konvensional.

Penerapan paradigma pembelajaran project based learning (PjBL) dalam proses pembelajaran pola langkah dasar pencak silat di sekolah dasar terbukti mampu meningkatkan keterampilan sosial dan kerja sama siswa, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil penelitian dan analisis data.

Dalam hal peningkatan kemampuan gerak dasar pola langkah pencak silat, hasil uji statistik menunjukkan bahwa kelompok eksperimen menghasilkan hasil yang lebih unggul dibandingkan kelompok kontrol. Terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut.

Selain memberikan siswa pengalaman belajar yang lebih kontekstual dan bermakna, model PjBL juga mendorong siswa untuk lebih kreatif, aktif, dan kolaboratif.

#### **5.2 Saran**

Beberapa rekomendasi berikut dapat dibuat berdasarkan hasil dan konsekuensi penelitian. Sangat disarankan bagi guru pendidikan jasmani untuk menerapkan model PjBL secara lebih luas dalam pembelajaran pencak silat dan mata pelajaran olahraga lainnya. Untuk melakukan ini, guru harus membuat proyek yang relevan dan menarik bagi siswa, serta memberikan umpan balik

yang konstruktif untuk membantu meningkatkan kemampuan dasar gerak siswa. Untuk memverifikasi efektivitas model PjBL secara lebih luas, peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut pada gerakan dasar lain, seperti pencak silat, atau olahraga lainnya. Selain itu, disarankan untuk menggunakan metode penelitian yang berbeda, seperti penelitian longitudinal, untuk melacak dampak jangka panjang dari penerapan model PjBL.

Sementara itu, sekolah dan pembuat kebijakan harus mendukung penerapan model PjBL dalam kurikulum pendidikan jasmani dengan menyediakan fasilitas dan sumber daya yang memadai, seperti alat peraga, video tutorial, dan pelatihan guru. Tujuan dari penerapan model ini adalah untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa dan meningkatkan kreativitas mereka. Dengan dukungan yang memadai, diharapkan penerapan PjBL dalam kurikulum pendidikan jasmani akan berjalan dengan baik.