

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uji hipotesis diperoleh kesimpulan sebagai berikut: (1) Terdapat perbedaan kemampuan motorik kasar antara siswa sekolah dasar berbasis agama islam dan sekolah dasar negeri. Dari data keseluruhan, siswa sekolah dasar negeri menunjukkan rata-rata kemampuan motorik kasar yang lebih tinggi dibandingkan siswa dari sekolah dasar berbasis agama islam. (2) Terdapat perbedaan kebugaran jasmani antara siswa sekolah dasar berbasis agama islam dan sekolah dasar negeri. Rata-rata kebugaran jasmani siswa sekolah dasar negeri juga cenderung lebih baik. (3) Terdapat perbedaan kemampuan motorik kasar dan kebugaran jasmani antara siswa laki-laki dan siswa perempuan di sekolah dasar berbasis agama islam maupun di sekolah dasar negeri. Siswa laki-laki menunjukkan nilai rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan, terutama dalam aspek kekuatan otot dan kecepatan gerak.

5.2 Implikasi

Implikasi yang akan dibahas meliputi: (1) implikasi terhadap teori dan (2) implikasi terhadap penerapan praktis:

(1) Implikasi terhadap teori, secara teoritis hasil penelitian ini memperkuat dan memperluas pemahaman mengenai pengaruh faktor jenis kelamin dan lingkungan sekolah terhadap perkembangan motorik kasar dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. Penelitian ini mendukung pandangan bahwa anak laki-laki cenderung menunjukkan performa fisik yang lebih tinggi pada aspek kekuatan, kecepatan, dan kelincahan, sedangkan anak perempuan lebih unggul dalam aspek fleksibilitas dan keseimbangan. Selain itu, hasil penelitian ini menegaskan bahwa lingkungan sekolah, baik berbasis agama Islam maupun sekolah negeri, dapat membentuk karakteristik fisik dan perilaku aktivitas jasmani siswa secara berbeda. Dengan demikian, teori perkembangan motorik dan kebugaran jasmani pada anak usia sekolah dasar perlu mempertimbangkan dimensi institusional (jenis sekolah) dan perbedaan biologis (jenis kelamin) secara lebih terintegrasi.

Yunia Herawati, 2025

ANALISIS PERBANDINGAN MOTORIK KASAR DAN KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA SEKOLAH DASAR BERBASIS AGAMA ISLAM DAN SEKOLAH DASAR NEGERI BERDASARKAN JENIS KELAMIN
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Temuan ini juga membuka ruang pengembangan teori dalam pendidikan jasmani yang lebih kontekstual dan responsif terhadap keberagaman peserta didik, baik dari sisi latar belakang budaya, nilai-nilai religius, hingga pendekatan kurikulum yang diterapkan di masing-masing sekolah. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkaya literatur tentang pendidikan jasmani anak serta menjadi dasar bagi pengembangan teori pendidikan jasmani yang adaptif dan inklusif.

(2) Implikasi terhadap penerapan praktis, dari sisi praktis hasil penelitian ini memberikan beberapa rekomendasi penting yang dapat dijadikan pertimbangan dalam pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah dasar. Pertama, guru pendidikan jasmani perlu memperhatikan adanya perbedaan kemampuan fisik antara siswa laki-laki dan perempuan serta antara jenis sekolah dalam merancang program latihan. Program yang lebih fleksibel dan diferensiatif akan membantu siswa mengembangkan potensi fisiknya secara optimal. Kedua, sekolah berbasis agama Islam dapat memanfaatkan integrasi nilai-nilai religius dalam pendidikan jasmani sebagai sarana untuk menanamkan karakter positif melalui aktivitas fisik. Sementara itu, sekolah dasar negeri dapat memanfaatkan kebebasan kurikulum untuk mengeksplorasi metode pembelajaran jasmani yang lebih kreatif dan kolaboratif. Ketiga, orang tua siswa juga diharapkan lebih aktif dalam mendukung kegiatan fisik anak di luar sekolah, baik melalui permainan, olahraga keluarga, maupun kebiasaan hidup sehat. Keempat, bagi pengambil kebijakan, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar penyusunan kebijakan pendidikan jasmani yang lebih adil gender dan kontekstual. Pihak dinas pendidikan dapat menggunakan temuan ini untuk mengembangkan program peningkatan kebugaran jasmani anak di berbagai jenis sekolah, termasuk pemberian sarana olahraga yang memadai dan pelatihan guru PJOK sesuai kebutuhan sekolah masing-masing.

5.3 Saran/Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah penulis lakukan dan kemukakan, terdapat beberapa hal yang ingin penulis sampaikan sebagai masukan dan saran sebagai berikut:

1) Bagi sekolah dasar berbasis agama islam, disarankan untuk dapat meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK dengan memberikan waktu yang cukup, mengoptimalkan fasilitas olahraga, serta memasukkan unsur penguatan motorik dan kebugaran jasmani dalam kegiatan rutin seperti senam islami atau olahraga Bersama.

2) Bagi guru pendidikan jasmani, disarankan untuk menyusun strategi pembelajaran yang mempertimbangkan perbedaan karakteristik berdasarkan jenis kelamin, agar perkembangan motorik kasar dan kebugaran jasmani siswa dapat ditingkatkan secara merata.

3) Bagi siswa, disarankan untuk lebih aktif dalam mengikuti kegiatan fisik baik di sekolah maupun di luar sekolah. Keterlibatan dalam aktivitas seperti olahraga rutin, permainan aktif, dan kegiatan ekstrakurikuler yang melibatkan gerak tubuh dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kebugaran jasmani. Kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan fisik sejak usia dini perlu ditumbuhkan agar siswa tumbuh menjadi individu yang sehat, bugar, dan siap menerima pembelajaran dengan lebih optimal.

4) Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel lain seperti status gizi, aktivitas fisik di luar sekolah, atau menggunakan pendekatan longitudinal (jangka waktu lebih panjang), agar hasil yang diperoleh lebih komprehensif, serta disarankan penelitian khusus berupa program peningkatan kemampuan motorik kasar maupun kebugaran jasmani ke sekolah dasar berbasis agama islam.