BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan deskripsi, observasi dan pembahasan data penelitian pada pembelajaran senam aerobik dengan menggunakan model *project based learning* di kelas VIII-B SMP Negeri Satu Atap Jayakerta Kabupaten Karawang dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa setelah mengalami pembelajaran dengan menggunakan model *project based learning* meningkat. Tingkat ketercapaiannya tergolong pada kriteria sangat baik. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa penerapan model *project based learning* pada pembelajaran senam aerobik dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

B. Saran

Berdasarkan temuan-temuan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan beberapa saran di antaranya :

1. Guru pendidikan jasmani, khususnya guru pendidikan jasmani SMP Negeri Satu Atap Jayakerta bisa menerapkan model pembelajaran *project based learning* dalam proses belajar mengajar guna mengembangkan sikap percaya diri siswa dan memberikan kesempatan belajar bagi siswa untuk berkembang sesuai dengan kondisi dunia nyata.
2. Siswa diharapkan bisa mengembangkan dan menerapkan sikap percaya dirinya pada saat pembelajaran pendidikan jasmani ataupun pembelajaran yang lainnya.
3. Pihak sekolah diharapkan memberikan dukungan kepada guru pendidikan jasmani seperti lebih memperhatikan terkait fasilitas yang dibutuhkan oleh siswa. Sehingga dengan adanya fasilitas yang memadai, diharapkan bisa menunjang peningkatan kualitas pembelajaran siswa di sekolah.