

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil pengolahan dan analisis data diperoleh jawaban atas pertanyaan-pertanyaan penelitian yang diajukan. Jawaban atas pertanyaan penelitian merupakan kesimpulan. Adapun kesimpulan yang diperoleh adalah sebagai berikut :

1. Hasil belajar keterampilan gerak dasar beladiri karate (*kihon*) melalui teknik *learning centers* lebih baik dari teknik *intratask variation* secara keseluruhan,
2. Terdapat interaksi antara teknik pembelajaran dan *self determination* terhadap keterampilan gerak dasar beladiri karate (*kihon*),
3. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada keterampilan gerak dasar beladiri karate (*kihon*) kelompok yang diajar melalui teknik *learning centers* dan kelompok siswa yang diajar melalui teknik *intratask variation* pada siswa yang memiliki *self determination* tinggi,
4. Terdapat perbedaan yang signifikan pada keterampilan gerak dasar beladiri karate (*kihon*) kelompok yang diajar melalui teknik *learning centers* dan kelompok siswa yang diajar melalui teknik *intratask variation* pada siswa yang memiliki *self determination* rendah.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil data-data temuan yang diperoleh serta dalam rangka membantu peningkatan dan mengatasi hambatan-hambatan proses pembelajaran beladiri karate di SMK khususnya di SMK Peternakan Negeri Lembang Kab. Bandung Barat Berdasarkan penelitian yang penulis lakukan, maka penulis ingin mengemukakan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Untuk para guru pendidikan jasmani:
 - a. Agar lebih memperhatikan mengenai pendekatan pembelajaran yang digunakan pada saat proses belajar mengajar.

- b. Para guru penjas agar lebih kritis lagi terhadap permasalahan-permasalahan yang ditemui dalam proses pembelajaran.
 - c. Seorang guru penjas diharapkan untuk selalu menggali/mengkaji tentang keilmuannya, terutama mendalami pendekatan pembelajaran.
 - d. Bagi para guru yang telah menggunakan pendekatan pembelajaran ini agar tetap mempertahankan dan mensosialisasikannya untuk lebih meningkatkan kualitas pembelajaran ke arah yang lebih baik lagi.
 - e. Bagi guru, penting rasanya agar memperhatikan kondisi psikologis setiap siswa, karena hal tersebut sangat berpengaruh terhadap ketercapaian tujuan pembelajaran
2. Bagi siswa, disarankan agar lebih fokus dan bersemangat lagi dalam mengikuti pembelajaran penjas khususnya materi gerak dasar olahraga beladiri karate agar hasil yang didapat sesuai yang diharapkan sehingga dapat terjadinya feed back antara siswa dan guru.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat *self determination* siswa untuk dimasukkan sebagai pertimbangan dalam keberhasilan belajar siswa. Bagi peneliti selanjutnya juga lebih mengembangkan penelitian dengan cakupan yang lebih luas lagi dan lebih dapat ditinjau kembali sejauh mana siswa yang memiliki determinasi tinggi mampu mempertahankan keadaan psikologisnya dalam belajar gerak dan kesenangan terhadap aktifitas fisik. Sehubungan dengan hal tersebut, penelitian ini bisa dijadikan bahan rekomendasi untuk melaksanakan penelitian-penelitian lanjutan.