

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengolahan data analisis data yang dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa :

1. Terdapat korelasi/hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan tingkat partisipasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri, semakin tinggi pula tingkat partisipasi siswa.
2. Tidak terdapat perbedaan yang nyata (signifikan) antara tingkat kepercayaan diri siswa laki-laki dan perempuan terhadap tingkat partisipasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Tingkat kepercayaan diri dan partisipasi siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan siswa laki-laki walaupun perbedaannya tidak signifikan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian dan berkaitan dengan kegiatan pendidikan jasmani di sekolah penulis mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Pentingnya kegiatan ekstrakurikuler sebagai wadah pengembangan bakat dan siswa yang memiliki banyak manfaat diantaranya meningkatkan kepercayaan diri.
2. Siswa dapat memilih kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan minat, bakat, dan kebutuhan yang diperlukan dalam seluruh aspek kehidupan.
3. Kegiatan ekstrakurikuler pencinta alam memiliki berbagai aktivitas yang dapat meningkatkan kepercayaan diri bisa menjadi referensi untuk guru pendidikan jasmani dalam menganjurkan ekstrakurikuler yang akan diikuti siswa sebagai bagian dari mata pelajaran pendidikan jasmani yang tidak dapat dilaksanakan dengan maksimal dalam kegiatan intrakurikuler.

4. Kegiatan ekstrakurikuler pencinta alam dapat menepis anggapan bahwa laki-laki selalu lebih unggul dibandingkan dengan perempuan.

Kegiatan ekstrakurikuler pencinta alam yang tidak membeda-bedakan perlakuan antara laki-laki dan perempuan dapat menyeimbangkan tingkat kepercayaan diri dan partisipasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.