

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. *Self Regulated Learning* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap disiplin siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani
2. Tidak terdapat pengaruh disiplin siswa secara signifikan pada siswa yang tidak diberi *self regulated learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
3. *Self regulated learning* memberikan pengaruh yang lebih besar ketika dibandingkan dengan model pembelajaran konvensional terhadap disiplin siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani.

Dari hasil penelitian ini penerapan *self regulated learning* menunjukkan peningkatan yang lebih besar terhadap disiplin pada pembelajaran pendidikan jasmani.

B. Saran

Sehubungan dengan penelitian yang penulis lakukan, maka penulis akan mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. *Self regulated learning* dapat menjadi pilihan dan inovasi yang tepat untuk para pengajar di sekolah guna meningkatkan disiplin siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani terutama sekali pada aktivitas jasmani.
2. *Self regulated learning* dapat menjadi pilihan yang tepat untuk para pengajar di sekolah dalam menghadapi kelas besar pada pembelajaran pendidikan jasmani.

3. Melalui *Self regulated learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani, siswa akan lebih berinteraksi dalam bertukar pikiran untuk berusaha menguasai materi kata yang diberikan oleh pengajar.
4. Melalui *Self regulated learning* yang diterapkan dalam materi pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat sekolah, akan meningkatkan nilai-nilai kehidupan yang terkandung dalam pendidikan jasmani seperti kerjasama, menghargai kawan, bersedia berbagi tempat, dan menjaga keselamatan diri dan teman.
5. Melalui *Self Regulated Learning* siswa akan lebih terlibat dan bersemangat dalam berpartisipasi di kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani.
6. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut terkait model-model pembelajaran yang mendorong siswa untuk lebih meningkatkan hasil belajar dan mencapai kompetensi yang diharapkan. Penelitian dengan sampel yang lebih besar serta relevan dipadukan dengan kajian yang lebih mendalam akan memperkaya pengetahuan pada pembelajaran penjas menjadi lebih representatif.

Demikian kesimpulan dan saran yang dapat penulis paparkan, semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan kualitas pendidikan khususnya perkembangan pendidikan di Indonesia.