

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Secara umum penelitian ini sudah sesuai dengan tujuan yang diharapkan yaitu membandingkan tingkat konsentrasi dan hasil belajar siswa yang mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di pagi dengan siang hari. Masalah ini diteliti berdasarkan pertimbangan bahwa perbedaan waktu belajar mata pelajaran pendidikan jasmani sering dikesampingkan oleh berbagai pihak yang terkait, pertimbangan tersebut dilihat dari karakteristik mata pelajaran pendidikan jasmani yang berbeda dengan mata pelajaran lainnya. Perbedaan waktu belajar tersebut akan membuat salah satu kelompok belajar mengalami diskriminasi oleh waktu yang tidak sesuai. Hal akan membuat kelompok tersebut mendapatkan proses pembelajaran yang kurang baik bila tidak diantisipasi dengan baik oleh segala pihak terkait.

Berdasarkan permasalahan dan tujuan yang dipaparkan dalam penelitian ini, kemudian dikaitkan dengan hasil temuan penelitian dan pembahasannya, maka secara garis besar dapat dibuat beberapa simpulan sebagai berikut :

1. Terdapat perbedaan yang signifikan dari tingkat konsentrasi siswa dalam pembelajaran jasmani antara siswa yang mengikuti pembelajaran di pagi hari dan siang hari. Tingkat konsentrasi siswa yang belajar pendidikan jasmani di pagi hari hasilnya lebih baik dari pada siswa yang belajar pendidikan jasmani di siang hari.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil belajar siswa dalam pembelajaran jasmani antara siswa yang mengikuti pembelajaran di pagi hari dan siang hari. Hasil belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di pagi hari hasilnya lebih baik dari pada siswa yang belajar pendidikan jasmani di siang hari. Hasil belajar pendidikan jasmani ini dilihat dari tiga aspek nilai, yaitu: kognitif, afektif dan

psikomotor. Dari ketiga nilai aspek tersebut masing-masing (baik kognitif, afektif dan psikomotor) menunjukkan bahwa waktu belajar di pagi hari lebih baik dari siang hari.

B. Implikasi

Penelitian ini telah menunjukkan bahwa perbedaan waktu belajar dapat mempengaruhi signifikan terhadap konsentrasi dan hasil belajar siswa. Dengan demikian perbedaan waktu ini menjadi masalah yang harus segera diantisipasi oleh berbagai pihak terkait. Beberapa implikasi yang perlu mendapat perhatian dalam penelitian ini yaitu implikasi teoritis dan implikasi praktis.

1. Implikasi Teoritis

a. Implikasi yang berkenaan dengan konsentrasi dalam belajar

Penelitian ini telah membuktikan bahwa siswa yang belajar pendidikan jasmani di pagi hari mempunyai nilai konsentrasi yang lebih baik dari pada siang hari. Faktor yang berhubungan dengan perbedaan waktu belajar ini dilihat dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi konsentrasi berdasarkan perbedaan waktu belajar ialah kondisi fisik dan terganggunya panca indra. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi konsentrasi berdasarkan perbedaan waktu belajar ialah lingkungan, suhu, penerangan dan cuaca.

b. Implikasi yang berkenaan dengan hasil belajar siswa

Penelitian ini telah membuktikan bahwa siswa yang belajar pendidikan jasmani di pagi hari mempunyai hasil belajar yang lebih baik dari pada siang hari. Faktor yang berhubungan dengan perbedaan waktu belajar ini dilihat dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar ialah faktor jasmaniah. Hal ini terjadi ketika jasmani siswa mulai berubah fungsi berdasarkan runtunan jam biologis atau ritme sirkadiannya. Sehingga fungsi tubuh akan berubah yang dapat menurunkan

kemampuan siswa dalam usaha belajar. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi hasil belajar berdasarkan perbedaan waktu belajar ialah faktor sekolah. Faktor sekolah yang menempatkan waktu belajar pendidikan jasmani yang berbeda pada setiap kelompoknya berdampak juga pada hasil belajar yang diperoleh siswanya.

2. Implikasi Praktis

a. Implikasi terhadap pengembangan dan penyusunan kurikulum

Pengembangan dan penyusunan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah hendaknya mempertimbangkan karakteristik pendidikan jasmani itu sendiri. Materi, bahan ajar, sampai fasilitas yang dirumuskan dalam penyusunan kurikulum pendidikan jasmani harus mendukung keberlangsungan proses pembelajaran yang sesuai dengan jam biologis tubuh manusia. Dalam hal ini penyusun kurikulum juga harus melihat fakta-fakta mengenai hambatan pembelajaran di sekolah.

b. Implikasi terhadap cara pandang pihak sekolah terhadap pendidikan jasmani

Penelitian ini mengacu pada cara pandang pihak sekolah terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani yang harus berbeda. Pihak sekolah tidak boleh menganggap remeh mata pelajaran pendidikan jasmani. Harus ada perlakuan khusus terhadap penempatan waktu belajar pendidikan jasmani di sekolah guna mendapatkan hasil belajar siswa yang optimal. Pembelajaran pendidikan jasmani seharusnya diberikan kepada siswa pada waktu belajar di pagi hari. Siswa yang belajar pendidikan jasmani di siang hari akan mendapatkan hasil yang berbeda karena beberapa faktor internal maupun eksternal yang mempengaruhi siswa dalam proses pembelajaran. Apabila penempatan waktu belajar pendidikan jasmani disamaratakan dengan mata pelajaran lainnya, minimal

harus ada tempat khusus yang dapat memperkecil pengaruh perbedaan waktu tersebut, seperti gor atau lapangan *indoor*.

C. Rekomendasi

Dari gambaran hasil penelitian yang telah dilakukan berkenaan dengan hasil penelitian yang telah diperoleh dari analisis data dan berdasarkan kesimpulan yang telah diungkapkan di atas oleh penulis, maka penulis memberikan rekomendasi dari penelitian ini. Adapun rekomendasi tersebut adalah :

1. Sekolah harus lebih memperhatikan waktu pembelajaran pendidikan jasmani, waktu pembelajaran pendidikan jasmani sebaiknya harus di tempatkan di jam pelajaran pagi hari yaitu pada jam pelajaran ke 1 – 5 (mulai dari jam 07.00 sampai maksimal jam 11.00), sehingga dapat memberikan manfaat yang lebih baik, terutama pada konsentrasi belajar dan hasil belajar pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran di sekolah bagi siswa.
2. Guru harus bisa lebih kreatif dalam pembelajaran guna menghadapi perbedaan waktu belajar di sekolahnya. Supaya beberapa faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi dan hasil belajar siswa ini bisa ditekan seminimal mungkin. Hal dapat diatasi jika pendidik sadar dan segera mengubah pembelajarannya menjadi menyenangkan dengan cara memberi selingan aktivitas yang menyenangkan. Tindakan ini akan berpengaruh meningkatkan kembali perhatian dan konsentrasi anak didik yang relatif besar.
3. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, penulis sarankan supaya diadakan penelitian lebih lanjut dengan sarana dan prasarana yang lebih lengkap dan jumlah sampel dari beberapa sekolah, serta kajian yang lebih mendalam mengenai perbedaan waktu belajar ini.