

## BAB V

### KESIMPULAN, SARAN, DAN IMPLIKASI

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini mengungkapkan beberapa kesimpulan Siswa yang memiliki kontrol diri yang baik dalam hal permainan bola voli pada umumnya memiliki psikologis yang baik, misalnya memiliki keinginan untuk terus berlatih, menjaga kebugaran tubuhnya, tidak mudah terpengaruh oleh berbagai faktor yang dapat menurunkan semangat belajar dan menghindari segala aktivitas atau kegiatan yang dapat merugikan dirinya sendiri. Oleh karena itu siswa yang memiliki kontrol diri, biasanya selalu memiliki persiapan diri yang baik sehingga ketika melakukan aktivitas olahraga salah satunya dalam hal ini adalah melakukan permainan bola voli, akan menunjukkan kemampuan yang baik, dapat menahan emosi, selalu fokus dengan apa yang dilakukan dan pada akhirnya memberikan hasil belajar yang baik pula.

Berpikir kritis melibatkan beberapa keterampilan, termasuk kemampuan untuk mendengarkan dan membuat strategi dengan hati-hati, mengevaluasi argumen, mencari dan menemukan asumsi tersembunyi, dan menelusuri konsekuensi dari setiap pilihan sehingga menjadi elemen yang berpengaruh untuk motivasi dan prestasi siswa. Sebuah pendidikan memiliki tujuan akhir salah satunya adalah mengembangkan dan menumbuhkan kemampuan berpikir kritis di antara siswa.

Sebelumnya, terungkap bahwa siswa yang memiliki motivasi tinggi untuk belajar selalu ingin bekerja keras untuk berhasil tanpa mengharapkan imbalan atau pujian. Siswa memiliki kecenderungan kuat melakukan sesuatu untuk kepuasan diri dari kesuksesan itu. Faktor utama yang mempengaruhi motivasi adalah rangsangan ekstrinsik untuk belajar. Melaporkan dalam penelitiannya bahwa motivasi internal yang berasal dari dirinya sendiri memberikan pengaruh yang rendah terhadap atlet bola voli. Motivasi diri tersebut dapat dipertahankan apabila terdapat rangsangan atau motivasi dari luar.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada Bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan yaitu sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kontrol diri dengan hasil belajar keterampilan teknik permainan bola voli siswa di SDN 7 Lembang Bandung Barat.
2. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara berpikir kritis dengan hasil belajar keterampilan teknik permainan bola voli siswa di SDN 7 Lembang Bandung Barat.
3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara motivasi diri dengan hasil belajar keterampilan teknik permainan bola voli siswa di SDN 7 Lembang Bandung Barat.
4. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kontrol diri, berpikir kritis dan motivasi secara bersama-sama dengan hasil belajar keterampilan teknik permainan bola voli siswa di SDN 7 Lembang Bandung Barat.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan, peneliti akan mengajukan saran-saran dengan harapan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan. Ada pun saran-saran yang akan peneliti kemukakan adalah

1. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan untuk sekolah yang nantinya fungsi bimbingan konseling dapat berperan penting didalam membantu siswa untuk dapat mengurangi perilaku siswa yang mengalami kesulitan dalam kontrol diri.
2. Bagi pendidik diharapkan memahami pentingnya kemampuan berfikir kritis dalam memecahkan masalah dalam permainan bola voli serta faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi prestasi belajar dalam bola voli sehingga dapat menjadi panduan untuk menggunakan metode, model yang sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh siswa yang diajar.
3. Hendaknya sekolah memberikan dukungan terhadap pelaksanaan proses pembelajaran di sekolah agar dapat berjalan dengan lancar melalui pengembangan metode pembelajaran yang sesuai dengan kemampuan dan dan peningkatan motivasi belajar siswa. Selain itu bagi pendidik juga

diharapkan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dengan memperhatikan cara mengajar di dalam kelas.

4. Penelitian selanjutnya diharapkan untuk menambahkan variabel lainnya yang diduga dapat memberikan pengaruh terhadap Hasil Belajar Cabang Bola Voli, hal ini perlu dilakukan sehingga dapat memberikan manfaat baik bagi perusahaan atau penelitian.
5. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat menambah subjek penelitian, sehingga dapat memberikan hasil yang lebih baik dan dapat mewakili seluruh populasi pada perusahaan yang bersangkutan.

### **C. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian ini kecerdasan emosional yang terdiri dari kontrol diri, berpikir kritis dan motivasi diri memiliki hubungan yang signifikan terhadap hasil belajar siswa dalam permainan bola voli. Akan tetapi hanya kontrol diri yang terbukti memiliki hubungan yang cukup baik, sedangkan dua variabel lain yaitu berpikir kritis dan motivasi hanya memiliki hubungan yang rendah. Ketiga variabel tersebut juga secara bersama-sama hanya memberikan kontribusi atau pengaruh sebesar 16%, yang berarti sisanya sebesar 84% dipengaruhi oleh faktor lain. Hal tersebut memberikan peluang untuk penelitian lanjutan tentang faktor lain yang diduga memberikan kontribusi lebih besar terhadap hasil belajar permainan bola voli, selain faktor kontrol diri, berpikir kritis dan motivasi berprestasi.

Tatanan semacam ini akan sukses mencapai tujuan, peningkatan kualitas hidup dalam kerangka proses pengembangan anak. Namun harus pula dilandaskan pada penataan dan pembinaan yang berorientasi pada gaya hidup aktif dan sehat pada jenjang pendidikan di sekolah dasar. Meskipun demikian belum ada jaminan bahwa siswa yang aktif beraktivitas di sekolah akan mudah menerima materi yang akan di berikan oleh guru.

