

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data, dapat diperoleh simpulan yaitu terdapat pengaruh positif penerapan model latihan berbasis *performanc* terhadap keterampilan senam lantai sikap lilin peserta didik.

5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengemukakan beberapa implikasi. Aspek kebaruan dari penelitian yang telah dilaksanakan yaitu:

1. Penerapan model latihan berbasis *performanc* merupakan salah satu model pembelajaran yang tepat untuk diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan, terutama dalam olahraga senam.
2. Model latihan berbasis *performanc* dirancang agar siswa mempunyai minat dan kegembiraan dalam proses pembelajaran. Apabila siswa sudah mempunyai minat dan kegembiraan maka siswa akan antusias dan menyadari tanggung jawabnya sebagai siswa untuk belajar dari awal sampai akhir proses pembelajaran dengan baik.

5.3. Rekomendasi

Berdasarkan simpulan hasil penelitian, peneliti menyarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah agar menyarankan dan memotivasi guru untuk menggunakan model pembelajaran yang dapat mendorong peserta didik aktif dalam proses belajar mengajar, salah satunya dengan menggunakan model latihan berbasis *performance*.
2. Guru dapat menjadikan model latihan berbasis *performance* ini sebagai salah satu alternatif dalam menyampaikan materi pelajaran, demi tercapainya tujuan pengajaran PJOK terutama pada kemampuan peserta didik dalam berpikir kritis.
3. Bagi peserta didik penerapan model latihan berbasis *performance* diharapkan mampu membangun sendiri pengetahuan yang sudah ia miliki dalam benaknya.
4. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti model latihan berbasis *performance* disarankan untuk mengembangkan penelitiannya pada kemampuan yang berbeda.