

## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Secara umum penelitian ini telah mencapai tujuannya yaitu telah dapat memberikan gambaran perbedaan hasil dari pengaruh gaya mengajar dan umpan balik terhadap tingkat kebugaran jasmani dan sikap disiplin siswa. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan serta temuan empiris secara spesifik maka kesimpulannya sebagai berikut :

Hasil analisis data menunjukkan bahwa :

1. Gaya resiprokal memberi pengaruh yang lebih baik daripada gaya komando, baik terhadap tingkat kebugaran jasmani maupun sikap disiplin siswa SD.
2. Umpan balik tertunda memberi pengaruh yang lebih baik daripada umpan balik langsung, baik terhadap tingkat kebugaran jasmani maupun terhadap sikap disiplin siswa SD.
3. Terdapat interaksi antara gaya mengajar dengan umpan balik yang memberi pengaruh secara signifikan, baik terhadap tingkat kebugaran jasmani maupun sikap disiplin siswa SD.
4. Perpaduan gaya resiprokal dengan umpan balik langsung merupakan perpaduan paling baik, untuk tingkat kebugaran jasmani dan sikap disiplin siswa SD.

## B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, Gaya Resiprokal memberikan pengaruh yang lebih baik, baik terhadap tingkat kebugaran jasmani maupun terhadap sikap disiplin dibandingkan dengan Gaya Komando. Hal ini membuktikan bahwa gaya resiprokal lebih tepat daripada gaya komando untuk menyampaikan materi pelajaran di tingkat sekolah dasar. Selanjutnya umpan balik tertunda memberikan pengaruh yang lebih baik daripada umpan balik langsung terhadap hasil belajar, namun bila dipadukan dengan gaya resiprokal maka hasilnya terlihat kurang signifikan. Hal ini membuktikan bahwa memadukan gaya mengajar dengan umpan balik pun harus cermat.

Implikasi dari gaya resiprokal adalah lebih efektif dalam menyampaikan materi, memberikan umpanbalik, serta siswa lebih banyak bergerak

## C. Saran

1. Dari hasil penelitian terbukti bahwa perpaduan gaya resiprokal dengan umpan balik langsung lebih baik dari perpaduan lainnya, maka disarankan kepada guru-guru penjas untuk mencoba menggunakannya.
2. Penelitian ini hanya menyangkut tingkat kebugaran jasmani dan sikap disiplin saja. Maka disarankan agar dilaksanakan suatu penelitian yang menyangkut aspek lain seperti sikap bertanggung jawab, keterampilan, dan sebagainya.
3. Kepada para peneliti disarankan agar mengadakan penelitian yang sama, namun terhadap sampel yang lebih besar untuk menguji ulang hipotesis yang tidak terbukti.