

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian pada minat siswa mengikuti pembelajaran penjas pada masa pembelajaran daring Di SMAN 1 Cipeundeuy menunjukkan bahwa penilaian responden terhadap indikator mendengarkan penjelasan guru dan mencatat materi menunjukkan hasil 43,3% menyatakan setuju dan 56,7% menyatakan sangat setuju. Berdasarkan penilaian tersebut menunjukkan bahwa jawaban terbesar dari responden menjawab sebesar 100% menyatakan setuju (Jawaban setuju + jawaban sangat setuju) terhadap pernyataan bahwa minat siswa mengikuti pembelajaran penjas pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy siswa tetap mendengarkan penjelasan guru dan mencatat materi, indikator ini menunjukkan nilai terbesar dibandingkan dengan indikator lainnya. Dan indikator aktif dalam diskusi, aktif bertanya, dan aktif menjawab pertanyaan dari guru menunjukkan hasil 24,4% menyatakan tidak setuju, 45,6% menyatakan setuju dan 30,0% menyatakan sangat setuju. Berdasarkan penilaian tersebut menunjukkan bahwa jawaban terbesar dari responden menjawab sebesar 75,6% menyatakan setuju (Jawaban setuju + jawaban sangat setuju) terhadap pernyataan bahwa minat siswa mengikuti pembelajaran penjas pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy siswa aktif dalam diskusi, aktif bertanya, dan aktif menjawab pertanyaan dari guru, indikator ini menunjukkan nilai terendah dibandingkan dengan indikator lainnya
2. Penilaian terhadap kebugaran jasmani (variabel Y) siswa pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy. Hasil tes kebugaran jasmani dengan tes A.C.S.P.F.T diketahui bahwa :
 - a. Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa penilaian responden terhadap penilaian olahraga lari 50 meter menunjukkan hasil 6,7%

memiliki kategori sedang, 62,2% memiliki kategori baik, dan 31,1% memiliki kategori baik sekali. Berdasarkan penilaian tersebut menunjukkan bahwa jawaban terbesar dari responden 62,2% memiliki kategori baik tingkat kebugaran jasmani siswa selama pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy

- b. Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa penilaian responden terhadap penilaian olahraga gantung angkat tubuh menunjukkan hasil 1,1% memiliki kategori kurang, 4,4% memiliki kategori sedang, dan 83,3% memiliki kategori baik, dan 11,1% memiliki kategori baik sekali Berdasarkan penilaian tersebut menunjukkan bahwa jawaban terbesar dari responden 83,3% memiliki kategori baik tingkat kebugaran jasmani siswa selama pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy
- c. Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa penilaian responden terhadap penilaian olahraga baring duduk 60 Detik menunjukkan hasil 1,1% memiliki kategori kurang, 12,2% memiliki kategori sedang, 50,0% memiliki kategori baik, dan 50,0% memiliki kategori baik Berdasarkan penilaian tersebut menunjukkan bahwa jawaban terbesar dari responden 62,2% memiliki kategori baik tingkat kebugaran jasmani siswa selama pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy
- d. Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa penilaian responden terhadap penilaian olahraga loncat tegak menunjukkan hasil 3,3% memiliki kategori sedang, 52,2% memiliki kategori baik, dan 44,4% memiliki kategori baik sekali. Berdasarkan penilaian tersebut menunjukkan bahwa jawaban terbesar dari responden 52,2% memiliki kategori baik tingkat kebugaran jasmani siswa selama pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy
- e. Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa penilaian responden terhadap penilaian olahraga lari 1200 meter menunjukkan hasil 1,1% memiliki kategori kurang, 13,3% memiliki kategori sedang, 60,0%

memiliki kategori baik, dan 25,6% memiliki kategori baik sekali. Berdasarkan penilaian tersebut menunjukkan bahwa jawaban terbesar dari responden 60,0% memiliki kategori baik tingkat kebugaran jasmani siswa selama pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy

3. Besarnya nilai Hubungan Minat Siswa (X) terhadap Kebugaran Jasmani (Y) dapat dilihat dari nilai analisis korelasi dengan menggunakan bantuan *program IBM SPSS Statistics Version 24.0*, Berdasarkan data diatas hasil olahan statistik sebagai berikut. Hubungan Minat Siswa (X) Terhadap Kebugaran Jasmani (Y) sebesar 0.873 dengan nilai signifikasi $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat korelasi yang signifikan. nilai koefisien determinasi hasil perhitungan didapatkan nilai *R Square* minat siswa sebesar 76,2% sisanya 23,8 % diHubungani oleh variable lain selain minat siswa dan kebugaran jasmani yang tidak diteliti oleh peneliti. Dari persamaan regresi tersebut menunjukkan bahwa nilai Signifikansi (Sig, 0.001), artinya antara variabel minat siswa dengan kebugaran jasmani adalah Signifikan atau memiliki Hubungan, hal itu terlihat dari nilai signifikansi yang kurang dari 0,05. Berdasarkan Tabel 4.33 diketahui nilai Konstantanya adalah 4.154 dan nilai kebugaran jasmani adalah 0,247. Dari keterangan tersebut kita dapat memperoleh persamaan regresi sebagai berikut : $Y = 4.154 + 0,247 X$ Artinya, Nilai Konstanta sebesar 4.154 poin menyatakan bahwa jika tidak ada perubahan pada 0,247, maka Nilai kebugaran jasmani sebesar 4.154 poin. Sedangkan Nilai Koefisien regresi X sebesar 0,247 poin, menyatakan bahwa setiap Peningkatan minat siswa maka kebugaran jasmani akan bertambah sebesar 0,247 poin. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat Hubungan Minat Siswa terhadap Kebugaran Jasmani. Pada tabel ANOVA, terlihat nilai F hitung adalah 281.262 jika dilihat pada nilai Sig. $0,000 < 0,05$ maka keputusannya adalah bahwa terdapat Hubungan Minat Siswa terhadap Kebugaran Jasmani siswa pada masa pembelajaran daring di SMAN 1 Cipeundeuy

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Diketahui minat siswa mengikuti pembelajaran penjas pada masa pembelajaran daring dapat digunakan untuk mengetahui minat siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas di sekolah lain
2. Diketahui tingkat kebugaran jasmani siswa selama pada masa pembelajaran daring ini hasilnya dapat digunakan di sekolah lain
3. Guru dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian di atas terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan, antara lain:

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi tambahan mengenai penelitian minat siswa mengikuti pembelajaran penjas terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa pada masa pembelajaran daring.

2. Bagi Guru

Diharapkan guru dapat lebih kreatif dan inovatif dalam memberikan pembelajaran penjas secara daring dan lebih menguasai penggunaan teknologi pembelajaran daring

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya serta dapat dikembangkan agar menjadi penelitian yang lebih baik lagi.