

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Berdasarkan paparan dan analisis data yang dilakukan dapat dirumuskan kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Pertama, secara keseluruhan terdapat pengaruh *self-esteem* siswa diantara siswa yang diajari dengan pendekatan pembelajaran kooperatif dengan siswa yang diajari pendekatan pembelajaran kompetitif. Dengan perkataan lain, para siswa perlu diajari dengan pembelajaran kooperatif dibandingkan pembelajaran kompetitif dengan memperhatikan tingkat kemampuan motorik siswa. *Kedua*, terdapat pengaruh yang signifikan *self-esteem* siswa diantara siswa yang diajari melalui pendekatan pembelajaran kooperatif dengan siswa yang diajari pendekatan pembelajaran kompetitif pada kelompok siswa kemampuan motorik tinggi. Ini berarti pada kelompok siswa motorik tinggi perlu diajari dengan pendekatan pembelajaran kooperatif dibandingkan dengan pembelajaran kompetitif dalam upaya mengembangkan self esteem siswa. *Ketiga*, terdapat pengaruh yang signifikan *self-esteem* siswa diantara siswa yang diajari pendekatan pembelajaran kooperatif dengan siswa yang diajari pendekatan pembelajaran kompetitif pada kelompok siswa kemampuan motorik rendah. Ini berarti pada kelompok siswa motorik rendah perlu diajari dengan pendekatan pembelajaran kompetitif dibandingkan dengan pembelajaran kooperatif dalam

upaya mengembangkan *self-esteem* siswa. **Keempat**, terdapat interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran kooperatif dan kompetitif dengan kemampuan motorik tinggi dan rendah dalam hal pengembangan *self-esteem* siswa. Dalam pengertian ini, pembelajaran dalam pendidikan jasmani perlu memperhatikan pendekatan pembelajaran yang digunakan dan tingkat kemampuan motorik siswa. Pemahaman ini sejalan dengan prinsip *Developmentally Appropriate Practice* (DAP) dengan orientasi pengalaman berhasil, pengembangan kompetensi, pengenalan diri, dan kepercayaan diri melalui aktivitas jasmani berbasis pendidikan berhasil.

B. Implikasi

Pendekatan pembelajaran kooperatif dalam pendidikan jasmani dapat mengembangkan *self-esteem* siswa. Pembelajaran dalam pendidikan jasmani perlu menggugah emosi siswa disertai pertimbangan kemampuan gerak, tugas gerak, dan lingkungan belajar gerak. Pembelajaran pendidikan jasmani perlu menumbuhkan entusiasme, kemampuan gerak, dan pengenalan diri secara positif, sehingga menggugah *self-esteem*.

Pembahasan hasil penelitian dan diskusi penemuan juga menunjukkan bahwa terdapat peluang cukup terbuka bagi pendidikan jasmani untuk mengembangkan *self-esteem* melalui aktivitas jasmani, terutama dalam kaitan ini pengembangan fungsi emosi siswa. Pengajaran pendidikan jasmani memiliki sebuah potensi untuk dimanfaatkan mengembangkan fungsi dan penampilan *self-esteem*, manakala setiap rancangan tugas belajar gerak dikemas, dikelola, dan

diorganisir sehingga betul-betul mengorientasikan pada pengalaman berhasil, maka akan menggugah *self-esteem* siswa. Pengajaran pendidikan jasmani perlu dibarengi dengan diskusi psikologis, dalam upaya mengembangkan *self-esteem* para siswa. Diskusi psikologis dalam pendidikan jasmani perlu ditelusuri, agar menjadi prioritas utama dalam upaya mempersiapkan tenaga sumber daya manusia yang berkualitas. Terlebih lagi bila dihubungkan dengan berbagai tantangan, hambatan, dan ancaman yang menggerogoti kehidupan siswa. Pendidikan *self-esteem* melalui aktivitas jasmani berbasis pendidikan berhasil menuntut kesiapan siswa, kematangan dan kecermatan guru pendidikan jasmani dalam merancang, mengelola, dan mengorganisasikan pengalaman belajar gerak siswa. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dapat diarahkan untuk mengembangkan *self-esteem* siswa manakala siswa dengan mudah melakukan tugas gerak yang dibebankan dan mengenali potensi diri siswa.

Tantangan modernisasi, globalisasi, dan tingginya arus informasi dan teknologi mengilhami bahwa pendidikan jasmani perlu mengarahkan diri pada upaya pengembangan *self-esteem*. Selain karena tuntutan ketatnya kehidupan menuntut siswa mampu mengenali kelebihan-kelebihan diri dan mengatasi segala kekurangan-diri.

Orientasi pengembangan pada aspek fisik, seperti kebugaran jasmani dan kesehatan, seyogyanya bergeser pada logika pengembangan aspek emosional—*self-esteem*. Pengembangan ini hanya dapat dicapai ketika guru pendidikan jasmani sangat intens pada pengembangan *self-esteem* dalam pelaksanaan pengajarannya, dengan mengajak siswa untuk senantiasa melibatkan kemampuan

emosional dalam setiap perencanaan dan pelaksanaan tugas gerak yang harus ditampilkan siswa.

Pendidikan emosional dalam hal ini—*self-esteem*—melalui pendidikan jasmani berbasis pendidikan berhasil merupakan bentuk kegiatan *neurobics* atau *emosional calistenics*, yaitu suatu bentuk latihan kematangan emosional melalui aktivitas jasmani yang dirancang sedemikian rupa sehingga menggugah relung-relung emosional siswa ke arah bentuk pengembangan fungsi dan penampilan diri secara lebih baik.

Guru pendidikan jasmani harus pandai dan terampil dalam merancang, mengorganisasikan, mengaktualisasikan, dan sekaligus mengevaluasi proses ajar aktivitas jasmani secara bermakna, tidak perlu menekankan pada penguatan dan pemerolehan keterampilan teknik dasar kecabangan olahraga. Tetapi lebih menekankan pada penanaman pola kebiasaan dan kebutuhan gerak serta pemanfaatan aktivitas jasmani untuk pengembangan *self-esteem* siswa sebagai landasan untuk mencapai kualitas hidup sejahtera melalui proses belajar aktivitas jasmani. Siswa menjadi biasa dan memang dibiasakan bergerak hidup aktif sepanjang hayat. Pelaksanaan pendidikan jasmani di setiap jenjang pendidikan perlu diarahkan pada orientasi pencapaian kualitas emosional—*self-esteem* melalui jalur kegiatan aktivitas jasmani. Karena itu, pemahaman penting kebutuhan gerak atau aktivitas jasmani menjadi landasan utama, sehingga manakala siswa telah selesai menuntaskan studi pada jenjang pendidikannya akan senantiasa memelihara kebiasaan kebutuhan gerak itu di saat waktu luangnya dan kenyataan hidup dalam kesehariannya.

Pemeliharaan materi ajar perlu diseleksi secara lebih cermat dan menerapkannya secara lebih bermakna bagi siswa. Pemilihan materi seyogyanya lebih menekankan pada jenis olahraga permainan yang mengundang keterlibatan emosional dalam mewujudkan gerakannya. Seperti ekspresi gerak kesiapan, kematangan gerak, sikap dan perilaku. Sebagai contoh lain adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu yang berlawanan baik dibatasi oleh net maupun tidak dibatasi net, dalam jalinan kooperatif atau kompetitif perlu merangsang sisi emosional siswa. Selain itu, bentuk-bentuk latihan aktivitas jasmani diberagamkan dalam satu hierarki yang berada dalam prinsip kebutuhan dan kesesuaian dengan tingkat kemampuan dan kebolehan gerak siswa (ingat prinsip: *Developmentally Appropriate Practice*). Kemudian, guru juga perlu mengembangkannya secara kontekstual dan bermakna bagi kenyataan hidup siswa.

Pengajaran pendidikan jasmani dapat menjadi fasilitator bagi pengembangan *self-esteem* siswa. Namun perlu diperhatikan, memfasilitasi atau tidak memfasilitasi pada pengembangan *self-esteem* sangat bergantung pada kemampuan motorik siswa dan kepandaian guru memilih pendekatan pembelajaran. Guru pendidikan jasmani seyogyanya mampu menumbuhkan *self-esteem* para siswanya.

Bagi penyiapan calon tenaga guru pendidikan jasmani yang dikelola oleh FPOK/FIK perlu mempersiapkan guru pendidikan jasmani yang memahami manfaat aktivitas jasmani bagi perkembangan *self-esteem* siswa. Calon tenaga guru pendidikan jasmani perlu disiapkan dalam hal metodik dan didaktik

pengajaran pendidikan jasmani untuk pengembangan emosional—*self-esteem*. Hal ini perlu dilakukan untuk mempersiapkan siswa menghadapi tantangan jaman, yang semakin bergeser pada pemahaman dan pentingnya pengetahuan dan teknologi bagi kehidupan manusia secara instan.

C. Rekomendasi

Untuk memberi peluang agar siswa memiliki kesempatan mengembangkan *self-esteem*, beberapa hal perlu diperhatikan, yaitu sebagai berikut:

Peningkatan pemahaman tentang konsep filosofi pendidikan jasmani bagi para guru pendidikan jasmani di sekolah-sekolah, terutama menyangkut pengembangan sasaran dan tujuan serta pelaksanaan, pendidikan jasmani perlu diarahkan pada pengembangan fungsi dan penampilan emosional—*self-esteem*—siswa melalui pengalaman berhasil siswa. Guru pendidikan jasmani diharapkan dapat mengenal lebih jauh tentang konsep *self esteem* pada proses belajar mengajar di sekolah, disamping tujuan utama pendidikan jasmani.

Bagi lembaga pendidikan tenaga kependidikan di bidang pendidikan jasmani dan olahraga (FPOK, FIK, dan JPOK) perlu mempersiapkan tenaga guru pendidikan jasmani yang terampil dan cakap dalam model pengembangan *self-esteem*. Lembaga pendidikan yang berkaitan dapat mengarahkan para calon guru untuk lebih memahami model pengembangan *self esteem* dengan cara memberikan pengarahan dalam perkuliahan dan memasukan model pengembangan ini dalam mata perkuliahan.

Bagi para lembaga pendidikan terkait sekolah, Dinas Pendidikan Nasional, para penentu kebijakan, pengembang kurikulum, dan para penulis buku perlu memberikan dorongan agar pendidikan *self-esteem* melalui aktivitas jasmani berbasis pendidikan berhasil dapat diterapkan dalam pengajaran pendidikan jasmani. Selain itu juga pengajaran pendidikan jasmani perlu mengarahkan diri pada pengembangan kemampuan emosional siswa. Pihak-pihak terkait diatas dapat menindak-lanjuti hasil penelitian ini menjadi berbagai produk yang dapat langsung menyentuh siswa dan praktik pendidikan jasmani disekolah, contohnya dengan buku-buku yang mengulas tentang model pengembangan *self-esteem* atau media praktikum lainnya.

Diperlukan suatu jejaring kerjasama yang terpadu antara lembaga pendidikan tenaga kependidikan jasmani dengan lembaga persekolahan dimana guru pendidikan jasmani menjalankan tugasnya untuk bisa menerapkan prinsip pendekatan pembelajaran kooperatif melalui pendidikan jasmani melalui aktivitas jasmani berbasis pendidikan berhasil. Hal ini dapat dilaksanakan dengan awal sebuah seminar tentang model pengembangan *self esteem*.

Pelaksanaan pendidikan jasmani di masa depan perlu diarahkan pada orientasi pencapaian pengembangan *self-esteem* siswa melalui pendidikan berbasis pengalaman berhasil, seperti pengenalan kemampuan akademis, kemampuan berolahraga dan kemampuan fisik siswa. Hal ini diperlukan untuk dapat mengangkat harkat dan eksistensi pendidikan jasmani, dan pada saat yang bersamaan melatih sumber daya manusia yang berkualitas, yang mempunyai daya saing tinggi di tingkat nasional maupun internasional