

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh model belajar menendang bervariasi terhadap peningkatan kemampuan shooting dalam permainan sepakbola pada siswa kelas V SDN 08 Palembang, dapat disimpulkan bahwa Model pembelajaran menendang bervariasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan shooting siswa. Hal ini dibuktikan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test yang menunjukkan peningkatan kemampuan teknik shooting secara keseluruhan. Penerapan variasi dalam latihan menendang mampu meningkatkan minat, motivasi, serta keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran sepakbola. Siswa menjadi lebih aktif, antusias, dan lebih cepat memahami teknik dasar menendang bola ke arah gawang dengan akurasi yang lebih baik. Model belajar yang bervariasi efektif untuk mengembangkan keterampilan motorik siswa, khususnya dalam hal koordinasi, kekuatan, dan kontrol saat melakukan shooting, sehingga sangat direkomendasikan untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK di tingkat sekolah dasar. Berdasarkan table diatas, diketahui nilai t_{hitung} 36,548 , 158,174 , dan 26,017 sedangkan t_{table} **1,703** sehingga $t_{hitung} > t_{table}$ dengan demikian penelitian ini dinyatakan ada pengaruh model belajar menendang bervariasi dalam meningkatkan shooting pada permainan sepakbola siswa kelas V SDN 08 Palembang. Maka hal ini menunjukan bahwa ternyata pembelajaran menendang bervariasi memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan shooting pada permainan sepakbola setelah diberikan

perlakuan. Pembelajaran menendang bervariasi dalam penelitian ini merupakan bentuk pembelajaran yang mengarah pada peningkatan kemampuan shooting. Model pembelajaran yang diambil adalah pembelajaran yang menekankan pada kekuatan dan kecepatan otot kaki agar kemampuan shooting peserta didik semakin meningkat.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diperoleh, maka penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Untuk Guru PJOK Disarankan agar guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) menggunakan model pembelajaran menendang bervariasi dalam proses pembelajaran sepakbola, khususnya dalam meningkatkan kemampuan shooting siswa. Model ini terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa secara menyenangkan dan bervariasi.
2. Untuk Siswa diharapkan dapat mengikuti setiap kegiatan pembelajaran dengan serius dan antusias, serta terus berlatih secara mandiri agar keterampilan shooting yang telah diperoleh dapat semakin berkembang.
3. Untuk Sekolah diharapkan dapat menyediakan sarana dan prasarana pendukung seperti bola, gawang mini, dan area latihan yang memadai agar pembelajaran sepakbola, khususnya dalam hal teknik shooting, dapat berjalan secara optimal.
4. Untuk Peneliti Selanjutnya Penelitian ini hanya dilakukan pada siswa kelas V SDN 08 Palembang. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan agar melakukan penelitian dengan cakupan yang lebih luas, baik dari segi jumlah sampel

maupun variasi usia, agar hasilnya dapat digeneralisasikan lebih luas dan memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap dunia pendidikan olahraga.