

BAB V

KESIMPULAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil Penelitian mengenai Fluktuasi Solusi Belajar Siswa Kelas X dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMK Negeri 5 Kupang, dapat disimpulkan bahwa solusi belajar yang digunakan siswa dalam mengatasi kesulitan belajar bersifat dinamis atau mengalami fluktuasi sesuai dengan kondisi yang dihadapi. Ketika mengalami kesulitan, siswa tidak hanya menggunakan satu cara belajar, tetapi menyesuaikan solusi yang dipilih berdasarkan karakteristik materi, tingkat kesulitan, serta kemampuan yang dimiliki. Bentuk solusi belajar yang ditemukan meliputi bertanya kepada guru, berdiskusi dengan teman, belajar secara mandiri, mencari informasi melalui internet atau media pembelajaran lainnya, serta berlatih secara berulang di luar jam pelajaran.

Fluktuasi solusi belajar siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, rasa percaya diri, kemampuan memahami materi, pengalaman belajar sebelumnya, dan minat siswa terhadap mata pelajaran PJOK. Sementara itu, faktor eksternal meliputi metode pembelajaran yang diterapkan guru, dukungan teman sebaya, ketersediaan sarana dan prasarana pembelajaran, lingkungan belajar, serta karakteristik materi PJOK yang dipelajari. Perbedaan karakteristik setiap siswa menyebabkan solusi belajar yang digunakan juga berbeda-beda sesuai dengan kebutuhan dan situasi yang mereka hadapi.

Hasil Penelitian juga menunjukkan bahwa guru PJOK memiliki peran yang sangat penting dalam membantu siswa menemukan solusi belajar yang tepat. Guru memberikan berbagai strategi, seperti menjelaskan kembali materi yang belum dipahami, memberikan demonstrasi gerakan, membimbing siswa secara individual, memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya dan berdiskusi, serta memberikan motivasi dan umpan balik selama proses pembelajaran. Strategi tersebut mampu membantu siswa mengatasi kesulitan belajar, meningkatkan kepercayaan diri, serta mendorong siswa untuk lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Oleh karena itu, pembelajaran yang fleksibel, interaktif, dan berpusat pada siswa menjadi salah satu upaya yang dapat mendukung siswa dalam menemukan solusi belajar yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhannya.

B. Saran

1. Bagi Guru PJOK

Guru PJOK diharapkan terus menerapkan strategi pembelajaran yang bervariasi, interaktif, dan berpusat pada siswa sehingga dapat membantu siswa menemukan solusi belajar yang sesuai dengan karakteristik, kemampuan, dan kebutuhan masing-masing. Guru juga perlu memberikan motivasi, bimbingan, serta umpan balik secara berkelanjutan agar siswa lebih percaya diri dalam mengatasi kesulitan belajar.

2. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih aktif dalam mencari solusi ketika mengalami kesulitan belajar, baik dengan bertanya kepada guru, berdiskusi dengan teman, belajar secara mandiri, maupun memanfaatkan berbagai sumber belajar yang tersedia. Selain itu, siswa perlu meningkatkan rasa percaya diri, semangat belajar, dan kedisiplinan dalam berlatih agar hasil belajar PJOK dapat meningkat.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan terus mendukung proses pembelajaran PJOK dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Dukungan tersebut akan membantu guru dalam melaksanakan pembelajaran secara optimal dan memudahkan siswa dalam mengembangkan solusi belajar yang efektif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih terbatas pada kajian mengenai fluktuasi solusi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK di satu sekolah. Oleh karena itu, Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan Penelitian dengan melibatkan jumlah informan yang lebih banyak, jenjang pendidikan yang berbeda, atau mengkaji variabel lain yang berkaitan dengan solusi belajar siswa sehingga diperoleh hasil Penelitian yang lebih luas dan mendalam