

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, serta mengacu pada rumusan masalah penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Siswa SMP menghadapi berbagai permasalahan dalam menguasai keterampilan 4C yang meliputi kemampuan berpikir kritis, komunikasi, kolaborasi, dan kreativitas dalam pembelajaran kebugaran jasmani. Permasalahan tersebut terutama disebabkan oleh rendahnya penerapan pendekatan pembelajaran yang mendorong pengembangan keterampilan berpikir tingkat tinggi dan komunikasi aktif. Dalam praktiknya, siswa lebih banyak menerima instruksi satu arah dari guru tanpa diberikan ruang untuk berdiskusi, merefleksikan pembelajaran, atau berkolaborasi secara aktif dengan teman sebaya. Selain itu, pembelajaran kebugaran jasmani yang masih cenderung menggunakan metode tradisional belum memanfaatkan teknologi sebagai media pendukung. Hal ini menyebabkan siswa kurang termotivasi, tidak terlibat secara penuh, dan mengalami kesulitan dalam mengembangkan kreativitas serta keterampilan sosial yang dibutuhkan dalam konteks abad ke-21. Maka dari itu, dibutuhkan inovasi pembelajaran yang dapat menjawab tantangan tersebut dan memberikan pengalaman belajar yang lebih aktif, bermakna, serta relevan dengan kebutuhan siswa masa kini.

2. Pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis multimedia interaktif dipandang penting dan relevan untuk menjawab kebutuhan peningkatan keterampilan 4C pada siswa SMP. Model yang diberi nama Active4C ini dikembangkan melalui tahapan analisis kebutuhan, perancangan, validasi ahli, serta uji coba bertahap berdasarkan metode Research and Development. Model ini menawarkan pendekatan pembelajaran yang memanfaatkan konten multimedia visual, audio, dan interaktif yang mampu menarik perhatian siswa serta mendukung penguasaan konsep kebugaran jasmani secara menyenangkan dan kontekstual. Melalui fitur-fitur interaktif yang tersedia dalam media, siswa diajak untuk terlibat dalam aktivitas yang merangsang berpikir kritis, menjalin kerja sama kelompok, serta mengekspresikan ide-ide secara kreatif. Dengan pendekatan ini, pembelajaran kebugaran jasmani tidak lagi dipahami sebagai aktivitas fisik semata, melainkan sebagai proses pembentukan kompetensi menyeluruh yang mencakup kognitif, sosial, dan emosional.
3. Model pembelajaran kebugaran jasmani berbasis multimedia interaktif terbukti valid, efektif, dan mampu meningkatkan keterampilan abad ke-21 siswa SMP secara signifikan. Hasil validasi dari para ahli menunjukkan bahwa model ini telah memenuhi standar kelayakan dari segi materi, media, bahasa, dan pembelajaran. Selain itu, penerapannya dalam berbagai tahap uji coba menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Media yang digunakan dalam model ini dirancang dengan memperhatikan kebutuhan siswa yang

terbiasa dengan teknologi digital, sehingga mampu menghadirkan pengalaman belajar yang lebih menarik dan relevan. Siswa memberikan tanggapan positif terhadap penggunaan model Active4C karena dirasakan mudah dipahami, menyenangkan, serta membantu mereka memahami materi kebugaran jasmani secara lebih menyeluruh. Dengan demikian, model ini tidak hanya layak untuk digunakan dalam praktik pembelajaran, tetapi juga dapat menjadi salah satu alternatif strategi pembelajaran inovatif yang mendukung pengembangan keterampilan abad ke-21 secara optimal.

5.2 Implikasi Penelitian

Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam pengembangan pendidikan jasmani yang selaras dengan tuntutan pembelajaran abad ke-21, khususnya dalam penguatan keterampilan berpikir kritis, komunikasi, kolaborasi, dan kreativitas. Secara teoretis, model Active4C mendukung pendekatan konstruktivistik yang menekankan keterlibatan aktif siswa melalui media pembelajaran interaktif yang kontekstual dan menyenangkan. Secara praktis, model ini menawarkan strategi pembelajaran yang inovatif dan aplikatif bagi guru pendidikan jasmani dalam menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan mendorong partisipasi siswa secara menyeluruh. Implikasi kebijakan dari penelitian ini mengarah pada pentingnya dukungan institusi pendidikan dalam menyediakan sarana TIK, pelatihan guru, serta kebijakan sekolah yang adaptif terhadap transformasi digital, sehingga implementasi model pembelajaran seperti Active4C dapat berlangsung secara efektif dan berkelanjutan.

5.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, berikut adalah beberapa saran yang dapat diajukan:

1. Guru pendidikan jasmani disarankan menerapkan model Active4C sebagai pendekatan inovatif dalam pembelajaran kebugaran jasmani, karena terbukti mendorong keterlibatan siswa, mempermudah pemahaman materi, serta mengembangkan keterampilan berpikir kritis, komunikasi, kolaborasi, dan kreativitas.
2. Sekolah dan lembaga pendidikan perlu mendukung penerapan model ini melalui penyediaan sarana teknologi, akses internet, serta pelatihan bagi guru agar mampu mengelola media pembelajaran secara mandiri dan berkelanjutan.
3. Peneliti selanjutnya disarankan mengadaptasi dan mengembangkan model Active4C pada jenjang pendidikan atau materi lain, serta mengeksplorasi pengembangan ke dalam platform digital agar dapat digunakan secara lebih luas dan fleksibel.