

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Terdapat pengaruh yang signifikan antara gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar renang gaya bebas siswa SMP Negeri 3 Lubuk Pakam. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji *Paired Sample t-Test* yang menunjukkan nilai *t* hitung sebesar 12.98 dengan nilai signifikansi α 2.04 , yang berarti terdapat perbedaan yang nyata antara hasil *pre-test* dan *post-test* setelah diterapkannya gaya mengajar resiprokal. Peningkatan hasil belajar renang gaya bebas terlihat dari selisih rata-rata (mean difference) sebesar 2,68 menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan teknik renang gaya bebas, baik dari aspek keterampilan gerak maupun pemahaman teknik dasar.

Gaya mengajar resiprokal memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar secara aktif melalui interaksi dan pemberian umpan balik antar teman sebaya, sehingga siswa menjadi lebih mandiri, percaya diri, dan bertanggung jawab dalam proses belajar. Dengan penerapan gaya mengajar resiprokal, siswa dapat memperbaiki kesalahan teknik melalui observasi dan evaluasi langsung terhadap teman, yang berdampak positif pada peningkatan hasil belajar renang gaya bebas secara keseluruhan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru Pendidikan Jasmani: Diharapkan guru PJOK dapat menerapkan gaya mengajar resiprokal sebagai alternatif metode pembelajaran dalam

kegiatan praktik, khususnya pada materi renang gaya bebas. Metode ini terbukti dapat meningkatkan keterampilan siswa sekaligus menumbuhkan sikap tanggung jawab dan kerja sama.

2. Bagi siswa : Siswa diharapkan lebih aktif dalam kegiatan pembelajaran, terutama dalam memberikan dan menerima umpan balik dengan teman sebayanya. Keterlibatan aktif ini akan membantu siswa lebih memahami teknik gerak yang benar dan meningkatkan hasil belajar.
3. Bagi Sekolah: Pihak sekolah diharapkan memberikan dukungan fasilitas dan waktu yang memadai untuk kegiatan praktik renang, sehingga penerapan gaya mengajar resiprokal dapat berjalan lebih efektif dan optimal.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya: Peneliti berikutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambah variabel lain, seperti motivasi belajar atau minat siswa, serta memperluas subjek penelitian agar hasilnya lebih general dan mendala