

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) siswa UPT SDN 060826 Medan. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan rata-rata skor motivasi belajar siswa dari 87,90 pada saat pretest menjadi 133,85 pada saat posttest. Hasil uji statistik menggunakan Paired Sample t-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah diterapkannya permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK.

Penerapan permainan tradisional seperti Gobak Sodor dan Balap Karung mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, meningkatkan partisipasi aktif, menumbuhkan kerja sama, serta mengurangi kejenuhan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Oleh karena itu, permainan tradisional dapat dijadikan sebagai alternatif strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa sekolah dasar dalam mata pelajaran PJOK.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Guru PJOK, Guru disarankan untuk mengintegrasikan permainan tradisional secara rutin dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena terbukti dapat meningkatkan motivasi belajar siswa serta menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan aktif.
2. Bagi Sekolah, Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung penggunaan permainan tradisional sebagai bagian dari strategi pembelajaran berbasis kearifan lokal dengan menyediakan waktu, ruang, dan kebijakan yang mendukung pelaksanaannya.
3. Bagi Siswa, Siswa diharapkan lebih aktif dan antusias dalam mengikuti pembelajaran PJOK serta dapat melestarikan permainan tradisional sebagai bagian dari budaya bangsa.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya, Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, serta waktu penelitian yang lebih panjang agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara luas.