

BAB V.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan:

1. Ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran *project base learning* terhadap keterampilan *push hockey indoor* kelompok KT ($p < 0.05$).
2. Ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran *project base learning* terhadap keterampilan *push hockey indoor* kelompok KR ($p < 0.05$).
3. Model pembelajaran *project base learning* kelompok kinestesis tinggi lebih baik meningkatkan keterampilan *push hockey indoor* daripada kelompok kinestesis rendah ($p < 0.05$).

B. Saran

Adapun saran-saran yang direkomendasikan sebagai berikut:

1. Sangat dianjurkan kepada guru penjas dan siswa untuk memahami pentingnya kinestesis dalam menurunkan keterampilan fisik.
2. Bagi peneliti yang berminat meneliti tentang model pembelajaran *project base learning*, disarankan untuk mencari variabel atau metode lain yang dapat meningkatkan keterampilan *push hockey indoor*.