

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Penerapan permainan tradisional dalam aktivitas *warming up* berpengaruh signifikan terhadap minat belajar pendidikan jasmani siswa kelas VII SMP Negeri 2 Cijambe Subang.
2. Terdapat perbedaan minat yang signifikan antara kelompok kelas yang diberikan penerapan permainan tradisional dalam aktivitas *warming up* dengan kelompok kelas yang diberikan penerapan permainan konvensional dalam aktivitas *warming up*.

B. Saran

Berdasarkan simpulan yang dirumuskan diatas, berikut ini beberapa saran peneliti, diantaranya :

1. Bagi guru pendidikan jasmani, untuk mengisi kekosongan tentang optimalisasi pembelajaran penjas di sekolah. Dalam penelitian ini merupakan alternatif untuk meningkatkan minat siswa melalui penerapan permainan dalam aktivitas *warming up*, sehingga peneliti merekomendasikan untuk menggunakan permainan tradisional dalam aktivitas *warming up* dan kehadirannya dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembelajaran pendidikan jasmani. Selain itu, untuk melestarikan kearifan budaya lokal.
2. Bagi rekan mahasiswa, khususnya mahasiswa program studi pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga (PJKR) yang akan mengadakan penelitian tentang minat belajar pendidikan jasmani perlu penelaahan yang lebih lanjut dan secara menyeluruh mengenai mata pembelajaran pendidikan

jasmani dan terfokus pada sebelum, selama proses dan sesudah pembelajaran penjas berlangsung. Selain itu gunakan metode, model, dan pendekatan bagaimana yang akan meningkatkan minat pendidikan jasmani.

3. Bagi sekolah dapat dijadikan rujukan penetapan pelaksanaan pembelajaran penjas di lingkungan SMP Negeri 2 Cijambe Kabupaten Subang yang lebih kreatif dan inovatif dalam menerapkan pendekatan mengajar penjas sesuai keadaan internal sekolah. Tujuannya mengaplikasikan pendidikan jasmani sebagai pendidikan karakter sebagai usaha pencapaian tujuan pendidikan nasional.
4. Sebagai upaya penyegaran ilmu pengetahuan mengenai pendidikan jasmani dan pelaksanaannya di lapangan. Berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi dari jaman ke jaman menuntut guru penjas membuka diri untuk menerima, mencoba serta mengkreasikannya dalam lingkungan pekerjaannya.