

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut : Variabel independen (Intensitas penggunaan smatphone untuk bermain game online) memiliki hubungan yang lemah dan negatif dengan variabel dependen (Kebugaran jasmani Siswa) sesuai dengan tabel interpretasi koefisien korelasi nilai r . Kedua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang negatif dikarenakan nilai *pearson product moment* dalam uji korelasi menunjukkan angka negatif, dimana hubungan negatif adalah semakin besar nilai atau pengaruh dari variabel independent maka akan semakin kecil hasil yang ditunjukkan dalam variabel dependen.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai hubungan antara intensitas penggunaan smartphone untuk bermain game online dengan kebugaran jasmani siswa kelas yang diperoleh dari pengamatan peneliti secara langsung sehingga lebih detail dan akurat.

2. Bagi siswa

Bagi siswa , semoga penelitian ini dapat menambah wawasan mengenai dampak penggunaan smartphone terhadap kebugaran jasmani sehingga bisa bijak dalam menggunakan smartphone sesuai fungsinya.