

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pengamatan dan penemuan peneliti, yang berdasarkan pada hasil pengolahan dan analisis data melalui prosedur statistika, peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai hasil dari proses penelitian ini, yang diantaranya adalah :

1. Terdapat hubungan yang sangat kuat antara pembelajaran senam aerobik dengan partisipasi belajar pendidikan jasmani di sekolah .
2. Terdapat hubungan yang sangat kuat antara pembelajaran *line dance* dengan partisipasi belajar pendidikan jasmani di sekolah.
3. pembelajaran *line dance* memberikan pengaruh yang lebih baik daripada senam aerobik terhadap partisipasi belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa hal yang akan penulis sampaikan sebagai masukan dan saran sebagai berikut:

1. Bagi siswi SMPN 1 Sukadana , diharapkan untuk melakukan kegiatan aktivitas ritmik baik ketika pembelajaran penjas di dalam sekolah maupun di luar sekolah, agar dapat menjaga fungsi kerja tubuh dan dapat melepaskan ketegangan atas aktivitas yang dilakukan secara rutin setiap harinya, yang salah satunya yaitu melakukan aktivitas ritmik yaitu *line dance* maupun senam aerobik.
2. Bagi guru penjas, agar senantiasa memiliki banyak sumber tentang aktivitas ritmik yang menyenangkan dan dapat meningkatkan partisipasi belajar siswa,

Suarsana Dwipayana, 2014

Perbandingan pembelajaran senam aerobik dengan line dance terhadap partisipasi belajar pendidikan jasmani siswa di sekolah

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

sehingga menjadi bahan ajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah terutama di SMPN 1 Sukadana.

3. Bagi pihak sekolah, agar selalu mendukung dan dapat bekerjasama dalam segala aktivitas yang positif dalam pembelajaran pendidikan jasmani terutama aktivitas ritmik.
4. Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat memberikan kontribusi bagi bidangnya dan dapat mengembangkan penelitian yang telah dilakukan dengan cakupan yang lebih luas.

Demikian kesimpulan dan saran yang dapat penulis kemukakan, semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya serta menjadi sumbangsih yang berarti bagi kemajuan pendidikan di Indonesia.

C. Implikasi

Dari hasil penelitian ini, peneliti dapat memberikan rekomendasi bagi para guru pendidikan jasmani tentang jenis-jenis materi pembelajaran senam ritmik yang lebih menyenangkan, dengan demikian guru pendidik dalam merencanakan pembelajaran harus memperhatikan materi pembelajaran yang di sampaikan, karakteristik siswa dan sarana prasarana yang tersedia. Di samping itu, materi pembelajaran penjasorkes yang terdapat dalam kurikulum dirancang dan dilaksanakan dengan tetap mengacu pada kebutuhan siswa baik fisik maupun non fisik. Namun peneliti menganjurkan untuk memberikan materi pembelajaran senam ritmik yaitu pembelajaran senam aerobik dan *line dance* , oleh karena pembelajaran tersebut memberikan hasil yang signifikan dalam meningkatkan partisipasi belajar siswa pada saat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.