

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pada Bab IV, maka dapat disimpulkan beberapa poin utama berikut:

1. Tingkat Literasi Fisik dan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Berdasarkan Jenis Kelamin dan Wilayah
 - a. Tingkat literasi fisik siswa di wilayah pedesaan cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan siswa di wilayah perkotaan. Siswa perempuan, baik di kota maupun desa, menunjukkan skor literasi fisik yang lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki.
 - b. Tingkat kebugaran jasmani secara umum berada pada kategori "Baik" untuk semua kelompok, dengan skor rata-rata siswa di pedesaan sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan siswa di perkotaan. Siswa laki-laki di kedua wilayah memiliki kecenderungan skor kebugaran lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan.
2. Perbedaan Tingkat Literasi Fisik Berdasarkan Jenis Kelamin
 - a. Terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat literasi fisik antara siswa laki-laki dan perempuan di wilayah perkotaan dan pedesaan. Siswa perempuan menunjukkan skor yang lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki.
3. Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan Jenis Kelamin
 - a. Terdapat perbedaan signifikan tingkat kebugaran jasmani antara siswa laki-laki dan perempuan di daerah perkotaan maupun pedesaan, di mana siswa laki-laki menunjukkan kebugaran jasmani lebih tinggi.
4. Hubungan antara Tingkat Literasi Fisik dan Kebugaran Jasmani
 - a. Tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara tingkat literasi fisik dan kebugaran jasmani, baik pada siswa laki-laki maupun Perempuan di wilayah perkotaan dan pedesaan. Ini menunjukkan bahwa pemahaman konsep literasi fisik belum serta merta berdampak langsung terhadap kondisi kebugaran jasmani siswa.

Rani Umaningsih, 2025

ANALISIS TINGKAT LITERASI FISIK DAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DI
DAERAH PERKOTAAN DAN PEDESAAN BERDASARKAN JENIS KELAMIN
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

5.2 Saran

1. Bagi Sekolah dan Guru PJOK

- a. Disarankan agar pembelajaran PJOK tidak hanya menekankan aspek teori literasi fisik, tetapi juga melibatkan aktivitas fisik langsung yang aplikatif dan menyenangkan. Guru perlu merancang pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman (experiential learning) dan berbasis permainan (game-based learning).
- b. Guru juga perlu memberikan kesempatan latihan yang setara dan inklusif bagi siswa laki-laki maupun perempuan, serta merancang materi latihan yang mendukung pengembangan semua aspek kebugaran.

2. Bagi Pengambil Kebijakan Pendidikan

- a. Program peningkatan literasi fisik di tingkat SD perlu disesuaikan dengan konteks lokal, termasuk kondisi geografis, budaya, dan infrastruktur sekolah.
- b. Intervensi kebugaran jasmani harus dirancang responsif terhadap gender dan wilayah, serta melibatkan guru dalam pelatihan penyusunan program yang holistik dan kontekstual.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan untuk mengkaji hubungan antara literasi fisik dan kebugaran jasmani dengan mempertimbangkan variabel lain seperti tingkat sosioekonomi orang tua.
- b. Penelitian juga dapat memperluas cakupan dengan menggunakan metode longitudinal untuk melihat perubahan literasi dan kebugaran dalam jangka panjang.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan gambaran penting tentang dinamika literasi fisik dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar, serta mendorong perlunya pengembangan kebijakan dan strategi pembelajaran yang lebih efektif dan kontekstual.