

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Jumlah waktu aktif belajar sangatlah penting bagi kesuksesan pembelajaran agar tujuan pembelajaran dapat di capai. Proses peningkatan keterampilan sosial di sekolah dapat dilakukan melalui pemanasan dengan permainan tradisional. Dalam permainan tradisional terdapat banyak aktivitas gerak yang bisa mendorong siswa untuk aktif bergerak dan merasa senang. Dalam penelitian ini, peneliti mengangkat tema dengan judul Pengaruh Pemanasan Permainan Tradisional Terhadap Keterampilan Sosial dan Waktu Aktif Belajar Siswa Di SMP N 2 Cisarua Bandung Barat.

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, diperoleh kesimpulan bahwa pemanasan melalui permainan tradisional memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan sosial siswa dan berpengaruh juga terhadap Peningkatan jumlah waktu aktif belajar siswa kelas VIII E SMP N 2 Cisarua Bandung Barat.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah peneliti kemukakan, ada beberapa hal yang dapat disampaikan sebagai saran atau masukan yaitu:

1. Proses pemanasan melalui permainan tradisional sangat baik demi meningkatkan keterampilan sosial dan jumlah waktu aktif belajar siswa dalam pembelajaran penjas. Berdasarkan hal tersebut, disarankan bagi para guru pendidikan jasmani untuk menerapkan permainan tradisional dalam pemanasan pada pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Melalui model pemanasan ini siswa akan lebih aktif bergerak, bekerjasama dan menyenangkan sehingga siswa akan menyukai aktivitas yang dilakukannya. Sehingga akan meningkatkan keterampilan sosial serta efektifitas dan diharapkan

siswa akan lebih baik lagi dalam pergaulan sehari-hari serta lebih mengefektifkan waktu pembelajaran semaksimal mungkin.

3. Bagi lembaga sekolah dan dinas pendidikan, perlu adanya publikasi dan pemahaman pelestarian budaya leluhur permainan tradisional.
4. Bagi rekan mahasiswa khususnya program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi yang akan mengadakan penelitian tentang keterampilan sosial, waktu aktif belajar siswa dan permainan tradisional, penulis menganjurkan untuk mencari variabel dan sampel penelitian yang lebih relevan, agar hasilnya lebih maksimal demi kemajuan mutu ilmu pendidikan khususnya bidang keilmuan pendidikan jasmani.

Demikian kesimpulan dan saran yang dapat penulis paparkan, semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan kualitas pendidikan khususnya perkembangan pendidikan di Indonesia.