

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data mengenai hubungan motivasi berprestasi dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik, maka hasil penelitian dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan prestasi akademik.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan prestasi akademik.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik.

B. Saran

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan pada pengolahan dan analisis data mengenai hubungan motivasi dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di sekolah, terkait penelitian ini, penulis menyampaikan saran-saran kepada para pelatih ekstrakurikuler di sekolah, pembina olahraga, guru pendidikan jasmani di sekolah dan kepada para pembaca yang tertarik melakukan penelitian yang berhubungan dengan penelitian ini, sebagai berikut:

1. Kepada para pelatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah, bahwa hubungan yang terjadi antara motivasi berprestasi dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik menunjukkan hubungan yang positif, artinya semakin tinggi motivasinya maka semakin tinggi tingkat kebugaran jasmani, dengan semakin baik prestasi akademik mata pelajaran penjas olahraganya. Oleh karena itu para pelatih ekstrakurikuler olahraga di sekolah dalam pembinaan siswa harus selalu memperhatikan siswa yang motivasinya tinggi dan kebugaran jasmani siswa yang baik, dengan hasil prestasi akademik siswa yang bagus karena pada dasarnya ketiga variabel tersebut memberikan dukungan yang positif terhadap sukses akademik dan sukses dalam kehidupan sosial.

2. Kepada para pembina olahraga, agar selalu memperhatikan ketiga aspek tersebut, yaitu motivasi berprestasi dan kebugaran jasmani dengan prestasi akademik, khususnya untuk para pelaku pembinaan usia dini dan usia remaja, karena pada dasarnya pembinaan olahraga adalah pembinaan mutu sumber daya manusia, dengan melakukan pembinaan ketiga aspek tersebut diharapkan mutu sumber daya manusia Indonesia menjadi lebih baik.
3. Kepada para guru pendidikan jasmani di sekolah, pada dasarnya pendidikan jasmani di sekolah merupakan proses pembinaan atlet yang pertama, oleh karena itu diharapkan dalam proses pembelajaran olahraga harus dilakukan dengan sebaik mungkin, dengan menyentuh semua aspek pendidikan, yaitu tujuan afektif, kognitif dan psikomotor. Diharapkan dengan pembinaan disekolah yang baik, selain siswa memiliki kemampuan psikomotor yang baik, juga memiliki sikap afektif dan intelektual kognitif yang tinggi pula.
4. Berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kajian yang lebih mendalam.