

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang penulis teliti terbukti bahwa upaya mengembangkan kebugaran jasmani siswa kelas IV di SD Negeri Gegerkalong Girang 1-2 melalui pembelajaran permainan tradisional permainan hadang, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Terdapat pengaruh pembelajaran permainan tradisional permainan hadang terhadap kebugaran jasmani siswa kelas IV SD Negeri Gegerkalong Girang 1-2.
2. Terdapat peningkatan penerapan pembelajaran permainan tradisional permainan hadang terhadap kebugaran jasmani pada siswa kelas IV SD Negeri Gegerkalong Girang 1-2.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian ini penulis mempunyai saran-saran yang dapat dipertimbangkan sebagai berikut:

1. Kepada para guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, hasil penelitian ini membuktikan bahwa penerapan pembelajaran permainan tradisional permainan hadang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kebugaran jasmani pada siswa sekolah dasar, sehingga penulis menyarankan untuk menerapkan pembelajaran permainan tradisional permainan hadang dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.
2. Kepada peneliti lain yang berminat meneliti tentang hal-hal yang berkaitan dengan permainan dan kebugaran jasmani dapat melakukan penelitian kembali dengan menggunakan populasi dan sampel yang lebih luas demi kemajuan ilmu pendidikan khususnya bidang keilmuan pendidikan jasmani.

3. Permainan tradisional permainan hadang dapat dijadikan salah satu alternatif model pembelajaran permainan yang bisa diberikan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar.
4. Siswa sekolah dasar hendaknya diperkenalkan dengan permainan tradisional indonesia salah satunya permainan hadang.

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

