BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 3 Bandung mengenai pengaruh aktivitas olahraga dalam pendidikan jasmani terhadap tingkat konsentrasi belajar dan prestasi akademik dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, pengolahan dan analisis data, yang sudah diolah melalui prosedur statistika, penulis mengambil kesimpulan sebagai hasil dari proses penelitian ini adalah:

1. Terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga dalam tingkat konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 3 Bandung, hal ini dapat dilihat dari hasil signifikansi uji *t independent* sebesar 0,000 atau kurang dari 0,05 sehingga H_1 diterima danH_0 ditolak.
2. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga dalam prestasi akademik siswa di SMA Negeri 3 Bandung, hal ini dapat dilihat dari hasil signifikansi uji *t independent* sebesar 0,137 atau kurang dari 0,05 sehingga H_1 ditolak danH_0 diterima
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga dalam tingkat konsentrasi belajar dan prestasi akademik siswa di SMA Negeri 3 Bandung,hal ini dapat dilihat dari hasil *analisis multivariate* sebesar 0,000 atau kurang dari 0,05 sehingga H_1 diterima danH_0 di ditolak.

B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan yang didapat dari hasil penelitian ini, penulis memberikan saran sebagai berikut:

Yurin Rachmatika Cahyani, 2016
PENGARUH AKTIVITAS OLAHRAGA DALAM PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP TINGKAT KONSENTRASI BELAJAR DAN PRESTASI AKADEMIK DI SMA NEGERI 3 BANDUNG
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai konsentrasi belajar siswa dan prestasi akademik dengan melibatkan lebih banyak sampel.
2. Dapatmelakukanpenelitiantentang ekstrakulikuler olahragaataupun juga mengenai konsentrasi belajar dan prestasi akademik pada siswa secara lebih mendalam, atau dikaitkan dengan variabel-variabel yang lain.
3. Bagi rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian, mengenai kegiatan ekstrakulikuler olahraga maupun intrakurikuler olahraga ataupun aktivitas fisik lainnya, ataupun konsentrasi belajar dan prestasi akademik pada siswa baik di tingkat SD, SMP, atau juga SMA. Penulis merekomendasikan atau menyarankan, kerena penelitian mengenai pendekatan saintifik masih jarang dan belum banyak yang meneliti.
4. Diharapkan dapat menginspirasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut khususnya tentang konsentrasi belajar dan prestasi akademik pada siswa.