

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data pada pembahasan bab sebelumnya, maka penulis dapat menarik kesimpulan bahwa:

1. Terdapat pengaruh pemanasan menggunakan modifikasi permainan *outword of bond* terhadap kesiapan belajar siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani kelas VII di SMP Negeri 7 Bandung.
2. Terdapat pengaruh pemanasan menggunakan modifikasi permainan *outword of bond* terhadap partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani kelas VII di SMP Negeri 7 Bandung.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan temuan selama pelaksanaan penelitian, penulis mengajukan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah
 - a. Membantu siswa dengan memberikan arahan serta bimbingan dalam belajar, agar siswa berada dalam keadaan siap serta turut berpartisipasi dalam menerima pengalaman belajar yang akan didapatkannya dalam proses pembelajaran.
 - b. Membantu siswa dengan memberikan dorongan motivasi dan pesan secara verbal, baik berupa pujian, kritikan, nasihat, bimbingan dan alasan-alasan untuk percaya bahwa mereka harus memiliki kesiapan belajar dan turut berpartisipasi dalam pembelajaran.
 - c. Membantu siswa dengan membiasakan siswa belajar dengan keadaan siap dan berpartisipasi dalam pembelajaran .
2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat lebih menggali dan mengeksplorasi mengenai pemanasan, permainan *outword of bond*, kesiapan belajar dan partisipasi aktif siswa agar dapat dijadikan pembanding dengan

penelitian ini, dan dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam lagi tentang variabel-variabel tersebut.