

BAB V

KESIMPULAN, SARAN DAN IMPLIKASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data serta yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Kegiatan ekstrakurikuler futsal memberikan pengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif (atensi) siswa, di SMK Muhammadiyah 2 Bandung.
2. Kegiatan ekstrakurikuler futsal memberikan pengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif (memori) siswa, di SMK Muhammadiyah 2 Bandung.
3. Kegiatan ekstrakurikuler pencak silat memberikan pengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif (atensi) siswa, di SMK Muhammadiyah 2 Bandung.
4. Kegiatan ekstrakurikuler pencak silat memberikan pengaruh terhadap peningkatan fungsi kognitif (memori) siswa, di SMK Muhammadiyah 2 Bandung.
5. Kegiatan ekstrakurikuler futsal memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan kegiatan pencak silat terhadap peningkatan fungsi kognitif (atensi dan memori) siswa, di SMK Muhammadiyah 2 Bandung.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah penulis kemukakan, ada beberapa saran sebagai berikut:

1. Guru pendidikan jasmani diharapkan mampu mengembangkan ekstrakurikuler futsal dan pencak silat di sekolah.
2. Pelaksanaan ekstrakurikuler futsal memiliki keunggulan, siswa jadi merasa senang, gembira, dan aktif ketika mengikuti ekstrakurikuler futsal.

Muhammad Irvan Maulana, 2019

PENGARUH EKSTRAKULIKULER FUTSAL DAN PENCAK SILAT TERHADAP FUNGSI KOGNITIF (ATENSI DAN MEMORI) DI SMK MUHAMMADIYAH 2 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3. Ektrakurikuler futsal dan ektrakurikuler pencak silat dapat dijadikan pedoman bagi ektrakurikuler lainnya di sekolah yang berbeda.
4. Bagi peneliti lain yang akan mengadakan penelitian yang sejenis dapat menggunakan model latihan yang sama dengan sampel siswa yang berbeda sesuai dengan materi yang akan diberikan.
5. Bagi sekolah agar dijadikan pedoman dalam pembinaan ektrakurikuler.

C. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian yang telah penulis kemukakan, dapat disampaikan sebagai saran atau masukan yaitu : bagi guru pendidikan jasmani diharapkan mampu mengembangkan dan menerapkan model latihan ektrakurikuler, Penggunaan model latihan dan pembinaan ektrakurikulum mampu memberikan mafaat besar pada siswa terutama bagi perkembangan dan pengayaan gerak dasar yang dimiliki sehingga menjadi lebih baik.