BAB V
SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang kemudian diolah dan analisis diperoleh kesimpulan bahwa:

1. Kebugaran jasmani berpengaruh secara bermakna terhadap fungsi kognisi siswa.
2. Tingkat pendidikan orang tua berpengaruh secara bermakna terhadap fungsi kognisi siswa.
3. Kebugaran jasmani secara tidak langsung berpengaruh terhadap fungsi kognisi melalui latar belakang pendidikan orang tua.

5.2 Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu diharapkan setiap guru pendidikan jasmani harus berupaya untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa karena terbukti dengan kebugaran jasmani yang baik maka akan memengaruhi terhadap fungsi kognisi siswa yang berdampak pada prestasi akademik siswa disekolah.

5.3 Rekomendasi

1. Guru pendidikan jasmani mempunyai cara atau formula yang efektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah untuk bisa meningkatkan kebugaran jasmani siswa karena terbukti kebugaran jasmani dapat berkontribusi terhadap perkembangan fungsi kognisi siswa.
2. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh kebugaran jasmani terhadap fungsi kognisi dengan populasi yang lebih luas lagi misalnya populasi satu provinsi.
3. Membuat suatu penelitian yang lebih mendalam mengenai pengaruh kebugaran jasmani terhadap fungsi kognisi dengan variabel fungsi kognisi dipecah kembali menjadi 5 domain agar hasil penelitian menjadi lebih spesifik lagi.