

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan maka dapat disimpulkan bahwa:

Hasil tes profil kebugaran jasmani putra pada tahun 2017 - 2019 diperoleh 8 siswa atau 0,3% mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang sekali atau dikategorikan K2, 379 siswa atau 11% mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang atau dikategorikan K1, 1764 siswa atau 52% mempunyai tingkat kebugaran jasmani cukup atau dikategorikan C, 1242 siswa atau 46% mempunyai tingkat kebugaran jasmani Bagus atau dikategorikan B, 26 siswa atau 0,7% mempunyai tingkat kebugaran jasmani Bagus Sekali atau dikategorikan BS.

Hasil tes profil kebugaran jasmani putri pada tahun 2017 - 2019 diperoleh 2 siswa atau 0,2% mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang sekali atau dikategorikan K2, 285 siswa atau 27% mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang atau dikategorikan K1, 655 siswa atau 62% mempunyai tingkat kebugaran jasmani cukup atau dikategorikan C, 113 siswa atau 13% mempunyai tingkat kebugaran jasmani Bagus atau dikategorikan B, 0 siswa atau 0% mempunyai tingkat kebugaran jasmani Bagus Sekali atau dikategorikan BS.

Hasil tes profil kebugaran jasmani keseluruhan pada tahun 2017 - 2019 diperoleh 10 siswa atau 0,2% mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang sekali atau dikategorikan K2, 664 siswa atau 15% mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang atau dikategorikan K1, 2419 siswa atau 54% mempunyai tingkat kebugaran jasmani cukup atau dikategorikan C, 1355 siswa atau 30% mempunyai tingkat

Dimas Maulana Wradhika Putra, 2020

PROFIL KEBUGARAN JASMANI SISWA SLTA YANG MENGIKUTI SELEKSI MASUK KEPOLISIAN DI JAWA DARI TAHUN 2017-2019 BERDASARKAN JENIS KELAMIN.

kebugaran jasmani Bagus atau dikategorikan B, 26 siswa atau 0,6% mempunyai tingkat kebugaran jasmani Bagus Sekali atau dikategorikan BS.

5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan maka dapat dipaparkan bahwa:

- Hasil penelitian ini sebagai tolak ukur profil kebugaran jasmani Kepolisian Republik Indonesia.
- Dengan hasil ini sebagai acuan para guru penjas maupun pelatih untuk mengontrol atau mengetahui kondisi kebugaran jasmani untuk pendukung siswa dalam berlatih untuk keberhasilan meraih tujuan atau prestasi.

5.3. Rekomendasi

Rekomendasi atau saran dari penulis antara lain:

- Sekolah hendaknya memberikan fasilitas secara maksimal kepada siswa agar dapat mencapai tujuan maksimal seperti ekstra kulikuler.
- Sekolah hendaknya mampu memberikan minat berlatih siswa dengan memberika ekstra kulikuler yang minat siswa untuk mengikuti Tes Kepolisian.

Dimas Maulana Wradhika Putra, 2020

PROFIL KEBUGARAN JASMANI SISWA SLTA YANG MENGIKUTI SELEKSI MASUK KEPOLISIAN DI JAWA DARI TAHUN 2017-2019 BERDASARKAN JENIS KELAMIN.

