

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang penulis teliti mengenai pengaruh pemanasan dengan menggunakan musik instrumental terhadap hasil belajar penjas siswa SMP Negeri 1 Lemahabang Cirebon diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Musik Kitaro memberikan pengaruh yang tidak begitu signifikan terhadap hasil belajar siswa SMP Negeri 1 Lemahabang Cirebon.
2. Musik Aerobic memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa SMP Negeri 1 Lemahabang Cirebon.
3. Penggunaan music Kitaro tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa SMP Negeri 1 Lemahabang Cirebon dibandingkan dengan musik Aerobic.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa hal yang akan penulis sampaikan sebagai masukan dan saran sebagai berikut:

1. Kepada para guru pendidikan jasmani, walaupun hasil penelitian ini membuktikan bahwa pemanasan dengan menggunakan musik instrumental tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar penjas siswa SMPN 1 Lemahabang, akan tetapi penulis menyarankan alangkah baiknya semua hal yang dapat menggali potensi siswa dalam mengoptimalkan kemampuannya harus dipergunakan baik itu dengan menggunakan media audio (musik) maupun visual (gambar atau film).
2. Kepada rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian tentang penggunaan musik baik instrumental ataupun musik lainnya, penulis menganjurkan untuk mencari variabel dan sampel penelitian yang lebih relevan demi kemajuan ilmu pendidikan khususnya bidang keilmuan pendidikan jasmani.
3. Perlu diadakannya publikasi penggunaan musik kepada para guru penjas dan yang terkait dengan dunia pendidikan.

Demikian kesimpulan dan saran yang dapat penulis kemukakan, semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan menjadi sumbangsih yang berarti bagi kemajuan pendidikan di Indonesia.