

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis skor antara partisipasi aktif siswa pada pembelajaran penjas dengan tingkat kebugaran jasmani siswa SDN 3 Ujungberung Bandung seperti dijelaskan pada Bab III dan IV, maka penulis dapat menarik kesimpulan dari hasil penelitian. Hal tersebut berdasarkan fakta dan data yang penulis peroleh. Adapun kesimpulannya adalah terdapat hubungan yang signifikan antara partisipasi aktif siswa pada pembelajaran penjas dengan tingkat kebugaran jasmani siswa SDN 3 Ujungberung Bandung.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa dengan kebugaran jasmani yang cukup siswa dapat berpartisipasi aktif dalam melakukan kegiatan pembelajaran penjas. Apalagi kalau kebugaran jasmaninya baik, maka keterlibatan siswa dalam berpartisipasi aktif pada pembelajaran penjas akan lebih baik lagi. Dari paparan tersebut, hal ini menunjukkan bahwa kebugaran jasmani memberikan dampak positif terhadap peningkatan partisipasi aktif siswa pada pembelajaran penjas.

#### **B. Saran**

Sehubungan dengan penelitian yang penulis lakukan, maka penulis ingin mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa agar lebih meningkatkan kebugaran jasmaninya supaya peningkatan partisipasi aktif pada pembelajaran penjas ke arah yang lebih baik dapat terwujud.

2. Bagi pihak sekolah agar senantiasa lebih memperhatikan tentang peningkatan kebugaran jasmani siswa supaya nantinya dapat berpartisipasi secara aktif dalam melakukan kegiatan pembelajaran baik itu pembelajaran penjas maupun pembelajaran lainnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat melanjutkan penelitian dengan cakupan yang lebih luas lagi karena penulis merasa masih banyak kekurangan dalam penelitian ini oleh karena keterbatasan waktu, tenaga serta biaya.

