

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, pengolahan dan analisis data, yang ditujukan pada Sekolah Dasar Negeri Awisurat Kabupaten Bandung dapat ditarik kesimpulan bahwa Terjadi pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan tingkat kebugaran jasmani dengan melalui pendekatan permainan bebentengan.

B. Saran – saran

Saran-saran yang dapat penulis kemukakan berkaitan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk pengajar atau Guru, bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan pendekatan permainan atau bermain mampu meningkatkan tingkat kebugaran jasmani di sekolah dasar negeri awi surat kabupaten bandung.
2. Untuk pihak sekolah, penulis mengharapkan agar lebih memperhatikan akan pentingnya memberikan pembelajaran penjas agar tingkat kebugaran jasmani terjaga sehingga siswa-siswi dapat lebih segar dan bugar serta lebih fokus dalam mengikuti proses pembelajaran.
3. Untuk penelitian yang akan datang, penulis mengharapkan agar mencoba melakukan penelitian dengan menggunakan populasi dan sampel yang lebih banyak dan lebih umum cakupannya, serta memiliki kriteria yang lebih baik, agar diperoleh hasil penelitian yang lebih baik, dan berguna untuk peningkatan kualitas siswa-siswi di sekolah dasar.



Herdiawan, 2012

Pengaruh Pendekatan Permainan Bebentengan Terhadap Kebugaran Jasmani Di Sekolah Dasar Negeri Awisurat Kabupaten Bandung

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu