

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hipotesis yang diajukan diterima berdasarkan temuan penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang substansial antara variabel X dan Y, atau hubungan antara kebugaran jasmani dan prestasi akademik. Hasilnya, “adanya hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan prestasi belajar PJOK siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Tenggarong”.

B. Implikasi

Di SMP IT Nurul Ilmi Tenggarong anak kelas VIII, keberhasilan akademik dan kebugaran jasmani berkorelasi. Jelas dari temuan penelitian bahwa kesuksesan akademik dan kebugaran fisik saling berhubungan.

Menurut temuan penelitian, anak-anak harus dalam kondisi fisik yang baik untuk mewujudkan potensi penuh mereka dalam hal belajar, dan penulis mengantisipasi bahwa penelitian ini akan berdampak pada instruktur di sekolah. Agar siswa memiliki tingkat kebugaran jasmani dan prestasi akademik yang kuat, hendaknya guru memberikan pelajaran atau ujian yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswanya. Siswa harus menyadari tingkat kebugaran fisik mereka sendiri jika mereka yakin perlu perbaikan. Jika demikian, mereka harus mengikuti tes untuk menentukan di mana mereka berdiri dan bekerja untuk menjadi lebih bugar sehingga prestasi akademik mereka di sekolah kuat.

C. Keterbatasan Peneliti

Berdasarkan keterbatasan yang peneliti temui selama melakukan penelitian ini,

mungkin terdapat beberapa faktor yang dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya untuk menyempurnakan penelitiannya, karena peneliti tentunya memiliki kekurangan yang harus diperbaiki pada penelitian selanjutnya. Berikut adalah beberapa kekurangan dari penelitian tersebut:

1. Sampel penelitian ada yang datang terlambat
2. Lapangan tempat penelitian yang terbatas sehingga perlu mencari tempat yang sesuai untuk melakukan tes
3. Kurangnya tenaga tambahan untuk membantu peneliti dalam melakukan tes tersebut

D. Saran

Para peneliti merekomendasikan hal-hal berikut sebagai masukan yang disarankan berdasarkan temuan penelitian:

1. Untuk meningkatkan keberhasilan siswa, sekolah juga harus menawarkan program pendidikan jasmani.
2. Siswa dapat meningkatkan kebugaran jasmaninya sehingga berdampak pada prestasi akademiknya.