

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: “terdapat kontribusi yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dengan produktivitas kerja guru di sekolah SD swasta Advent-3 Bromo Medan dengan besar kontribusinya sebesar 42,30%” dengan kesimpulan hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut :

1. Hasil kebugaran jasmani Guru-guru adalah 47,526 dengan kategori kurang
2. Hasil produktivitas kerja Guru-guru berdasarkan indikator yaitu:
 - a. Berdasarkan indikator Rancangan Kerja, hasil yang diperoleh adalah 68,39% dengan kategori baik
 - b. Berdasarkan indikator Etika Kerja, hasil yang diperoleh adalah 69,29% dengan kategori baik
 - c. Berdasarkan indikator Disiplin Kerja, hasil yang diperoleh adalah 72,86% dengan kategori baik
 - d. Berdasarkan indikator Kesempatan Berprestasi dan Motivasi adalah 69,82% dengan kategori baik

Maka hasil Produktivitas Kerja Guru-guru diperoleh dengan hasil rata-rata adalah 70,09% dengan kategori baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberi saran sebagai berikut:

1. Bagi guru di SD swasta Advent-3 Bromo Medan agar menjaga kesegaran jasmaninya untuk mendukung produktivitas kerjanya sehari-hari.
2. Bagi guru di SD swasta Advent-3 Bromo Medan dalam meningkatkan kesegaran jasmaninya salah satunya dengan olahraga.
3. Dengan penelitian ini bisa sebagai bahan masukan bagi mahasiswa/i jurusan Olahraga tentang kesegaran jasmani dan produktivitas kerja.
4. Bagi para peneliti lainnya yang ingin mengembangkan penelitian ini agar mengikut sertakan variabel yang mempengaruhi produktivitas kerja selain kesegaran jasmani.