

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Pengembangan permainan untuk meningkatkan kebugaran jasmani ini dikembangkan dengan menggunakan tahapan penelitian R&D model Borg dan Gall yang terdapat sembilan tahap pengembangan. Tahap pertama yaitu potensi dan masalah, pengumpulan data sebagai analisis kebutuhan awal, kemudian mendesain permainan untuk meningkatkan kebugaran jasmani yang selanjutnya divalidasi oleh ahli materi dan media dengan persentase kelayakan sebesar 90 % dan 91,6 % yang masuk dalam kategori layak dan kemudian melakukan uji coba skala kecil terhadap 10 orang siswa. Kemudian pada revisi yang kedua oleh ahli materi mendapat persentase sebesar 90 % dan ahli media 91,6 % dimana persentase ini masuk dalam kategori sangat layak. Kemudian tahap selanjutnya yaitu pengujian skala besar terhadap 20 orang siswa. Hasil produk akhir penelitian pengembangan ini adalah permainan untuk meningkatkan kebugaran jasmani yang layak digunakan dalam proses pelaksanaan pembelajaran di SDN 060935 Medan

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa “Pengembangan Permainan Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa SDN 060935 Medan Tahun 2024” ini layak untuk digunakan dalam proses pembelajaran khususnya pada mata pelajaran PJOK.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah menyatakan bahwa pengembangan permainan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa SDN 060935 Medan

sudah layak dan tervalidasi oleh ahli media dan ahli materi pada bidang olahraga, maka ada beberapa saran sebagai berikut.

1. Pada pembelajaran siswa siswi dan guru dapat memanfaatkan pengembangan permainan ini untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada proses belajar dan mengajar
2. Guru dapat menggunakan permainan ini untuk ice breaking semaksimal mungkin.
3. Praktisi pengembangan permainan dapat menguji tingkat keefektifannya dalam belajar dengan melakukan penelitian terhadap pengembangan permainan untuk meningkatkan kebugaran jasmani sehingga bisa menghasilkan permainan atau belajar olahraga yang lebih bervariasi.
4. Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan jangan ragu untuk mengambil judul skripsi tentang penelitian pengembangan. Suatu penelitian pengembangan, layak atau tidak layak tergantung pada bagaimana mengemasnya atau mengembangkannya dan kepraktisan penggunaannya serta kesediaan alat dan tempat dimana kita akan menerapkannya.