

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sesuai dengan tujuan penelitian maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut :

Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berolahraga dengan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas tinggi SD Negeri 067247 Laucih Tahun Ajaran 2012/2013.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan , maka diajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Disarankan kepada siswa agar menanamkan pada dirinya bahwa kebugaran jasmani itu penting, sehingga siswa akan lebih giat lagi dalam melakukan latihan-latihan olahraga.
2. Dalam upaya meningkatkan kebugaran jasmani, disarankan kepada guru Penjas untuk lebih meningkatkan motivasi berolahraga siswa.
3. Sebaiknya guru bidang studi Penjas lebih mengenali anak didiknya sehingga bisa meningkatkan Tingkat kebugaran jasmani.

THE
Character Building
UNIVERSITY