

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa :

Terdapat kontribusi kesegaran jasmani sebesar 28% terhadap produktivitas kerja guru SMA Negeri 1 Kecamatan Siantar Kabupaten Simalungun. Sehingga terdapat 72% dari faktor lain yang memberi kontribusi terhadap produktivitas kerja guru di SMA Negeri 1 Kecamatan Siantar Kabupaten Simalungun yang antara lain adalah Upah yang layak, Kesempatan untuk maju, Pengakuan sebagai individu, Keamanan kerja, Tempat kerja yang baik , Penerimaan oleh kelompok, Perlakuan yang wajar, dan Pengakuan atas prestasi.

#### B. Saran

Dari kesimpulan penelitian di atas, maka beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah :

1. Agar guru SMA Negeri 1 Kecamatan Siantar Kabupaten Simalungun dapat meningkatkan kesegaran jasmani untuk meningkatkan produktivitas kerja.
2. Hasil penelitian dapat menjadi acuan bagi pembaca bahwa kesegaran jasmani mempunyai kontribusi yang besar terhadap produktivitas kerja.