

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan Pengaruh Permainan Kecil dalam Bentuk Pemanasan terhadap Keaktifan Siswa Mengikuti Pembelajaran Penjasorkes pada Siswa Kelas VIII MTs Nurul Huda Rubaru Tahun Pelajaran 2018/2019 dapat disimpulkan bahwa :

- a. Ada pengaruh pemberian permainan kecil dalam bentuk pemanasan terhadap tingkat keaktifan siswa dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah.. Hal ini ditunjukkan dengan adanya tingkat keaktifan siswa yang semakin tinggi atau baik.
- b. Besarnya pengaruh pemberian permainan kecil dalam bentuk pemanasan terhadap tingkat keaktifan siswa dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah dapat dilihat dari peningkatan dari rentan nilai pretest 1,44% meningkat ke 3,00% posttest.

B. Saran-Saran

Adapun saran-saran yang ingin disampaikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi sekolah dan guru penjas, perlu mengetahui pola pemanasan yang berbeda-beda dan menarik, salah satunya dengan menerapkan permainan kecil di dalam pemanasan pada pembelajaran pjok. Tujuannya tak lain adalah untuk meningkatkan kualitas mengajar seorang guru dan dapat membuat suasana pembelajaran yang menyenangkan.
2. Bagi para peneliti disarankan untuk mengkaji manfaat dan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesenangan siswa di dalam pembelajaran olahraga yang disesuaikan dengan kondisi lingkungan dan karakter serta usia dari peserta didik.