

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat kebugaran jasmani pada aspek daya tahan menggunakan *beep test* siswa kelas tinggi SD Negeri 2 Cimanggu siswa yang termasuk kategori Luar biasa (0 Siswa), Sangat baik (9 Siswa), Baik (15 Siswa), Rata-rata (17 Siswa), Sedang (7 Siswa), Rendah (7 Siswa), Sangat rendah (6 Siswa). Dengan demikian siswa dan guru memiliki gambaran umum dari tingkat kebugaran jasmani siswanya dan lebih berperan dalam menjaga tingkat kebugaran siswa.
2. Kecerdasan linguistik siswa menggunakan kuesioner yang meliputi aspek keterampilan membaca, keterampilan menulis, kegiatan menyimak dan keterampilan berbahasa siswa SD Negeri 2 Cimanggu yang termasuk kategori sangat baik (3 Siswa), baik (26 Siswa), cukup (27 Siswa) dan kurang (5 Siswa). Dengan demikian guru memiliki gambaran umum dari kecerdasan linguistik siswanya.
3. Terdapat hubungan searah antara tingkat kebugaran jasmani dengan kecerdasan linguistik siswa dengan koefisien korelasi 0,773 menggunakan analisis bivariat *product moment*. Nilai r-hitung lebih besar dari nilai r-tabel, r-hitung didapat 0,773 dan nilai r-tabel 0,254 dengan N=61. Maka r-hitung (0,773) > r-tabel (0,254) hal ini terdapat hubungan dengan kategori kuat antara variabel X tingkat kebugaran

jasmani dengan variabel Y kecerdasan linguistik siswa. Hal ini dibuktikan oleh siswa yang mendapatkan hasil tes kebugaran jasmani baik maka mendapatkan hasil baik pula dari tes kecerdasan linguistik, begitupun sebaliknya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan saran:

1. Untuk para guru, diharapkan selain melakukan proses pembelajaran seperti biasanya, guru harus berperan dalam menjaga tingkat kebugaran jasmani siswanya, selain untuk kesehatan, tingkat kebugaran jasmani juga berhubungan dengan proses terlaksananya suatu pembelajaran.
2. Untuk siswa, diharapkan selalu menjaga tingkat kebugaran jasmani minimal dengan melakukan aktivitas fisik 30 menit sehari selain menjaga kesehatan, tingkat kebugaran juga berhubungan dengan peran pembelajaran di sekolah.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian dengan mengeksplorasi lebih lanjut penelitian ini dengan melengkapi komponen tes kebugaran jasmani dan melengkapi variabel atau mengkhususkan seperti pada aspek membaca, menyimak, menulis serta berbahasa yang baik.