

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Simpulan Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, penelitian ini menyimpulkan bahwa:

- 1) Strategi Guru Pendidikan Jasmani dalam Menjaga Kebugaran Jasmani Siswa SMP Negeri 1 Laboya Barat.
- 2) Upaya Guru Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan dalam Menjaga Kebugaran Jasmani Siswa di SMP Negeri 1 Laboya Barat.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi di atas penelitian ini disarankan di antaranya:

- 1) Bagi siswa, agar terus bersemangat dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes.
- 2) Bagi guru, Penjasorkes di SMP N 1 Laboya Barat agar menambah pengetahuan yang berhubungan pembelajaran Penjasorkes baik teknik atau strategi mengajar agar proses pembelajaran dapat berjalan lancar.
- 3) Bagi penelitian selanjutnya hendaknya populasi penelitian yang digunakan lebih luass.