

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Hasil penelitian ini dilakukan untuk mengkaji bentuk pemanasan menggunakan salah satu permainan kecil sebagai kegiatan pembelajaran anak di SD GMT Bes'ana. Melalui penelitian ini maka peneliti menyimpulkan bahwa: Demi mendapatkan suatu kesenangan, kegembiraan, dan kepuasan dalam diri seseorang, maka olahraga rekreasi dengan menggunakan salah satu permainan kecil yaitu permainan menjala ikan menjadi salah satu kegiatan yang dilakukan oleh anak di sekolah.

#### **B. Saran**

##### 1. Siswa

Permainan kecil yang menjadi kegiatan rekreasi perlu dipertahankan sehingga menjaga kelestarian nilai-nilai yang terkandung dalam permainan tersebut dengan tujuan meningkatkan kesehatan dan kesegaran jasmani.

##### 2. Guru Penjasorkes

Bimbingan dan arahan teruslah dilakukan serta dapat menghasilkan bahan ajar dan karya ilmiah yang relevan guna menghasilkan siswa yang berkualitas melalui permainan kecil.