

## V. SIMPULAN DAN SARAN

### A. Simpulan

1. Ada pengaruh *outbond* terhadap peningkatan kohesivitas Kelas VIII SMP Negeri 2 Jatiagung Lampung Selatan.
2. Ada pengaruh permainan sepakbola terhadap peningkatan kohesivitas Kelas VIII SMP Negeri 2 Jatiagung Lampung Selatan
3. Ada perbedaan *outbond* dengan permainan sepakbola terhadap peningkatan kohesivitas Kelas VIII SMP Negeri 2 Jatiagung Lampung Selatan.

### B. Saran

1. Peneliti lainnya, khususnya bagi mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Unila dapat terus menerus memperbaiki penelitian dalam melakukan penelitian selanjutnya, dengan beberapa penyempurnaan.
2. Kepada para Mahasiswa dan Guru Pendidikan Jasmani diharapkan mencoba model-model latihan untuk meningkatkan kohesivitas siswa.
3. Guru/ pelatih dapat menggunakan *outbond* dengan permainan sepakbola untuk meningkatkan kohesivitas siswa/ atlet.