

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan tentang Implementasi Pendidikan Jasmani Menurut Perspektif Islam dalam Gerakan Sholat pada Lansia di Persulukan Parudangan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu, dapat disimpulkan bahwa:

1. Gerakan Sholat pada Lansia di Persulukan Parudangan Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu sebagaimana gerakan sholat pada umumnya berdasarkan kaidah fiqih berawal dari takbiratul ihram sampai pada salam.
2. Penerapan pendidikan jasmani dalam gerakan sholat pada masyarakat lansia di persulukan Parudangan kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu, semuanya berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang menyatakan bahwa penerapan pendidikan jasmani dalam gerakan shalat sangat membangun kesehatan bagi lansia. Karena pada saat mereka melakukan gerakan-gerakan shalat terjadi refleksi pada bagian-bagian tubuh mereka yang menjadikannya mereka nyaman dalam kehidupannya.

5.2. Saran

Berikut ini beberapa saran yang berkenan dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Bagi masyarakat

Untuk memberikan wawasan dan pengetahuan pada masyarakat bahwa gerakan sholat yang dilakukan memiliki nilai-nilai pendidikan jasmani, terkhusus's bagi masyarakat lansia yang masih melakukan ibadah sholat dan memberi semangat pada lansia dalam melakukan ibadah sholat dikarenakan gerakan sholat yang dilakukan merupakan pendidikan jasmani bagi mereka.

2. Bagi Peneliti

Memberikan wawasan tentang pendidikan jasmani yang ada pada gerakan sholat sehingga menjadi motivasi bagi peneliti dalam melakukan ibadah sholat serta dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan.

