

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di kelas III SDN 1 Jalaksana pada mata Pelajaran PENJAS pada materi Gerak Motorik Kasar diperoleh hasil yang berbeda antara kelas eksperimen dengan kelas kontrol yang sudah diberikan perlakuan berbeda. Berikut ini kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Terdapat perbedaan gerak motorik kasar antara peserta didik yang menggunakan *olahraga permainan tradisional* (kelas eksperimen) dengan peserta didik yang menggunakan olahraga atletik (kelas kontrol) di kelas III SDN 1 Jalaksana. Hasil ini dapat dilihat berdasarkan uji t-Test diperoleh hasil $t_{hitung} = 8,54$ dan nilai $t_{tabel} = 1,68$, maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ ini menunjukkan H_1 diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan gerak motorik kasar antara peserta didik yang belajar menggunakan *olahraga permainan tradisional* dengan peserta didik yang menggunakan olahraga atletik.
2. Terdapat perbedaan peningkatan gerak motorik kasar menggunakan *olahraga permainan tradisional* (kelas eksperimen) dengan peserta didik yang menggunakan olahraga atletik (kelas kontrol) di kelas III SDN 1 Jalaksana. Hal tersebut terbukti berdasarkan perhitungan n-gain pada kelas eksperimen meningkat memperoleh n-gain sebesar 0,5 dengan kriteria “sedang”. Sedangkan pada kelas kontrol memperoleh nilai n-gain sebesar 0,01 dengan kriteria “rendah”. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan gerak motorik kasar peserta didik yang menggunakan *olahraga permainan tradisional* dengan peserta didik yang menggunakan olahraga atletik.

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti menyimpulkan kembali penelitian ini yaitu terdapat pengaruh pada penggunaan *olahraga permainan tradisional* terhadap gerak motorik kasar siswa di kelas III SDN 1 Jalaksana.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas, peneliti memberikan saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan, diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah hendaknya menyarankan kepada guru untuk dapat melaksanakan pembelajaran yang kreatif dan inovatif dengan menggunakan tindakan yang sesuai, khususnya olahraga permainan tradisional agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan maksimal.

2. Bagi Guru

Guru disarankan untuk memanfaatkan olahraga permainan tradisional sebagai salah satu alternatif dalam praktik nya.

3. Bagi Peserta didik

Siswa hendaknya lebih aktif dan terlibat langsung dalam pembelajaran, agar proses pembelajaran dapat memberikan pengalaman yang bermakna.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang akan melakukan penelitian dalam bidang ini diharapkan dapat menyiapkan perencanaan pembelajaran dengan matang agar kegiatan pembelajaran yang dilakukan berjalan dengan lancar dan dapat memperluas objek penelitian serta mengkaji variabel lainnya.