

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan lompat tinggi siswa kelas V Sekolah Dasar Sepatan II. Dalam hasil pembahasan yang sudah dipaparkan sebelumnya bahwa nilai rata-rata data awal *pretest* yaitu 55,86 dan data akhir *posttest* 75,31 dengan selanjutnya berdasarkan pengujian homogenitas yang dilakukan dan diperoleh bahwa antara *pretest* dengan *posttest* memiliki varians yang sama atau homogen. Dalam uji normalitas mendapatkan nilai signifikansi (*Sig*) pada tes *pretest* sebesar 0,155 ($0,155 > 0,05$) dan tes *posttest* 0,194 ($0,194 > 0,05$). Bahwa jika nilainya di atas 0,05 maka dinyatakan data berdistribusi normal. Dan hasil uji *t Paired Sample t-Test* diketahui nilai probabilitas (signifikansi) *2-tailed* adalah $0,000 < 0,05$. Dengan hasil tersebut menunjukkan ada pengaruh signifikan permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan lompat tinggi siswa kelas V SDN Sepatan II. Dan hasil uji regresi linier sederhana dapat diketahui besar pengaruh permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan lompat tinggi dengan besar *R Square* adalah 0,682 atau dengan persentase 68,2%.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini berimplikasi pada:

1. Menjadi catatan yang bermanfaat bagi guru Sekolah Dasar Negeri Sepatan II, mengenai dengan kemampuan keterampilan lompat tinggi siswa kelas V.
2. Hasil penelitian diketahui ada pengaruh permainan tradisional lompat tali karet terhadap keterampilan lompat tinggi siswa kelas V SDN Sepatan II,

dengan demikian dapat menjadi acuan bagi guru untuk membuat program pembelajaran yang lebih menarik dan menyenangkan untuk anak SD.

C. Saran atau Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, maka penulis menyadari masih terdapat banyak keterbatasan dan kekeliruan yang ada dalam penelitian. Namun dengan penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi Guru Sekolah

Dalam pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* jika guru memaksimalkan pembelajaran tersebut dengan memodifikasi sarana dan prasarana nya maka siswa pun semangat dan senang dalam mengikuti pembelajaran lompat tinggi tersebut, terlebih membuat siswa mengenal bagaimana teknik dasar dalam lompat tinggi seperti awalan, sikap pelaksanaan atau tolakan juga melayang, sikap akhir atau mendarat dan juga seberapa sanggup dalam tinggi lompatan.

2. Bagi Pihak Sekolah

Perihal sarana dan prasarana yang harus di modifikasi atau membuat inovasi-inovasi juga pembaharuan terhadap sarana dan prasarana maka pihak sekolah yang seharusnya bertindak melakukan upaya untuk memperbaiki dan mampu menciptakan pembelajaran yang lebih baik lagi dari sebelumnya. Tentu akan berdampak positif untuk citra sekolah juga dapat meningkatkan kinerja guru dan aktivitas siswa yang aktif dalam proses pembelajaran pada akhirnya akan berdampak pada hasil belajar yang lebih baik lagi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian, khususnya dalam penelitian

pembelajaran atau keterampilan lompat tinggi gaya *straddle*. Bagi peneliti lain yang akan datang dapat mempertimbangkan pada subyek lain baik kuantitas juga kualitas responden tentu permainan tradisional lompat tali karet ini masih belum sempurna dan banyak kekurangannya, oleh karena itu peneliti berikutnya harus termotivasi lagi untuk melengkapi juga lebih bervariasi lagi guna meningkatkan keterampilan atau pembelajaran lompat tinggi.

Bagi peneliti lain disarankan untuk memakai metode kualitatif karena terdapat kekeliruan dalam penelitian ini.