

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa permainan gobak sodor memiliki pengaruh terhadap peningkatan kelincahan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Pematang Kepuh Kota Cilegon. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil uji t *Paired Samples Test* bahwa nilai Sig (2-tailed) adalah 0,000 yang menunjukkan nilai signifikansi  $<0.05$ . Berdasarkan data tersebut maka  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh antara sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan permainan gobak sodor.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, adapun saran yang dapat penulis sampaikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi guru olahraga

Guru disarankan untuk memperluas proses belajar mengajar dengan berbagai macam metode permainan guna meningkatkan partisipasi aktif, mengurangi kebosanan dan meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran.

2. Bagi siswa

Ketika proses pembelajaran olahraga berlangsung, diharapkan agar siswa lebih fokus memperhatikan dan mendengarkan guru.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Semoga hasil penelitian ini bermanfaat dan dapat dijadikan sebagai bahan acuan atau referensi, dan diharapkan penelitian selanjutnya dapat melibatkan jumlah populasi dan sampel yang lebih besar.