

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dari hasil analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari aktivitas atletik kids terhadap peningkatan gerak dasar lokomotor siswa.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan dari aktivitas atletik kids terhadap peningkatan gerak dasar manipulatif siswa.

5.2 Implikasi

Dengan diketahuinya pengaruh yang signifikan dari aktivitas atletik kids terhadap peningkatan gerak dasar lokomotor dan manipulatif siswa, hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan pelajaran PJOK di sekolah.

1. Dapat digunakan sebagai salah satu referensi alat bagi guru PJOK dan para pelatih atletik anak dalam menyusun program latihan yang menjadikan waktu latihan akan menjadi lebih efektif dan efisien sehingga pencapaian prestasi siswa akan lebih baik.
2. Dapat digunakan sebagai salah satu referensi alat dalam peningkatan gerak dasar lokomotor dan manipulatif siswa yang menyenangkan.
3. Dapat digunakan sebagai referensi untuk penerapan latihan berbasis permainan pada siswa sekolah dasar dengan berbagai tingkat kemampuan.

5.3 Rekomendasi

Meskipun penelitian dengan menggunakan aktivitas atletik kids telah berkembang dalam beberapa tahun terakhir, namun masih banyak yang perlu diteliti lebih lanjut. Beberapa rekomendasi untuk penelitian lebih lanjut meliputi:

1. Diperlukan penelitian jangka panjang untuk meneliti efek jangka panjang metode latihan berbasis permainan pada peningkatan gerak dasar lokomotor dan manipulatif.

2. Diperlukan penelitian lain yang dapat menentukan populasi yang beragam, seperti individu dengan kondisi medis tertentu dan tingkat kemampuan yang berbeda misalnya anak berkebutuhan khusus.
3. Diperlukan penelitian yang membandingkan metode latihan atletik kids dengan metode latihan lain untuk memberikan gambaran metode latihan yang lebih baik.