

BAB V

Kesimpulan dan Saran

1.1.Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan data pengukuran yang telah dilakukan oleh peneliti, kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian ini adalah permainan tradisional memberikan pengaruh terhadap kebugaran jasmani dan motivasi belajar siswa. Dalam hal ini permainan yang digunakan peneliti yaitu permainan hadangan dan bebentengan.

1.2.Saran

Dari hasil keseluruhan dan pembahasan pada penelitian ini, maka diberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menambah manfaat dari hasil penelitian. Adapun yang disarankan oleh peneliti yaitu:

1. Bagi pelatih pencak silat, agar dapat memodifikasi latihan yang dilakukan agar anak menjadi semangat dalam latihan, karna terkadang siswa akan merasa bosan dalam melakukan latihan.
2. Dalam penelitian ini terdapat kekurangan yang harus dilanjutkan pada penelitian-penelitian selanjutnya, oleh sebab itu untuk peneliti selanjutnya hendaknya melakukan penelitian terkait dengan permainan tradisional yang lainnya, agar anak makin tertarik dalam permainan tradisional yang ada sejak zaman dulu.
3. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukannya di kelas, agar bukan hanya siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler saja yang mendapat pembelajaran baru.
4. Penelitian ini juga masih perlu dikembangkan lagi dengan menggunakan sampel yang lebih banyak lagi