

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data pengaruh latihan *ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo dan latihan taekwondo tanpa *ladder drill* pada peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*, maka Peneliti memperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*. Hal ini ditunjukkan dengan hasil signifikansi 0,001 dengan probabilitas dan signifikansi lebih kecil dari yang diharapkan ($< 0,05$). *Ladder drill* adalah salah satu metode latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik, mengembangkan keterampilan gerak dasar seperti berlari, melompat, dan berpindah arah secara cepat dan terkontrol.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan latihan taekwondo tanpa *ladder drill* terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini pada tahap *fundamental*. Hal ini ditunjukkan dengan hasil signifikansi 0,001 dengan probabilitas dan signifikansi lebih kecil dari yang diharapkan ($< 0,05$). Latihan taekwondo tanpa *ladder drill* tetap memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan *motor educability* anak usia dini. Karena taekwondo sebagai olahraga berbasis gerakan dinamis melibatkan berbagai keterampilan motorik dasar seperti keseimbangan, koordinasi, kelincahan, kekuatan, dan fleksibilitas
3. latihan *ladder drill* terintegrasi cabang olahraga taekwondo lebih efektif dibandingkan latihan taekwondo reguler tanpa *ladder drill* dalam meningkatkan *motor educability* pada anak usia dini. Hal ini ditunjukkan dengan hasil signifikansi 0,000 dengan probabilitas dan signifikansi lebih kecil dari yang diharapkan ($< 0,05$), selain itu dapat dilihat berdasarkan hasil *Sum of Rank* pada latihan dengan *ladder drill* yang dilakukan oleh kelompok eksperimen menunjukkan hasil 345.00, sedangkan latihan taekwondo tanpa *ladder drill* menunjukkan hasil 120.00. Hal ini dikarenakan *ladder drill*

menambahkan elemen kecepatan, kelincahan, koordinasi, dan keseimbangan, yang mempercepat perkembangan keterampilan motorik anak. Dengan mengombinasikan latihan ini dalam sesi taekwondo, anak-anak mendapatkan stimulasi motorik yang lebih kompleks.

5.2 Implikasi

Implikasi yang penulis harapkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber referensi terkait manfaat dari latihan *ladder drill* terhadap peningkatan *motor educability* khususnya bagi para anak usia dini yang mengikuti cabang olahraga taekwondo.
2. Menjadikan penelitian ini sebagai referensi yang dapat dikembangkan lebih lanjut dan lebih baru bagi pembaca khususnya bagi mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

5.3 Keterbatasan Penelitian

Terdapat beberapa keterbatasan yang ditemukan dalam penelitian ini diantaranya, jumlah sampel yang terbatas, kesibukkan lain yang dimiliki sampel seperti latihan dilaksanakan pada masa ujian dan liburan sekolah, sehingga pada saat pelaksanaan program perlakuan yang diberikan tidak seluruhnya mengikuti dengan rutin. Terbatasnya pelatih yang ada di *club* sehingga peneliti melaksanakan pre-test dan post-test memerlukan waktu yang cukup banyak.

5.4 Rekomendasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, penulis memberikan beberapa rekomendasi yang dapat dijadikan sebagai masukan untuk peneliti selanjutnya, adapun rekomendasi yang penulis berikan sebagai berikut:

1. Bagi para pelatih dan pemula khususnya anak usia dini yang mengikuti cabang olahraga taekwondo, latihan *ladder drill* ini dapat menjadi salah satu latihan yang efektif untuk meningkatkan kemampuan *motor educability* anak usia dini, karena latihan yang dapat disesuaikan dan divariasikan pada setiap gerakannya.

2. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian serupa, sebaiknya mengembangkan dan melaksanakan penelitian ini lebih baik lagi, karena masih banyak kekurangan yang dilakukan oleh penulis. Seperti untuk sampel yang diperbanyak dan latihan yang digunakan untuk cabang olahraga lain.

Demikian kesimpulan, implikasi, dan saran dari penulis yang berjudul “Pengaruh Latihan *Ladder Drill* Terintegrasi Cabang Olahraga Taekwondo terhadap Peningkatan *Motor Educability* Anak Usia Dini pada Tahap *Fundamental*”. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, pelatih, dan anggota khususnya cabang olahraga Taekwondo agar lebih meningkatkan kemampuan *motor educability* anak usia dini untuk mempersiapkan atlet terbaik dikemudian hari.