

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan setelah melalui proses pengamatan, pengolahan data dan analisis data melalui prosedur statistika bahwa dengan memberikan pembelajaran pencak silat maenpo Cikalong dapat mempengaruhi tingkat koordinasi gerak dan kepercayaan diri siswa, hasil peningkatannya dapat dilihat dari hasil pengolahan data uji t bahwa pembelajaran pencak silat maenpo Cikalong memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan koordinasi gerak dan kepercayaan diri siswa di SMK Pemuda Sumedang.

B. Saran

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan oleh peneliti, yaitu kurangnya tingkat koordinasi gerak dan kepercayaan diri pada siswa, maka penulis menyarankan agar memberikan pembelajaran pencak silat maenpo Cikalong dalam pembelajaran penjas di sekolah atau dalam pembelajaran di luar sekolah (ekstrakurikuler), karena dengan siswa mempelajari pencak silat maenpo Cikalong akan berpengaruh terhadap peningkatan koordinasi gerak dan kepercayaan diri siswa. Seperti berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis, bahwa pembelajaran pencak silat maenpo Cikalong memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan koordinasi dan kepercayaan diri siswa.