

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 KESIMPULAN

Dari analisis data yang telah dilakukan, untuk mengetahui pengaruh penerapan media latihan *body protector* terhadap hasil sasaran tendangan pencak silat pada ekstrakurikuler di SMA Pasundan Cikalong Kulon. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap latihan sasaran tendangan pencak silat dengan menerapkan media latihan *body protector* pada ekstrakurikuler di SMA Pasundan Cikalong Kulon, melalui penerapan media latihan *body protector* terhadap hasil sasaran tendangan pencak silat pada ekstrakurikuler di SMA Pasundan Cikalong Kulon. Karena pada kelompok eksperimen dengan jumlah 20 orang diberikan materi tentang tendangan pada setiap pertemuan, dalam 16 pertemuan sehingga peningkatan tendangan lebih baik.

5.2 Implikasi

1. Penelitian ini dijadikan rekomendasi oleh banyak pihak khususnya para guru ekstrakurikuler pencak silat, agar lebih menyadari pentingnya mengembangkan dan meningkatkan media modifikasi.
2. Penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam mengembangkan keterampilan tendangan melalui penerapan media latihan *body protector* terhadap hasil sasaran tendangan pencak silat pada ekstrakurikuler di SMA Pasundan Cikalong Kulon.

Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu acuan para guru ekstrakurikuler pencak silat dalam mengembangkan media latihan *body protector* terhadap hasil sasaran tendangan pada siswa.

5.3 Rekomendasi

Pada penelitian selanjutnya, untuk lebih mendalami data yang di peroleh baik *pre-test* dan *post-test* dengan menambah banyaknya populasi agar perhitungan lebih akurat dan mencapai titik yang paling tepat dengan apakah perubahan ketika terjadi peningkatan atau tidaknya ketika dilakukan penerapan media latihan *body protector* terhadap hasil sasaran tendangan pencak silat pada ekstrakurikuler di SMA Pasundan Cikalong Kulon. Karena penelitian ini berfokus hanya pada 1 instansi saja. Keanekaragaman yang bias meningkatkan populasi yang diteliti. Seperti meneliti disekolah dalam lingkup Kecamatan, Kota atau Kabupaten.