

BAB V

SIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Berikut ini peneliti akan menyajikan berupa simpulan, implikasi, dan rekomendasi yang didapatkan dari temuan di lapangan selama pelaksanaan penelitian Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V di SD Negeri Budiharja. Berikut uraian yang akan dipaparkan:

5.1 Simpulan

Meninjau dari pembahasan dan pengolahan data yang bersumber dari bab IV, maka dapat dilihat bahwa Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V di SD Negeri Budiharja yang diikuti oleh Siswa Kelas V di SD Negeri Budiharja sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh dari permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani siswa dilihat dari hasil pengolahan data menggunakan uji paired sample t-test dengan hasil nilai sig 2 failed $0,00 < 0,05$, maka berarti H1 diterima dan H0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani.
2. Dalam penelitian ini ditemukan juga dari besaran pengaruh dari Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani, dengan menggunakan Uji R. Berdasarkan hasil perhitungan data yang telah dilakukan menggunakan uji R, maka diketahui hasil yang didapat yaitu sebesar 0,593 dan dapat dikatakan bahwa ukuran tersebut menjadi nilai untuk pengaruh penggunaan Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani adalah sebesar 59,3%.

5.2 Impikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan kurang lebih nya 2 bulan peneliti berharap dapat memberikan implikasi untuk diberikan pada pembelajaran permainan tradisional untuk meningkatkan kebugaran jasmani Siswa Kelas V Penggunaan permainan tradisional ini dapat memberikan implikasi yaitu untuk meningkatkan kebugaran jasmani melalui permainan tradisional.

5.3 Rekomendasi

Dari penelitian yang peneliti teliti, berharap memberikan manfaat yakni sebagai berikut:

5.3.1 Bagi Siswa

Penelitian ini dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa, merasa aman, nyaman, senang, dan semangat dalam pembelajaran olahraga di sekolah dasar. Selain itu, dapat memberikan kebugaran jasmani guna menjadikan lebih berkembang dari segi jasmani dan Rohani siswa.

5.3.2 Bagi Guru

Bagi guru penelitian ini telah memberikan bantuan yang berguna dalam menentukan pentingnya kebugaran jasmani siswa. Selain itu, melalui langkah-langkah inovatif yang diusulkan dalam penelitian ini, untuk meningkatkan metode pembelajaran yang lebih baik lagi yang bisa digunakan untuk guru lainnya nanti dengan guru harus lebih inovatif dan tepat sasaran. Manfaat permainan tradisional untuk pembelajaran memang sangat baik untuk menunjang kebugaran jasmasni siswa dan juga mempertahankan atau mesosialisasi kan permainan tradisional yang sudah tidak terjerambah oleh siswa sekolah dasar..

5.3.3 Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitsn ini dapat menjadikan bahan studi literature untuk memperkuat penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.