

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka kesimpulan secara umum dari hasil penelitian ini adalah permainan tradisional memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan kebugaran jasmani dan pembentukan perilaku sosial siswa.

Sedangkan kesimpulan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat dampak positif yang signifikan antara implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa.
2. Kelompok kontrol tidak menunjukkan dampak yang positif dan signifikan dalam peningkatan kebugaran jasmani.
3. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok eksperimen dan control dalam peningkatan kebugaran jasmani siswa.
4. Terdapat dampak positif yang signifikan antara implementasi permainan tradisional dalam pembelajaran pendidikan jasmani terhadap pembentukan perilaku sosial siswa.
5. Kelompok kontrol tidak menunjukkan dampak yang positif dan signifikan dalam perubahan perilaku sosial.
6. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol dalam perilaku sosial

B. Saran

Saran-saran yang dapat penulis kemukakan berkaitan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Permainan tradisional yang meliputi permainan engklek, bebentengan, kucing-kucingan, hitam-hijau dan gobak sodor dapat digunakan sebagai salah satu media untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan perilaku sosial siswa menjadi lebih baik dari sebelumnya.
2. Permainan tradisional yang meliputi permainan engklek, bebentengan, kucing-kucingan, hitam-hijau dan gobak sodor dapat dijadikan alternatif pengajaran dalam kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani di sekolah.
3. Permainan tradisional yang meliputi engklek permainan bebentengan, kucing-kucingan, hitam-hijau dan gobak sodor dapat dimodifikasi dan disesuaikan dengan tujuan pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani di sekolah.
4. Dalam hal lainnya peneliti menyarankan agar seluruh rakyat Indonesia mulai dari orang tua sampai guru dapat melestarikan dan mewariskan permainan tradisional kepada anak – anak, agar permainan tradisional tidak punah dan permainan tradisional berdampak positif bagi anak baik untuk fisik maupun kejiwaan psikis anak.