

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan tentang modifikasi permainan engklek terhadap keterampilan lompat jauh siswa kelas IV sekolah dasar, dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Berdasarkan data pada uji normalitas dengan *shapiro-wilk* diperoleh nilai *Pretest* 0.13 dan nilai *Posttest* 0.36, artinya  $> 0.05$ , dikatakan data berdistribusi normal. Pada uji hipotesis dengan *uji paired sampel t-test* diperoleh nilai sig (2-tailed) sebesar  $0.000 < 0.05$  ha diterima dan  $h_0$  ditolak maka terdapat pengaruh yang dihasilkan.
2. Besaran pengaruh bisa dilihat dari nilai rata-rata uji statistika deskriptif pada hasil *Pretest* nilainya 50.74 dan hasil *Posttest* nilainya 75.55. keterampilan gerak dasar siswa mengalami peningkatan, sehingga bisa disimpulkan jika pemberian modifikasi permainan engklek terhadap keterampilan lompat jauh siswa mengalami hasil yang signifikan.
3. Terdapat perbedaan peningkatan sebelum dan sesudah diberikannya *treatment* berupa modifikasi permainan engklek terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh siswa. Sebelum diberikan *teratment* siswa masih kurang dalam melakukan keterampilan gerak dasar lompat jauh dengan keempat teknik awalan, tolakan, melayang, dan mendarat secara sempurna, hasilnya ditunjukkan pada data saat pengukuran *Pretest*. Namun setelah diberikannya *treatment* siswa sudah bisa melakukan keterampilan gerak dasar lompat jauh dengan keempat teknik awalan, tolakan, melayang, dan mendarat secara baik dan sempurna, hasilnya ditunjukkan pada data saat pengukuran *Posttest*.

Maka berdasarkan hal tersebut, bisa disimpulkan jika terdapat pengaruh yang dihasilkan dari *treatment* berupa modifikasi permainan engklek sebelum dan sesudah diterapkannya pada keterampilan gerak dasar lompat jauh siswa kelas IV di SD Negeri Sepang, dan besaran pengaruh diperoleh sangat signifikan mengalami peningkatan.

## **B. Saran**

Dari kesimpulan yang telah dipaparkan pada penelitian ini, terdapat masukan yang menjadi saran sebagai berikut :

1. Bagi guru olahraga, diusahakan dapat memberikan pembelajaran yang lebih bervariasi khususnya pada mata pelajaran olahraga, melalui metode permainan agar anak lebih bersemangat dan tidak bosan, sehingga pembelajaran dapat diterima siswa dengan baik.
2. Bagi peserta didik, diharapkan lebih fokus, dan aktif mendengarkan guru pada saat pembelajaran olahraga di lapangan berlangsung
3. Bagi mahasiswa, semoga penelitian ini dapat bermanfaat dan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang sesuai dengan judul yang diajukan pada bidang pendidikan jasmani di sekolah dasar.