

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII A di SMP Islam Al Aly Kalitidu sebagian besar masuk dalam kategori Baik. yaitu diperoleh 1 peserta didik mempunyai kemampuan motorik Sangat Rendah, 3 peserta didik mempunyai kemampuan motorik Rendah, 2 peserta didik mempunyai kemampuan motorik sedang, 6 peserta didik mempunyai kemampuan motorik baik dan 0 peserta didik mempunyai kemampuan motorik sangat baik.

5.2. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

- 1) Bagi peserta didik kelas VIII di SMP Islam Al Aly Kalitidu, agar mengikuti latihan gerak dengan sungguh-sungguh sesuai dengan instruksi guru Pendidikan Jasmani, supaya tingkat kemampuan motoriknya akan terus meningkat hingga mencapai prestasi yang memuaskan.
- 2) Bagi guru Pendidikan Jasmani di sekolah, agar menjadikan tolok ukur hasil penelitian ini dari keadaan peserta didik. Sehingga diharapkan guru Pendidikan Jasmani di sekolah mampu menyusun program pembelajaran secara terstruktur.
- 3) Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengadakan pertimbangan penelitian ini dengan menggunakan subyek yang lain, baik dalam kuantitas maupun tingkatan kualitas. Secara kuantitas dengan menambah jumlah subyek yang ada, sedangkan secara kualitas dengan melibatkan tingkatan kelas yang lain.