

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data di atas, dapat disimpulkan bahwa :

Terdapat pengaruh permainan tradisional (gobak sodor dan bentengan) terhadap gerak motorik siswa MI Az-Zahro Kecamatan Sugihwaras Kabupaten Bojonegoro setelah diberikan pembelajaran melalui permainan tradisional. Pada saat pre test lari Zig Zag besarnya rata-rata adalah sebesar 8,83 Detik dan nilai rata-rata untuk data post test adalah sebesar 6,98 Detik. Pada saat pre test lompat Jauh Tanpa awalan memiliki rata-rata 146,31 Meter dan besarnya rata-rata untuk data post test adalah sebesar 154,85 Meter. Dan Lempar Tangkap Bola Pretest memiliki rata – rata 15,31 Lemparan dan Post Test lempar tangkap bola 18,31 Lemparan. Hasil ini menunjukkan terdapat pengaruh permainan tradisional terhadap gerak motorik siswa MI Az-Zahro Kecamatan Sugihwaras Kabupaten Bojonegoro setelah berlatih permainan tradisional meningkat. Penelitian ini mendukung kemampuan motorik kasar anak melalui permainan tradisional gobak sodor dan bentengan. Adapun dengan menggunakan permainan tradisional gobak sodor dan bentengan ini, dapat meningkatkan kemampuan gerak motoric siswa kelas V MI Az-Zahro Kecamatan Sugihwaras Kabupaten Bojonegoro

#### **5.2. Saran**

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

- 1) Bagi peserta didik kelas V di MI Az Zahro Kec. Sugihwaras, 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.

