

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data tentang pengaruh modifikasi permainan rugby terhadap tingkat kemampuan motorik dan kebugaran siswa MTs Tarbiyatul Ulum Pekuwon, Kecamatan Rengel, Kabupaten Tuban. Tujuan dari penelitian ini adalah mencari tahu apakah ada pengaruh yang signifikan dengan memberikan modifikasi permainan rugby terhadap tingkat kemampuan motorik dan kebugaran siswa MTs Tarbiyatul Ulum Pekuwon, Kecamatan Rengel, Kabupaten Tuban. Data yang diperoleh selama melakukan penelitian diolah menggunakan rumus statistik sehingga hasilnya mampu menjawab rumusan masalah dan dapat dirangkum menjadi suatu kesimpulan penelitian. Simpulan dari penelitian ini sebagai berikut :

5.1.1 Adanya pengaruh yang signifikan dengan memberikan modifikasi permainan rugby terhadap tingkat kemampuan motorik dan kebugaran siswa MTs Tarbiyatul Ulum Pekuwon, Kecamatan Rengel, Kabupaten Tuban.

5.1.2 Pengaruh yang diberikan suatu modifikasi permainan rugby terhadap tingkat kemampuan motorik siswa MTs Tarbiyatul Ulum Pekuwon sebesar 11,15% dan Dan untuk pengaruh modifikasi permainan rugby terhadap kebugaran siswa MTs Tarbiyatul Ulum Pekuwon sebesar 3,10% .

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, ada beberapa saran yang dapat penulis sampaikan diantaranya adalah sebagai berikut :

5.2.1 Bagi siswa

Setelah mengetahui kemampuan motorik dan kebugaran jasmani pada diri siswa itu sendiri, diharapkan agar para siswa dapat mengembangkan dan meningkatkan kemampuannya tersebut dengan banyak berolahraga, baik olahraga rugby dan lain sebagainya.

5.2.2 Bagi guru

Setelah mengetahui kemampuan motorik dan kebugaran jasmani yang dimiliki setiap siswa, diharapkan data yang diperoleh dapat dimanfaatkan dalam merancang dan mengembangkan setiap program

pembelajaran yang sesuai dengan ketrampilan yang dimiliki oleh siswa

5.2.3 Bagi sekolah

Penelitian telah mengidentifikasi pengaruh modifikasi permainan rugby terhadap tingkat kemampuan motorik dan kebugaran jasmani siswa kelas VIII MTs Tarbiyatul Ulum Pekuwon, Kecamatan Rengel, Kabupaten Tuban. Sehingga data data dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman dalam merancang suatu kurikulum dan materi, serta sebagai acuan untuk meningkatkan fasilitas yang mendukung perkembangan motorik dan kebugaran siswa.

