

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1.Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan:

1. Melalui kegiatan bermain lari estafet dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan motorik kasar terutama pada aspek kelincahan, kecepatan dan ketangkasan dibandingkan dengan bermain halang rintang.
2. Dengan adanya kegiatan bermain lari estafet anak lebih bersemangat.

5.2.Saran

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan yang telah dikemukakan diatas maka peneliti menyarankan hal-hal berikut:

1. Bagi guru dan calon guru diharapkan dapat menerapkan kegiatan bermain lari estafet dalam proses pembelajaran untuk mengembangkan motorik kasar anak terutama aspek kelincahan, kecepatan dan ketangkasan.
2. Hasil ini hendaknya dapat dijadikan sebagai masukan bagi peneliti lain yang berkaitan dengan masalah yang sama dan melakukan penelitian eksperimen dalam mengimplementasikan kegiatan-kegiatan bermain lainnya yang dapat meningkatkan kualitas pendidikan.