

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijabarkan permainan tradisional Egrang Bambu mampu memberikan pengaruh pada peningkatan kemampuan koordinasi gerak kelas V Sekolah Dasar Negeri 066053. Diuji dari rata-rata yaitu pada *pretest* 9.4333 dan *posttest* 14.0667. setelah itu, hasil analisis uji-t pada ketentuan nilai perolehan data $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $11.273 > 2.045$ dengan nilai signifikan $0,001 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil penelitian permainan tradisional Egrang Bambu didapatkan adanya peningkatan kemampuan koordinasi siswa, sehingga permainan ini memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan koordinasi gerak siswa di kelas V.

5.2 Implikasi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengajaran melalui permainan tradisional Egrang Bambu dapat memberikan dampak terhadap pengajaran dan peningkatan kemampuan koordinasi dengan menggunakan permainan ini pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 066053. Dengan adanya fakta tersebut, maka guru pendidikan jasmani dapat mempertimbangkan proses pembelajaran melalui bermain, khususnya materi keseimbangan dan lempar tangkap bola tenis, agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan sebaik-baiknya.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, disarankan kepada guru PJOK agar dapat memanfaatkan permainan tradisional Egrang Bambu sebagai salah satu alternatif pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan koordinasi gerak siswa. Permainan ini tidak hanya melatih aspek fisik, tetapi juga mampu meningkatkan keaktifan, keberanian, serta respon motorik siswa dalam proses pembelajaran. Selain itu, sekolah diharapkan dapat mendukung pelestarian permainan tradisional dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai agar pembelajaran PJOK menjadi lebih variatif dan menyenangkan. Bagi peneliti selanjutnya adalah instrumen yang digunakan hanya relevan dan sesuai untuk konteks, subyek, serta tujuan penelitian yang telah dilakukan, sehingga penggunaannya sebaiknya dibatasi hanya pada penelitian ini. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar peneliti tidak menggunakan instrumen yang sama, melainkan mengembangkan atau menyesuaikan instrumen baru yang lebih sesuai dengan karakteristik subjek, variabel, serta kebutuhan penelitian yang akan dilakukan, sehingga hasil yang diperoleh lebih akurat, valid, dan memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik.