

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, maka dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional yang terdiri dari permainan hadang dapat meningkatkan kelincahan pada siswa kelas V SDN Aren Jaya 21 Bekasi Timur. Dengan menggunakan permainan tradisional siswa lebih bersemangat untuk melakukan latihan karena, permainan tersebut merupakan permainan yang kompetitif.

B. Saran-Saran

Berdasarkan hasil analisis pengaruh latihan permainan tradisional hadang pada siswa kelas V SDN Aren Jaya 21 Bekasi Timur, berikut penulis menyarankan sebagai berikut:

1. Permainan tradisional hadang dapat diterapkan dalam program latihan fisik terutama untuk meningkatkan kelincahan peserta didik.
2. Mengingat keterbatasan kemampuan, waktu, tenaga dan hasil dari penelitian ini, sebaiknya ditindak lanjuti dengan penelitian terkait atau serupa dalam penelitian ini dan dalam melakukan penelitian selanjutnya perlu memperhatikan kelemahan-kelemahan penelitian sebelumnya seperti variabel penelitian, populasi dan sampel