BAB V

# KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian didasarkan pada hasil-hasil analisis korelasi dalam pengujian hipotesis. Kesimpulan penelitian merupakan jawaban dari permasalahan dan sebagai hasil pengujian hipótesis.

## A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasannya, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada kontribusi yang signifikan panjang tungkai terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada murid SDI Barang Kecamatan Pujananting Kabupaten Barru.
2. Ada kontribusi yang signifikan kecepatan lari terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada murid SDI Barang Kecamatan Pujananting Kabupaten Barru.
3. Ada kontribusi yang signifikan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada murid SDI Barang Kecamatan Pujananting Kabupaten Barru.
4. Ada kontribusi yang signifikan panjang tungkai, kecepatan lari dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada murid SDI Barang Kecamatan Pujananting Kabupaten Barru.

## Saran

Agar hasil penelitian dapat dimanfaatkan untuk memperkaya khasanah disiplin pendidikan jasmani, khususnya untuk meningkatkan kemampuan lompat jauh pada cabang olahraga Atletik, maka saran yang dikemukakan sebagai berikut :

1. Pembina, pelatih dan guru penjas bahwa panjang tungkai, kecepatan lari dan kekuatan otot tungkai sangat erat hubungannya dengan kemampuan lompat jauh gaya jongkok sehingga dalam pencarian dan pembinaan atlet pemula atau siswa dapat memperhatikan serta mempertimbangkan faktor-faktor tersebut.
2. Penelitian ini sebaiknya dikembangkan pada populasi yang berbeda dan ruang lingkup permasalahan yang diperluas serta lebih spesifik lagi.