**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

1. **Kesimpulan**

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara berat badan dengan kemampuan lari sprint 60 meter siswa SDN Tanggul Patompo 1 Makassar.
2. Ada hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan kemampuan lari sprint 60 meter siswa SDN Tanggul Patompo 1 Makassar.
3. Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan lari sprint 60 meter siswa SDN Tanggul Patompo 1 Makassar.
4. Ada hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara berat badan, panjang tungkai, dan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan lari sprint 60 meter siswa SDN Tanggul Patompo 1 Makassar.
5. **Saran**

Adapun saran yang dikemukakan ini adalah sebagai berikut:

1. Dalam memilih atlet yang akan di latih sebaiknya, guru pendidikan jasmani dan pelatih selalu memperhatikan unsur komponen fisik yang ikut berperan seperti berat badan, panjang tungkai dan daya ledak otot tungkai.
2. Kepada rekan-rekan peneliti di sarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan cakupan yang luas dan melihat kemungkinan adanya variabellain yang relevan serta dengan populasi yang lebih luas dan juga memiliki kontribusi atau pengaruh yang positif terhadap pembinaan olahraga atletik.
3. Bagi mahasiswa yang berminat melakukan penelitian lebih lanjut, disarankan agar melibatkan variabel-variabel lain yang relevan dengan penelitian ini serta dengan populasi dan sampel yang lebih luas.