

## **V. SIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, maka simpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan yang signifikan kekuatan lengan dengan keterampilan rollkip pada siswa kelas VIII SMP Yadika Natar.
2. Ada hubungan yang signifikan kekuatan tungkai dengan keterampilan rollkip pada siswa kelas VIII SMP Yadika Natar.
3. Ada hubungan yang signifikan kelentukan togok dengan keterampilan rollkip pada siswa kelas VIII SMP Yadika Natar.
4. Ada hubungan yang signifikan tinggi badan dengan keterampilan rollkip pada siswa kelas VIII SMP Yadika Natar.
5. Ada hubungan berat badan yang signifikan dengan keterampilan rollkip pada siswa kelas VIII SMP Yadika Natar.

### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Bagi siswa agar dapat meningkatkan keterampilan rollkip dan meningkatkan kondisi fisik penentu peningkatan prestasi agar mendapatkan hasil yang optimal.

2. Guru Pendidikan Jasmani dalam usaha meningkatkan keterampilan rollkip maka perlu memperhatikan kondisi fisik siswa sehingga dapat direncanakan program khusus guna tercapainya prestasi yang diharapkan.
3. Bagi peneliti lain bahwa masih ada unsur lain yang mempengaruhi penguasaan keterampilan rollkip , hal ini dapat diteliti kembali guna menjadi bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan penguasaan keterampilan rollkip .