

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil statistik deskriptif yang telah dilakukan dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan kecepatan lari 100 meter dengan hasil lompatan padalompat jauh diperoleh nilai hubungan sebesar -0,699 sehingga dapat dikategorikan hubungan kuat. Nilai korelasi yang negatif tersebut memperlihatkan adanya hubungan yang berlawanan antara variabel bebas dengan variabel terikat, yakni lari 100 meter yang lebih rendah waktu tempuhnya (larnya lebih cepat) dapat mempengaruhi jauh lompatan pada lompat jauh.
2. Besar hubungan kecepatan Lari 100 meter dengan hasil lompatan pada lompat jauh di siswa kelas IXA SMP Negeri 1 Kalianget diperoleh nilai sebesar $r_{hitung} = -0,699 > r_{tabel} = 0,320$, maka nilai korelasinya signifikan.

A. Saran

Sumbangan dengan hasil penelitian maka dapat disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Peneliti menyarankan agar dilakukan penelitian sejenis dengan sampel yang lebih besar.
2. Perlu dicobakan pada lompat jauh dengan menyamakan gaya lompatan yang dipakai.