

BAB V

PENUTUP

5.1. Simpulan

Berdasarkan penyajian data dan pembahasan dalam penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Bahwa dari 2 kali tindakan yang dilaksanakan terjadi peningkatan disetiap tindakan. Dan diawali dengan observasi awal sebagai dasar pelaksanaan tindakan selanjutnya tampak keterampilan belajar lari jarak pendek pada siswa kelas III SDN 83 Kota Tengah menunjukkan kriteria yang kurang dengan skor rata-rata keseluruhan 57%. Pada siklus I kegiatan keterampilan belajar lari jarak pendek tahap persiapan, tahap gerakan, akhir gerakan.
2. Keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 67% artinya masih berada pada kategori cukup. Dan pada siklus II mengalami peningkatan yaitu keterampilan belajar lari jarak pendek yaitu tahap persiapan, tahap gerakan, akhir gerakan. keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 81% artinya telah berada pada kategori sangat baik, sehingganya penelitian ini dianggap berhasil.

5.2. Saran

Dalam kesempatan ini peneliti sekaligus sebagai penulis akan memberikan saran yang kiranya dapat dijadikan pegangan dalam menjalankan tugas sebagai seorang pendidik yaitu :

1. Guru dapat memodifikasi pemanasan dengan permainan penjas sebelum pelaksanaan kegiatan inti (materi) yang terkait dengan materi yang diajarkan.
2. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman secara langsung dalam proses belajar mengajar dan diharapkan peneliti dapat mengaplikasikan pembelajaran tersebut.
3. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menumbuhkan aktivitas dan kreatifitas siswa secara optimal dalam pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani.
4. Diharapkan senantiasa melakukan penelitian tindakan kelas sehingga didapat metode-metode baru yang dapat meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Bayu winarno.** 2012. Jurnal Pengaruh Lingkungan Belajar Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Hasil Belajar Siswa. Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta
- Dini Rosdiani.** 2012. Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Bandung. Alfa Beta Bandung
- Hamzah Uno dan Nurdin Mohamad.**2012. Belajar Dengan Pendekatan PALKEM (*Pembelajaran Aktif, Inovatif, Lingkungan, Kreatif, Efektif, Menarik*). Jakarta. PT. Bumi Aksara.
- <http://www.scribd.com/doc/109230442/Hakikat-Hasil-Belajar>
- Sodikin Chandra dan Achmad Esnoe.** 2010. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Jakarta. Pusat Perbukuan. Kementrian Pendidikan Nasional
- Muhajir dan Budi Sutrisno.** 2013. Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Jakarta. Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- Nanang Hanafiah dan Cucu Suhana.** 2012. Konsep Strategi Pembelajaran. Bandung PT. Rafika Aditama
- Sutrisno dan Muhammad Bazin Khafadi.**2010. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan 2 Jakarta. Pusat Perbukuan. Kementrian Pendidikan Nasional