

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian yang diuraikan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut bahwa menggunakan model bermain pada mata pelajaran Penjaskes materi gerak dasar lari jarak pendek dapat meningkatkan kemampuan siswa kelas V di SDN No. 55 Dumbo Raya. Model bermain dapat membantu menyalurkan konsep bahan pelajaran kepada siswa khususnya pada materi gerak dasar atletik lari jarak pendek sehingga mempermudah dan memperlancar proses belajar siswa serta merangsang semangat belajar siswa. Dengan demikian dapat mengoptimalkan kemampuan siswa khususnya pada materi gerak dasar atletik lari jarak pendek pada cabang olahraga atletik, hal ini dilihat dari adanya peningkatan kemampuan mereka.

5.2 Saran

Berkenan dengan pelaksanaan hasil penelitian, maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan penelitian tindakan kelas diharapkan dapat membantu rekan-rekan guru penjaskes, juga peneliti dapat mengembangkan kemauan dan keterampilan dalam menghadapi serta memecahkan permasalahan yang nyata dalam proses pembelajaran penjaskes khususnya untuk gerak dasar lari jarak pendek pada cabang olahraga atletik.
- b. Pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini diharapkan menjadi titik awal bagi siswa untuk meningkatkan prestasi siswa khususnya pada cabang olahraga atletik nomor lari.
- c. Bagi rekan-rekan guru penjaskes untuk dapat menjadi hasil penelitian ini sebagai bahan pembanding dalam penyajian materi-materi penjaskes yang dipandang relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Djamarah Syaiful Bahri, dan Aswan Zain. 2013.** *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Rineka Cipta
- Hafid, Tarmudi B. dan Ahmad Rithahudin. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMA XI*. Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas
- Hariwijaya M., dan Atik Sustiwi. 2013.** *Multiple Intelligences*. Yogyakarta : Mitra Buku.
- Heryana, Dadan dan Giri Verianti. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V*. Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional.
- Husdarta, JS. Dan Yudha M. Saputra. 2013.** *Belajar dan Pembelajaran. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : Alfabet
- Isnaini, Faridha dan Suranto. 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan VIII*. Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Muhajir dan Budi Sutrisno. 2013.** *Buku Guru Pendidikan Jamani Olahraga dan Kesehatan VII*. Jakarta : Kemdikbud
- Madyawati, Lilis. 2012.** *Permainan dan Bermain 1 (Untuk Anak)*. Jakarta : Prenada.
- Nurhuda, Hilman dan Mia Kusumawaty. 2010.** *Arena Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Puteh Sharifah Nor, Dan Aliza Ali. 2011.** *Pendekatan Bermain Dalam Pengajaran Bahasa Dan Literasi Bagi Pendidikan Prasekolah (Jurnal Pendidikan Bahasa Melayu)*. Malaysia : Universiti Kebangsaan Malaysia (ISSN: 2180-4842, Vol. 1, Bil. 2 (Nov. 2011): 1-15)
- Sagala Syaiful. 2013.** *Konsep Dan Makna Pembelajaran*. Bandung : Alfabeta
- Sarjono dan Sumarjo. 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Sumpeno, Joko dan Dedy Joko Budi Santoso. 2010.** *Penjasorkes*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Sutrisno, Budi dan Muhammad Bazin Khafadi. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas.

Tri Jaya S., dan Marjuki. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.*
Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional

Uno Hamzah B., dan Nurdin Mohamad. 2012. *Belajar Dengan Pendekatan PAILKEM.* Jakarta : Bumi Aksara.

Wahyuni, Sri Dkk. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.*
Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas.

Widyastuti, Endang dan Agus Suci. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD VI.* Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas.