

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan jasmani anak dalam kegiatan senam ritmik (pingguin) pada anak usia 5-6 tahun di Menara Ilmu Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo yaitu: 1). Gerakan pemanasan, bahwa sebagian besar anak sudah mampu melakukan gerakan senam pingguin tersebut namun terdapat beberapa anak yang belum mammpu melakukannya, 2). Gerakan inti, bahwa sudah mampu melakukan gerakan yang indah dan mudah ditiru oleh teman-temannya, 3). Gerakan pendinginan, Senam pingguin ini selain terlihat agak lucu namun sangat berarti bagi anak-anak karena melatih anak-anak dan melatih kemampuan jasmani mereka dan melatih motorik kasar pada anak.

5.2 Saran

Sehubungan dengan kesimpulan di atas mengenai Deskripsi Kemampuan Jasmani Anak dalam Kegiatan Senam Ritmik (Pinguin) Pada Anak Usia 5-6 Tahun di Menara Ilmu Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo sebagai bentuk rekomendasi maka peneliti menyarankan kepada pihak-pihak terkait yaitu:

1. Guru harus lebih efektif dalam melatih senam pingguin kepada anak-anak agar dapat melakukan gerakan tersebut dengan baik.
2. Bagi orang tua agar lebih mengutamakan kemampuan, perkembangan, dan kebutuhan anak dalam mengikuti senam ritmik (Pinguin).

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Mardiana,dkk., 2011.*Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.Jakarta: UT
- Agus Mahendra,2000. *Senam*. Yogyakarta. FIK UNY.
- Alim. 2009. *Kemampuan Senam Ritmik Bagi Siswa*. Bandung: Raja Grafindo
- Abdul Rauf.2013. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Pusataka Ilmu
- Arikunto & Suharsimi. 2010. *Prosedur penelitian suatu penelitin praktis*. Jakarta:
Asdi Mahasatya
- Djoko Pekik I, 2004. *Bugar dan Sehat dengan Berolahraga*. Yogyakarta: Andi
Offset.
- Herdina. (2008). *Melatih Ketangkasan Jasmani dengan Senam*. Jakarta:
Intimedia.
- Hamka N Rahmat. 2010. *Permainan Anak Dan Aktivitas Ritmik*. Jakarta :
Erlangga
- Herdiansyah. 2013. *Wawancara, Observasi, dan Fokus Grup sebagai Instrumen
Penggalian Data Kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Irwansyah,2006. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan*, Jakarta: Grafindo
Media Pratama.
- Iain Adams dan Rahantoknam. 2010. *Pendidikan Jasmani Dengan Pendekatan
Pemahaman*. Jakarta: Depdikbud. Ditjen. Dikdasmen.
- Jonathan Sarwono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*.
Yogyakarta: Graha Ilmu
- Lihawa. 2010. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* Volume 6 No. 2. Jakarta:
Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Program Program Pascasarjana
Universitas Negeri Jakarta.
- Muhajir, 2006. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan*, Jakarta: Ghalia
Indonesia Printing.

- Marjuki. 2014. *Penjaskes di Perguruan Tinggi*. Bandung: erlangga
- Mardiana. 2011. *Senam Ritmik*. Jakarta: Graha Ilmu
- Rahman Arifin. 2009 *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga
- Rosmaala Dewi, 2005. *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya pada Pendidikan Anak Pendidikan Anak Usia Dini*. Jogjakarta : Diva Press.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sukintaka. 2004. *Fisiologi Pembelajaran dengan Masa Depan Pendidikan Jasmani*. Bandung: Yayasan Nuansa Cendikia.
- Sumarjo, 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Surabaya: JP Book.
- Sugiyanto. 12005. *Belajar Gerak*. Jakarta: KONI Pusat.
- Siti Rohima. 2014. *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Tubuh Manusia*. Jakarta: Alfabeta
- Sri Utami. 2011. *Dasar-Dasar Senam Ritmik*. Jakarta: Grafindo
- Surya Ali. 2010. *Senam Ritmik*. Bandung. Alfabeta
- Surtiyo Utomo. (2008). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Woerjati, SK. 2005. *Buku Diktat Matakuliah Senam Irama*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Wahjoedi. 2000. *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Raja Grafindo.