

hasilnya sinkron karena tingkat kesulitannya sama dari katagori 1 sampai katagori 4.

BAB V
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian hasil analisis dan pengolahan data yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa pelaksanaan indentifikasi kesulitan pada siswa Kelas V SD Negeri 1 Muntang Kecamatan Kemangkon Kabupaten Purbalingga dalam melakukan lari cepat yang mengalami kesulitan sebanyak 18,76% meliputi posisi togok sebagai katagori 1 kesulitan tertinggi 5,47 % yang terletak pada indikator ketiga dan keempat, Gerakan Lengan sebagai katagori 2 yaitu 5,21 % yang terletak pada indikator pertama, ketiga dan keempat , Gerakan kaki sebagai katagori 3 yaitu 4,17 % yang terletak pada indikator kedua dan ketiga dan pada posisi kepala sebagai katagori ke 4 yaitu 3,91 % yang terletak pada indikator ketiga dan keempat.

B. Implikasi Penelitian

Implikasi yang terkait dengan penelitian ini adalah guru perlu memberikan pengetahuan tentang cara melakukan gerakan posisi togok secara terperinci karena faktor ini mempunyai nilai persentase yang termasuk kategori tingkat kesulitan yang paling tinggi untuk faktor lain perlu dipertimbangkan dan ditingkatkan.

C. Keterbatasan Masalah

1. Penelitian sebagai pengamat sehingga dimungkinkan ada bias
2. Instrumen penelitian belum dicari reliabilitasnya

D. Saran-Saran

Saran yang dapat penyusun berikan sehubungan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagi Siswa:

Agar lebih senang dalam mengikuti pembelajaran olahraga atletik khususnya olahraga lari cepat, ataupun olahraga yang lain. Karena apapun bentuknya semua olahraga sangat berguna bagi kesehatan tubuh. Jika siswa menekuninya bias menjadi profesi dimasa depan.

2. Bagi Sekolah:

Agar menyempurnakan atau memperbaharui sarana dan prasarana olahraga guna peningkatan prestasi olahraga siswa demi kemajuan sekolah.

3. Bagi Guru :

Agar selalu memberikan motivasi dan meningkatkan kreatifitas dalam model pembelajaran agar mudah di pahami dan disukai siswa.

4. Bagi Peneliti:

Lebih mengembangkan kreatifitas pembelajaran pendidikan jasmani guna memotivasi siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif Gunarso.(1993). *Bagaimana Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*. Surabaya: Usaha Nasional.
- BNSP.(2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan-Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI*. Jakarta
- Catharina Tri Anni,dkk.(2004). *Psikologi Belajar*. Semarang: UPT MKK UNNES.
- Djumidar, Muhamad., A. Widya. (2004). *Gerak-gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Dimiyati. (1994).© 2011 www.ilpizukdi.com. All rights reserved Powered by Pemayang Web. Diakses tanggal 26 mei 2012
- E. Mulyasa. (2000). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Eddy Purnomo. (2011). *Dasar-dasar Gerakan Atletik*. Yogyakarta: Alfabedia.
- IAAF. (2000). *Peraturan Perlombaan Atletik*. Alih Bahasa Suyono DS. Jakarta: Pengurus Besar PASI.
- Harsono. (1988).<http://mpor.blogspot.com/2011/06/reaksi.otot-tungkai-dengan-lari.html>. diakses tanggal 20 juni 2012
- Ischak S.W. dan Warji R. (1987). *Program Remedial dalam Proses Belajar Mengajar*. Yogyakarta.Liberty.
- M. Sajoto. (1995). *Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. andibrilinunm.blogspot.com/.../komponen-komponen-kondisi-fisik.h...diakses tagal 5 mei 2012.
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta : PT Remaja Rosdakarya.
- Rochman Natawidjaja. (1990). *Pengajaran Remedial*. Jakarta: PD. Adreola.
- Rusli Lutan. (2001). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani: Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Saerobanu. (2011). *Identifikasi kesalahan dalam melakukan lompat tinggi gaya guling perut*. yogyakarta

- Sardiman. (1990). 2011 www.ilpizukdi.com. All rights reserved Powered by Pemayang Web. Diakses tanggal 26 mei 2012
- Sri Rumini. (1993). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UPP IKIP Yogyakarta.
- Sugito.(1993). *Atletik*. Surakarta: UNS.
- Suharsimi Arikunto.(2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Bina Aksara.
- Tamsir Riyadi. (1985). *Petunjuk Atletik*. Yogyakarta: FPOK-IKIP.
- Weiner. (2003). Kesulitan Belajar. Tarmidi. Wordpress.com/2008/02/20/kesulitan-belajar-learning.diss...diakses tanggal 01 september 2012
- Winkel,W.S. (1999). *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Gresindo.
- Yoyo Bahagia,dkk. (2000). *Atletik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Yuda M Saputra. (1999). *Dasar-dasar Keterampilan Atletik*. Jakarta. Departemen Pendidikan Nasional.
- Yusuf Adisasmita. (1992). *Olahraga Pilihan Atletik*. Jakarta: Depdikbud DJPTP2TK