

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan sesuai dengan rumusan masalah, tujuan serta hasil penelitian mengenai antropometri dan gerak dasar fundamental, peneliti menyimpulkan bahwa : (1) Gerak dasar fundamental berdasarkan indeks massa tubuh pada hasil yang didapat sebagian besar siswa masuk pada kategori dibawah rata-rata. Hal tersebut bisa saja terjadi karena siswa yang berada di Kecamatan Cidadap memiliki indeks massa tubuh yang kurang baik. (2) Gerak dasar fundamental berdasarkan pengukuran rasio rentang lengan/tinggi badan sebagian besar siswa masuk pada kategori dibawah rata-rata. (3) Gerak dasar fundamental berdasarkan pengukuran rasio panjang tungkai/berat badan sebagian besar siswa masuk pada kategori dibawah rata-rata. Gerak dasar sendiri bisa dikatakan sebagai salah satu fondasi awal untuk anak dapat melakukan aktivitas sehari-hari. Dengan menguasai gerak dasar, anak dapat melakukan beberapa gerakan yang lebih kompleks kedepannya. Selain itu, antropometri juga menjadi salah satu hal penting yang perlu diketahui oleh guru pendidikan jasmani, karena dengan mengetahui hal tersebut pembelajaran pendidikan jasmani bisa lebih bervariasi sehingga anak dapat mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya. Dengan memahami pengukuran antropometri dan gerak dasar fundamental, guru pendidikan jasmani dapat memberikan pembelajaran yang sesuai guna mendukung perkembangan motorik siswa secara optimal.

5.2 Implikasi

Berdasarkan simpulan penelitian di atas, skripsi yang telah penulis buat mempunyai beberapa implikasi diantaranya sebagai berikut:

1. Sekolah perlu mengajak siswa untuk ikut serta aktif mengikuti kegiatan diluar jam pembelajaran contohnya kegiatan ekstrakurikuler yang berhubungan dengan olahraga. Hal ini tentunya dapat membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan gerak dasar serta dapat membantu dalam membentuk kepribadian anak.
2. Guru diharapkan bisa mengetahui beberapa perbedaan antropometri dari masing-masing siswa. Hal tersebut penting dilakukan karena ketika

pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung, guru dapat memberikan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik antropometri dari masing-masing siswa, sehingga nantinya siswa tersebut dapat mengembangkan keterampilan motoriknya dengan baik.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan penjelasan implikasi di atas, peneliti memberikan beberapa rekomendasi diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi lembaga pendidikan, penulis menyarankan untuk dapat memberikan kebijakan kepada sekolah seperti merancang program latihan atau mengadakan workshop yang sesuai dengan pembelajaran pendidikan jasmani, guna meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa di sekolah tersebut.
2. Bagi guru pendidikan jasmani, diharapkan bisa menjadi referensi dalam hal mengajar pendidikan jasmani di sekolah dasar agar lebih kreatif dalam proses pembelajarannya.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penulis menyarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengukuran antropometri selain rentang lengan dan panjang tungkai, agar nantinya mendapatkan hasil yang berbeda dengan penelitian ini.