

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa senam irama dapat berpengaruh dalam peningkatan keseimbangan tubuh pada anak tunagrahita sedang. Hal ini dapat dilihat dari perkembangan subjek RK dan FN menunjukkan perkembangan dan peningkatan yang positif. Kesimpulan tersebut didasarkan dengan adanya peningkatan *mean level* pada setiap fase atau kondisi.

Kemampuan awal RK dan FN pada fase baseline 1 (A-1) terbilang masih kurang karena anak hanya mampu berdiri tegak dengan merentangkan tangan kesamping selama tiga detik, berdiri dengan posisi kuda-kuda selama dua detik, berjela mundur selama tiga detik dan loncat ke atas selama tiga detik.

Kemampuan keseimbangan tubuh RK dan FN pada kondisi atau fase intervensi (B) ini dilakukan sebanyak delapan sesi dimana dalam kondisi ini kedua subjek diberikan perlakuan atau intervensi (B) melalui penggunaan senam irama, setelah diberikan intervensi (B) pada setiap sesinya skor yang didapat kedua subjek meningkat.

Sebelum melanjutkan pada fase atau baseline 2 (A-2) diberikan jeda selama tiga hari yang mana ini merupakan kontrol setelah tidak lagi diberikan intervensi. Peningkatan keseimbangan tubuh oleh senam irama pada anak tunagrahita sedang hal ini dibuktikan dengan peningkatan *mean level* subjek RK dan pada subjek FN.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa penggunaan senam irama berpengaruh dan dapat meningkatkan kemampuan keseimbangan tubuh anak tunagrahita sedang.

B. Saran

Dalam proses kegiatan pembelajaran metode pembelajaran yang digunakan dirasa penting untuk menunjang berlangsungnya pembelajaran yang efektif terutama untuk anak tunagrahita sedang. Metode pembelajaran yang digunakan juga harus bersifat inovatif dan menarik minat anak untuk mengikuti pembelajaran sehingga pada saat pembelajaran berlangsung anak tidak merasa tertekan dan bosan namun anak akan merasa senang dengan metode yang dikemas secara menarik. Senam irama pada penelitian ini berupa senam irama yang dapat meningkatkan keseimbangan tubuh anak tunagrahita sedang. Berdasarkan penelitian dilapangan, maka penulis memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru

Penggunaan metode senam dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk penggunaan metode yang menyenangkan bagi anak-anak berkebutuhan khusus untuk meningkatkan keseimbangan tubuh anak diharapkan senam irama ini dapat digunakan oleh guru dalam kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan keseimbangan tubuh. Pada prinsipnya, diharapkan dapat memberikan warna baru terhadap sekolah luar biasa sehingga anak merasa senang dan menarik serta mau untuk mengikuti pembelajaran sehingga metode yang digunakan tidak itu-itu saja.

2. Bagi Orangtua

Orangtua perlu menjalin koordinasi dan kerjasama yang baik dengan pihak sekolah ataupun guru yang ada di sekolah, karena sudah seharusnya orangtua turut serta khususnya untuk anaknya yang memiliki kemampuan keseimbangan yang kurang baik, oleh karena itu orangtua harus mengetahui metode apa yang menunjang anaknya dalam peningkatan kemampuan keseimbangan tubuh anaknya di sekolah sehingga orangtua mampu menerapkannya di rumah. Salah satunya senam irama yang menunjang untuk peningkatan keseimbangan tubuh, yang mana orang tua juga harus mengetahui gerakan-gerakan senam yang ada

Millatulhaq, 2014

Pengaruh Senam Irama Terhadap Keseimbangan Tubuh Anak Tunagrahita Sedang di SLB Sukapura Bandung

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

untuk melatih keseimbangan tubuh sehingga orangtua dapat mengulanginya dirumah.

3. Bagi Penelitian Selanjtnya

Diharapkan informasi dari hasil penelitian yang diperoleh dalam penelitian yang digunakan sebagai bahan rujukan untuk peneliti selanjtnya. Ada baiknya dilakukan penelitian pada subjek lain dengan memiliki karakteristik berbeda, metode yang berbda dan instrumen yang berbeda. Peneliti berikutnya dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda seperti menggunakan desain A-B-A-B dengan jumlah sesi dan waktu yang berbeda, sehingga dapat memberikan gambaran hasil penelitian yang lebih baik yang dapat melengkapi kekurangan penelitian yang penulis lakukan.