

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, simpulan level aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan se-Kabupaten Bandung Barat yaitu berada pada kategori sedang.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka peneliti menulis rangkumandari hasil implikasi sebagai berikut:

- 1) Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tolak ukur bagi guru pendidikanjasmani adaptif di SLB Agro industri, SLB Purnama asih, SLB Bina anugrah, SLB ABC YPLAB Lembang, SLB Bina widya, SLB Assakinah Sejahtera, SLB Al hikmah dan SLB Hanjuang jaya sebagai bahan dasar evaluasi mengenai aktivitas fisik siswa.
- 2) Aktivitas fisik yang dilakukan berdasarkan dengan pedoman setiap ketunaan, yang diharapkan mendorong anak agar tetap aktif bergerak yang kemudian dapat meningkatkan level aktivitas fisiknya.
- 3) Orang tua diharapkan mampu lebih memahami mengenai aktivitas fisik , pentingnya melakukan aktivitas fisik yang baik agar dapat memberi pemahaman dan pendampingan serta memberikan arahan dan edukasi kepada anak dalam melakukan aktivitas aktivitas fisik sehingga dapat meningkatkan level aktivitas fisiknya.

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis mengemukakan rekomendasi sebagai berikut :

- 1) Bagi pemerintah yang memiliki kekuasaan untuk membuat dan menerapkan hukum dan kebijakan wilayah tertentu diharapkan mampu membuat kebijakan-kebijakan dalam memfasilitasi sarana prasarana dan memperbarui UUD terkait kebijakan sarana prasarana sekolah luarbiasa, dan meningkatkan level aktivitas fisik tidak hanya peserta didik siswa SLB tunagrahita ringan namun seluruh masyarakat KBB.
- 2) Bagi lembaga atau sekolah sebagai wadah untuk memberikan pengarahan,

bimbingan dan pelatihan bagi peserta didik agar dapat mengembangkan segala potensinya, diharapkan mampu membuat kebijakan-kebijakan dalam memfasilitasi dan mendukung siswa dalam meningkatkan level aktivitas

- 3) Bagi guru penjas adaptif, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi mengenai level aktivitas fisik siswa tunagrahita ringan. Guru penjas adaptif diharapkan dapat meningkatkan strategi dalam merancang pembelajaran dengan menggunakan paradigma baru dalam penjas adaptif agar terciptanya suasana pembelajaran yang menyenangkan dan tidak membuat anak merasa bosan, karena pada dasarnya anak tunagrahita ringan memiliki karakteristik senang bermain. Seorang guru penjas adaptif juga diharapkan mampu melakukan pemahaman, pembimbingan dan pengarahan, melalui kebijakan-kebijakan yang dibuat ataupun dalam pembelajaran penjas adaptif, semua siswa tunagrahita ringan di arahkan agar terlibat dalam aktivitas gerak dalam meningkatkan level aktivitas fisiknya.
- 4) Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian mengenai aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan penulis menyarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan memperluas populasi, sampel dan variabel penelitian serta menggunakan instrumen-instrumen terbaru. Kemudian penulis juga menyarankan untuk melakukan penelitian bagaimana program aktivitas fisik yang tepat sebagai intervensi dalam meningkatkan level aktivitas fisik siswa tunagrahita ringan.