

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

#### A. Simpulan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh senam semaphore terhadap peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak tunagrahita sedang. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 12 kali sesi yang dilakukan pada kondisi *baseline-1* (A1) sebanyak 3 kali sesi, kondisi Intervensi sebanyak 6 kali sesi dan kondisi pada *baseline-2* (A2) sebanyak 3 sesi.

Berdasarkan hasil analisis dan pengolahan data di BAB IV yang telah dilakukan peneliti selama penelitian, dapat disimpulkan bahwa :

1. Adanya peningkatan *mean level* pada *baseline-1* A1 dibandingkan dengan *mean level* pada *baseline-2* (A2) pada aspek berjalan, berlari dan melompat
2. Senam semaphore berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak tunagrahita sedang di SLB ABC YPLAB Lembang. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan pada keterampilan gerak lokomotor pada subyek (SA) khususnya dalam berjalan, berlari dan melompat

Senam semaphore membuktikan dapat membantu meningkatkan keterampilan gerak lokomotor yaitu gerak lokomotor dalam berjalan, berlari dan melompat. Dengan demikian target behavior pada penelitian ini membuktikan bahwa, senam semaphore dapat berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak tunagrahita sedang di SLB ABC YPLAB Lembang.

#### B. Implikasi

Senam Semaphore merupakan senam ritmik atau senam irama yang diringi musik dan dilakukan dengan menggunakan media berupa tongkat berukuran 50 cm - 60 cm dan ukuran bendera 45 cm x 45 cm

yang menyimbolkan huruf huruf. Senam semaphore ini merupakan suatu aktifitas senam yang diiringi musik serta menggunakan alat berupa tongkat dan bendera yang didalam aktifitas tersebut adanya gerakan gerakan fisik serta berisi isyarat melalui bendera semaphore. Hasil penelitian ini telah menunjukkan bahwa senam semaphore dapat berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak tunagrahita sedang di SLB ABC YPLAB Lembang. Dari hasil penelitian ini memberikan beberapa implikasi diantaranya :

1. Senam semahopre dapat menjadi program dalam pelaksanaan kegiatan aktifitas fisik dan motorik. Menimbang selama ini pelaksanaan kegiatan yang berkaitan dengan aktifitas fisik dan motorik disekolah hanya sebatas pada aktifitas senam ceria yang biasa dilakukan setiap hari jumat secara bersama-sama, disamping tidak adanya tenaga profesional dalam bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah maka pembelajaran yang berkaitan dengan aktifitas fisik kurang berkembang, maka dari itu penelitian yang telah dilaksanan ini dapat memberikan pemahaman dan rujukan program dalam meningkatkan keterampilan gerak lokomotor.
2. Dalam suatu program atau kegiatan pembelajaran terkait dengan perkembangan fisik dan motorik senam semaphore dapat menjadi salah satu program keterampilan atau aktifitas bagi orang tua dalam menangani anak yang mengalami hambatan lokomotor,
3. Senam semaphore dapat dilaksanakan dalam menangani anak-anak yang mengalami hambatan lokomotor tidak hanya itu dalam pelaksanaannya senam semaphore dapat memberikan kesan ketertarikan akan pelaksanaannya, senam semaphore juga dapat memuat gerakan-gerakan senam yang kreatif dan dapat disesuaikan dengan kemampuan seseorang.

## **C. Rekomendasi**

### **1. Guru**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa senam semaphore dapat berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak tunagrahita sedang khususnya dalam gerak berjalan, berlari dan melompat. Berkenaan dengan hal itu maka hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu program pembelajaran yang berkaitan dengan aktifitas fisik dan motorik khususnya pada keterampilan gerak lokomotor pada siswa.

### **2. Orang Tua**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, senam semaphore juga dapat menjadi bahan rujukan bagi orang tua dan menambah pemahaman bagaimana cara meningkatkan keterampilan gerak lokomotor sehingga bisa menjadi suatu aktifitas dalam meningkatkan keterampilan gerak lokomotor.

### **3. Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan bahwasannya, penelitian ini dapat dilakukan pada subyek lain dan juga dengan jumlah subyek yang lebih banyak.