

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar pada anak Taman Kanak-Kanak (TK) melalui senam irama di TK Al-Miizaan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi objektif keterampilan gerak dasar di TK Al-Miizaan sebelum dilakukan tindakan pada siklus I kurang optimal, dikarenakan tidak adanya program khusus pengembangan fisik khususnya keterampilan gerak dasar. Adapun kegiatan senam irama hanya sebatas aktivitas fisik untuk mendorong anak untuk bergerak dengan gembira tidak ada upaya perbaikan pola gerak dalam kegiatan senam irama tersebut.
2. Implementasi upaya dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar pada anak melalui metode senam yang telah dirancang peneliti dengan guru kelas, tindakan berjalan sesuai dengan yang direncanakan. Gerakan dan musik dalam senam irama dirancang dengan variatif dan hasilnya anak merasa senang dan tidak mudah bosan dalam melakukan gerakan sehingga pola gerak anak semakin berkembang, tentunya peran aktif guru memberikan peranan yang sangat besar dalam upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar anak TK Al-Miizaan.
3. Perkembangan keterampilan dasar anak di TK Al-Miizaan, setelah dilakukan tindakan senam irama yang telah dirancang peneliti bersama guru kelas

mengalami peningkatan yang bertahap setiap siklusnya. Keterampilan gerak dasar lokomotor, yang meliputi: berjalan, berlari dan melompat mengalami peningkatan. Begitu pula dengan keterampilan gerak dasar nonlokomotor, yang meliputi: keseimbangan, memutar, dan membungkuk mengalami peningkatan. Serta dengan adanya penelitian ini kegiatan senam irama di TK. Al-Miizaan menjadi lebih terarah.

B. Rekomendasi

Dibawah ini beberapa hal yang dapat menjadi rekomendasi bagi orang tua, bagi guru, bagi pihak sekolah dan bagi peneliti selanjutnya, diantaranya:

1. Rekomendasi bagi Orang tua

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat direkomendasikan bagi para orang tua, sebagai berikut:

- 1) Berikan selalu motivasi agar anak mengikuti berbagai aktivitas yang sesuai dengan usianya.
- 2) Jadwalkan aktivitas anak untuk bermain dan menonton TV, arahkan anak pada kegiatan fisik secara teratur.
- 3) Biasakan anak untuk hidup sehat, mendapat gizi seimbang dengan membiasakan diri berolahraga dengan cara menggabungkan kegiatan sehari-hari anak dengan olahraga, seperti berjalan kaki, naik sepeda, naik dengan menggunakan tangga.

2. Rekomendasi bagi Guru

Sesuai hasil penelitian dan telaah teori dapat disimpulkan rekomendasi bagi para guru dan pendidik, sebagai berikut:

- 1) Dalam merencanakan upaya pengembangan motorik khususnya keterampilan gerak dasar guru perlu menentukan tujuan yang akan dicapai.
- 2) Memperlakukan anak dengan sama, tidak ada perbandingan antara anak yang satu dengan yang lain. Guru perlu lebih bersabar karena setiap anak memiliki perkembangan dan pertumbuhan yang berbeda dan setiap anak memiliki jangka waktu sendiri dalam menguasai suatu keterampilan.
- 3) Memperkenalkan berbagai macam kegiatan fisik pada anak dan berikan kegiatan fisik yang bervariasi kepada anak, yaitu yang menyenangkan bagi anak
- 4) Mengarahkan anak agar melakukan kegiatan fisik secara terarah (memfokuskan anak dalam melakukan kegiatan fisik) dan teratur (tidak berlebihan dalam mengeluarkan tenaga).

3. Rekomendasi bagi sekolah

Adapun rekomendasi bagi pihak sekolah, diantaranya:

- 1) Memberikan fasilitas yang memadai yang sesuai dengan kegiatan fisik anak
- 2) Menyediakan peralatan dan tempat yang memungkinkan anak dalam melatih keterampilan geraknya. Tempat dan alat berlatih harus aman bagi anak
- 3) Melengkapi kurikulum yang digunakan di sekolah sesuai dengan aspek perkembangan anak, khususnya perkembangan keterampilan gerak anak yang sangat berguna dalam kehidupan sehari-hari.

4. Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya

Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya, dapat diuraikan sebagai berikut:

- 1) Disarankan melakukan penelitian tentang gerak anak dengan menggunakan metode yang berbeda
- 2) Penelitian dilakukan dengan memperluas aspek keterampilan gerak dasar sehingga lebih komprehensif.

