

## BAB V

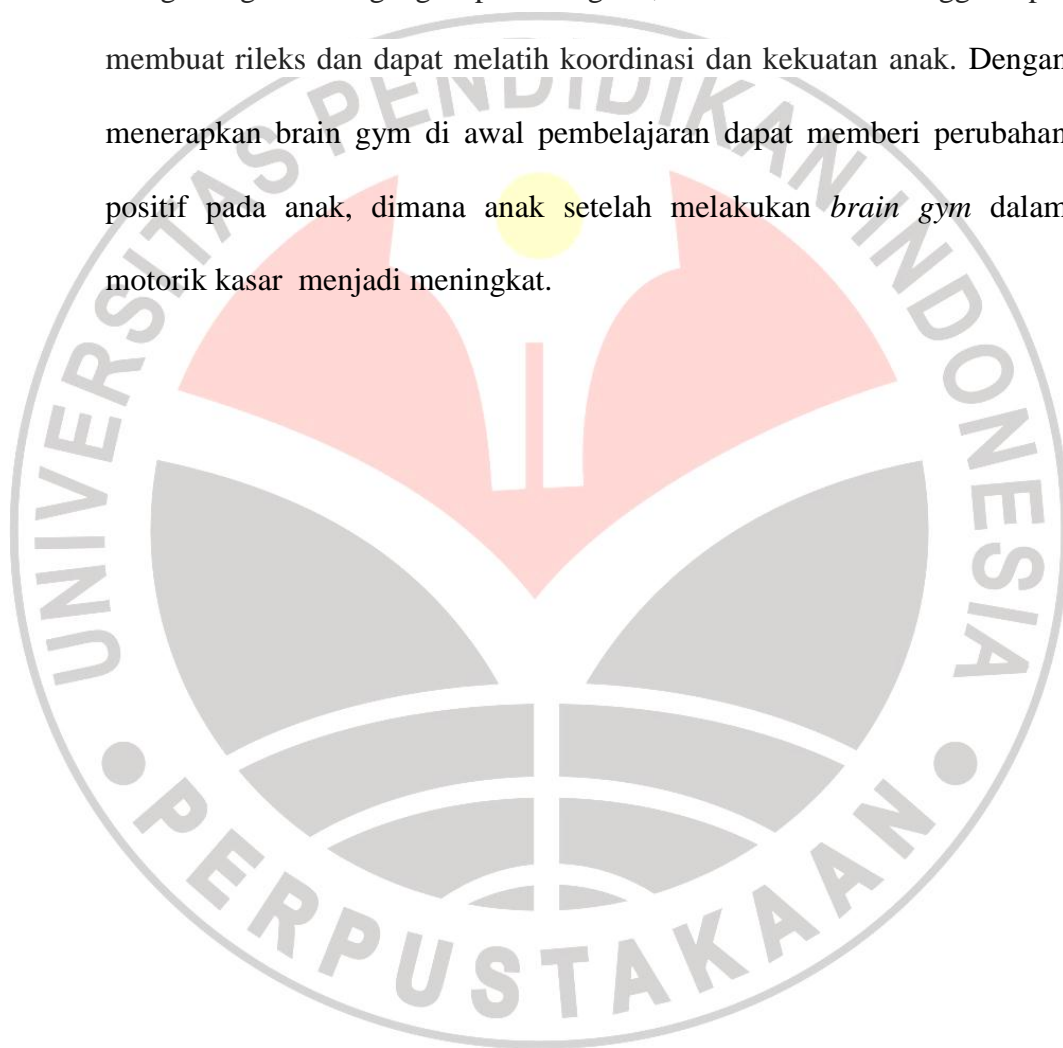
### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh *brain gym* terhadap motorik kasar anak PAUD Az- Zahra dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi awal motorik kasar 10 anak (100%) kelompok eksperimen berada pada kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa motorik kasar anak kelompok B di PAUD Az- Zahra kemungkinan dikarenakan pembelajaran yang dilakukan lebih menekankan pada calistung, metode pembelajaran yang digunakan untuk menstimulasi motorik kasar kurang bervariasi dan pembelajaran lebih berpusat pada guru.
2. Setelah penggunaan *brain gym* pada proses pembelajaran, kemampuan motorik kasar anak kelompok B PAUD Az – Zahra mengalami peningkatan yang signifikan di kelompok eksperimen sedangkan pada kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan. Peningkatan yang dialami oleh anak yang menjadi subjek penelitian yaitu 10 anak yang kondisi awal atau saat pretest berada dalam kategori cukup setelah diberi *brain gym* pada saat posttest meningkat menjadi kategori baik atau 100% meningkat yaitu rata – rata meningkat menjadi 75.1 sedangkan pada kelompok kontrol hanya 65,5.
3. Implementasi penggunaan *brain gym* telah berhasil membantu anak dalam meningkatkan motorik kasar anak di PAUD Az – Zahra. Gerakan –

gerakan pada brain gym seperti gerakan silang tangan dan kaki dapat mengaktifkan indera kinestetik, gerakan luncur grafitasi dan gerakan gajah dapat membantu dalam melatih fleksibilitas dan keseimbangan anak menjadi lebih baik. Pada gerakan burung hantu dapat membantu menghilangkan ketegangan pada tengkuk, otot dan bahu sehingga dapat membuat rileks dan dapat melatih koordinasi dan kekuatan anak. Dengan menerapkan brain gym di awal pembelajaran dapat memberi perubahan positif pada anak, dimana anak setelah melakukan *brain gym* dalam motorik kasar menjadi meningkat.



## B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan yang disimpulkan diatas, terdapat beberapa hal yang menjadi catatan sebagai bahan rekomendasi diantaranya:

### 1. Bagi Guru

- a. Hendaknya guru dapat menstimulasi kecerdasan kinestetik melalui pembelajaran yang menyenangkan dan memberikan kesempatan bagi anak melalui kegiatan yang menarik, salah satunya dapat melalui *brain gym*.
- b. Guru hendaknya melakukan pembelajaran yang berpusat pada anak ( *child centred* ) bukan berpusat pada guru ( *techer centred* ) sehingga anak akan terlibat aktif dalam suatu kegiatan dan mereka dapat mengeksplor semua potensi yang ada pada dirinya.
- c. Dalam melakukan kegiatan apapun hendaknya guru dapat menggunakan metode yang bervariasi dalam menstimulasi perkembangan anak, khususnya kecerdasan kinestetik anak.
- d. Hendaknya guru dapat menggunakan berbagai macam aktifitas dan diantaranya dengan menggunakan *brain gym*.

### 2. Bagi Pengelola PAUD Az - Zahra

- a. Pengelola PAUD Az- ZAHra diharapkan dapat menyediakan fasilitas-fasilitas bermain anak yang dapat menstimulasi anak untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak.

- b. Pengelola PAUD Az - Zahra dapat mengikutsertakan pendidik untuk mengikuti pelatihan demi untuk meningkatkan profesionalisme pendidik.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian secara lebih mendalam lagi terhadap pengaruh *brain gym* terhadap aspek perkembangan yang lainnya.
- b. Peneliti hendaknya dapat mengembangkan *brain gym* yang lebih baik lagi yang disesuaikan dengan situasi dan kondisi di sekolah.