

## BAB V

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar dan Kognitif Anak Melalui Senam Irama di TK Riyadush Sholihin”, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi obyektif kemampuan gerak dasar dan kognitif anak TK Riyadush Sholihin sebelum dilakukan tindakan masih rendah dan kurang optimal, dikarenakan tidak adanya program khusus pengembangan fisik khususnya kemampuan gerak dasar dan kognitif. Adapun kegiatan senam irama hanya sebatas aktivitas fisik untuk mendorong anak bergerak dengan gembira dan tidak ada upaya perbaikan pola gerak dalam kegiatan senam irama tersebut. Selain itu juga belum adanya penilaian khusus terhadap kemampuan gerak dasar dan kognitif yang akan dicapai dalam melakukan senam irama.
2. Pelaksanaan senam irama dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak melalui senam irama yang telah dirancang oleh peneliti dengan guru, tindakan berjalan sesuai dengan yang direncanakan. Gerakan dan musik dalam senam irama yang bervariasi membuat anak merasa senang dan tidak mudah bosan dalam melakukan gerakan sehingga pola gerak anak semakin berkembang, yang tentunya peran aktif guru dalam memberikan informasi perbaikan *skill*, memberikan dukungan terhadap *skill* yang dilakukan oleh anak, memberikan informasi perbaikan perilaku anak dan pemberian teguran terhadap anak yang berperilaku menyimpang, mempunyai peranan yang

sangat besar dan penting dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak TK Riyadush Sholihin.

3. Kemampuan gerak dasar anak TK Riyadush Sholihin setelah dilakukan tindakan senam irama yang telah dirancang peneliti bersama guru mengalami peningkatan yang bertahap setiap siklusnya. Kemampuan gerak dasar yang dimaksud adalah (1) berlari yang mempunyai komponen gerak dasar meliputi: tungkai dari samping, lengan, dan tungkai dari belakang, (2) berjalan yang mempunyai komponen gerak dasar meliputi: tungkai dari depan dan lengan, (3) melompat yang mempunyai komponen gerak dasar meliputi: lengan, togok, serta tungkai dan paha, (4) memutar yang mempunyai komponen gerak dasar meliputi: lengan, tangan, tungkai dan kepala (5) membungkuk yang mempunyai komponen gerak dasar meliputi: togok, tangan dan tungkai. Serta dengan adanya penelitian ini kegiatan senam irama di TK Riyadush Sholihin menjadi lebih terarah.
4. Kognitif anak TK Riyadush Sholihin setelah dilakukan tindakan senam irama yang telah dirancang peneliti bersama guru mengalami peningkatan yang bertahap setiap siklusnya. Adapun kognitif anak yang dimaksud adalah anak dapat melakukan kegiatan berupa: (a) Memecahkan masalah sederhana dalam kehidupan sehari-hari meliputi: menceritakan kembali suatu informasi berdasarkan ingatannya dan menyelesaikan gerakan-gerakan yang dicontohkan oleh guru, (b) mengenal konsep bilangan meliputi: membilang/menyebut urutan bilangan dari 1 sampai 10 dan menunjukkan urutan gerakan untuk bilangan sampai 1 sampai 10, (c) Mengenal pola

meliputi: tepuk tangan meniru irama, mengikuti pola gerak khusus, mengulangi gerakan khusus dan variasi pola bergerak, (d) Dapat mengenal konsep ruang meliputi: bergerak pada arah berbeda, mengetahui kiri/kanan, menyebutkan konsep depan-belakang-tengah, menyebutkan konsep atas-bawah, menyebutkan konsep maju-mundur, (e) Dapat mengenal ukuran meliputi: membedakan konsep cepat-lambat dan tinggi-rendah.

## **B. Rekomendasi**

Ada beberapa hal yang dapat menjadi rekomendasi, yaitu antara lain:

1. Bagi Guru, berdasarkan temuan di lapangan bahwa guru saat akan melaksanakan senam irama belum menentukan tujuan kemampuan gerak dasar dan kognitif yang ingin dicapai, tidak mempersiapkan penilaian khusus untuk melihat perkembangan peningkatan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak. Ketika pelaksanaan senam irama guru masih kurang bersabar agar anak menguasai suatu kemampuan gerak dasar dan kognitif dan masih sedikit memberikan informasi perbaikan kemampuan, dukungan/motivasi, kurang memberikan informasi perbaikan perilaku serta teguran. Maka rekomendasi diberikan agar guru lebih memperhatikan dan mempersiapkan kegiatan senam irama sebelum pelaksanaan, ketika pelaksanaan senam irama guru perlu lebih bersabar karena setiap anak memiliki perkembangan dan pertumbuhan yang berbeda dan setiap anak memiliki jangka waktu sendiri dalam menguasai suatu kemampuan serta agar guru tidak pernah bosan untuk memberikan dukungan/motivasi kepada anak, dan saat memberikan penilaian perkembangan peningkatan kemampuan gerak dasar dan kognitif sebaiknya

guru memiliki format penilaian khusus untuk menilai perkembangan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak.

2. Bagi Sekolah, berdasarkan hasil penelitian bahwa senam irama dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak, maka rekomendasi ditujukan kepada pihak sekolah/TK Riyadush Sholihin hendaknya mensosialisasikan kepada guru lain bahwa senam irama dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya, walaupun hasil penelitian ini menunjukkan hasil yang cukup baik yaitu dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak TK Riyadush Sholihin, disarankan kepada peneliti berikutnya untuk meneliti dengan memperluas aspek kemampuan gerak dasar dan kognitif yang lain sehingga menjadi lebih komprehensif.