

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa anak yang lebih tinggi dan lebih besar postur tubuhnya lebih lincah dan lebih cepat serta lebih tangkas dibandingkan dengan teman-temannya yang lebih kecil dan lebih pendek, ini dilihat dari hasil kegiatan yang dilakukan oleh peneliti yaitu anak yang bertubuh lebih tinggi dan badannya lebih besar pada saat melakukan kegiatan anak mendapatkan nilai yang bagus atau baik dibandingkan dengan temannya yang bertubuh kecil dan pendek yang mana perkembangan motorik kasar anak belum berkembang secara optimal kemudian dalam kegiatan yang dilakukan seperti : berjalan, berlari, melompat, meloncat dari ketinggian dan melempar tangkap bola, anak yang bertubuh lebih tinggi dan lebih besar badannya lebih cepat dan lebih tangkas dibandingkan dengan temannya yang bertubuh kecil dan pendek, kemudian didapatlah hasil pada saat kegiatan berlari anak lebih tinggi lebih cepat dibandingkan dengan temannya yang lebih pendek dan untuk kegiatan melompat anak yang postur tubuhnya lebih tinggi mampu melompat dengan satu ataupun dengan dua kaki dengan baik yaitu tidak ada terjatuh dan tidak keluar dari garis, sedangkan anak yang lebih pendek dan kurus badannya masih terjatuh dan keluar dari garis pada saat melompat kotak keramik yang satu dengan kotak keramik yang lainnya. Sedangkan kegiatan meloncat dari ketinggian 20-50 cm anak yang lebih tinggi badannya lebih tinggi loncatannya hingga mencapai 50 cm sedangkan anak yang lebih pendek hanya mampu meloncat dengan ketinggian 30

cm paling tinggi. Dan kegiatan melempar tangkap bola anak yang lebih tinggi mampu menangkap bola dengan menggunakan dua tangan dengan benar dan anak yang lebih pendek belum mampu menangkap bola dengan dua tangan dan masih terjatuh. Dari hasil kegiatan yang telah dilakukan diatas anak yang lebih lincah dan lebih sering menggunakan otot-otot besar postur tubuh anak mengalami perubahan atau perkembangan motorik kasar anak berkembang sesuai dengan tahapan perkembangan anak.

### 1.2 Saran

Berdasarkan dari hasil pembahasan dan kesimpulan yang telah dijabarkan diatas, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah:

1. Guru
  - a. Seorang guru harus memahami capaian perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun
  - b. Membantu anak untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak berdasarkan postur tubuh baik dari segi tinggi dan berat badan.
  - c. Melakukan kegiatan-kegiatan untuk membantu perkembangan motorik kasar anak terhadap postur tubuh yaitu kegiatan yang banyak menggunakan otot-otot besar anak.
  - d. Berikan anak kebebasan untuk beraktivitas yang lebih banyak menggunakan oto-otot besar anak dan melakukan kegiatan yang dapat membantu perkembangan motorik kasar anak agar berkembang dengan optimal sesuai dengan tahapan perkembangan motorik kasar.

- e. Guru sebaiknya tidak terlalu melarang anak untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang dapat membantu perkembangan motorik kasar anak seperti dalam halnya berlari, melompat, meloncat, melempar dan menangkap bola, memanjat, naik turun tangga tetapi guru sebaiknya mengawasi anak dan memberikan kata-kata pujian serta reward kepada anak agar anak lebih bersemangat dalam melakukan aktivitas tersebut.
- f. Guru sebaiknya lebih aktif dan lebih kreatif dalam memberikan contoh-contoh kegiatan yang melibatkan otot-otot besar anak yang berpengaruh terhadap postur tubuh anak.

## 2. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan menyadari bahwa perkembangan motorik kasar anak sangatlah penting untuk anak kedepannya dan membuat suatu program atau kebijakan yang berkaitan dengan perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun.

3. Bagi peneliti yaitu sebagai bahan penelitian dan menambah wawasan serta pengetahuan.

4. Bagi peneliti lain yaitu sebagai bahan referensi dan bahan perbandingan