

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa pengembangan senam ritmik dengan mengadopsi tari daerah terhadap karakter anak sekolah dasar sebagai berikut:

1. Gerakan tari Saman yang diadopsi cocok sebagai rangkaian gerak senam.
2. Musik pengiring senam sudah sesuai dengan daerah asal Saman dan dengan karakteristik anak sekolah dasar.
3. Senam Saman dapat membangun karakter kerja sama, percaya diri, dan disiplin.
4. Video Senam Saman dinyatakan “layak” dan dapat “digunakan” pada anak sekolah dasar.

4.2. Implikasi

Implikasi dari penelitian dan pengembangan ini adalah:

1. Senam Saman adalah hasil pengembangan yang dapat digunakan pada pembelajaran senam ritmik di sekolah khususnya di Sekolah Dasar.
2. Senam Saman sebagai media untuk memperkenalkan pada anak kebudayaan lokal.
3. Senam Saman dapat digunakan sebagai media untuk membangun kerja sama, disiplin, dan percaya diri.
4. Senam Saman sebagai media untuk memenuhi kebutuhan gerak anak.

4.3. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini, ada beberapa saran diantaranya sebagai berikut:

1. Senam Saman masih memungkinkan untuk dikembangkan pada variasi dan formasi gerakan dalam senam Saman.
2. Senam Saman masih memungkinkan untuk ditingkatkan intensitasnya.
3. Peneliti selanjutnya dapat melakukan uji efektivitas pada Senam Saman.
4. Peneliti selanjutnya dapat menambah durasi dan instruktur dalam video agar lebih menarik lagi.
5. Banyak kesenian daerah lainnya yang dapat dieksplorasi dan diadopsi oleh penulis lainnya untuk menjadi sebuah gerakan senam.

