

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian tentang pengaruh latihan lari bagi anak tunanetra di SLB A Karya Murni Medan Johor Tahun Ajaran 2012/2013, dapat disimpulkan bahwa:

1. Latihan menggunakan tali berpengaruh terhadap kemampuan lari sprint 30 meter bagi siswa tunanetra di SLB A Karya Murni Medan Johor T.A 2012/2013.
2. Latihan menggunakan instruksi bersuara berpengaruh terhadap kemampuan lari sprint 30 meter bagi siswa tunanetra di SLB A Karya Murni Medan Johor T.A 2012/2013.
3. Latihan menggunakan tali tidak ada perbedaan pengaruh dengan latihan menggunakan instruksi bersuara terhadap kemampuan lari sprint 30 meter bagi siswa tunanetra di SLB A Karya Murni Medan Johor T.A 2012/2013.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian tentang pengaruh Latihan lari bagi anak penyandang tunanetra di SLB A Karya Murni Medan Johor Tahun Ajaran 2012/2013 dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Informasi bagi guru pendidikan jasmani, khusus tunanetra memperlakukan siswa penderita tunanetra total agar dapat berpartisipasi aktif dalam proses belajar pendidikan jasmani sehingga pertumbuhan dan perkembangan fisiknya berjalan baik.
2. Bagi guru pendidikan jasmani khusus tunanetra agar menerapkan latihan latihan lari yang sesuai dengan menggunakan tali dan instruksi bersuara untuk meningkatkan kecepatan lari 30 meter
3. Kepada para pembaca yang berminat dengan penelitian ini, dan ingin mengembangkan penelitian ini dianjurkan untuk mengadakan penelitian yang serupa dengan ruang lingkup yang lebih besar.