

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Pembelajaran olahraga untuk anak-anak penderita autisme yaitu pembelajaran yang mengarahkan pada gerak motoriknya, mencakup daya lentur, kekuatan, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, daya tahan otot, relaksasi, dan lain sebagainya. Olahraga bagi anak penderita autis sebaiknya bertujuan untuk membantu agar dapat hidup lebih baik sebagaimana pendidikan olahraga adaptif yang dapat menambahkan nilai-nilai maupun sikap positif terhadap keterbatasan kemampuan baik dari segi fisik maupun mentalnya sehingga mereka mampu bersosialisasi dengan lingkungan dan memiliki rasa percaya diri serta harga diri. Olahraga adaptif dapat menciptakan interaksi sosial terhadap anak-anak lain dan akan membuatnya mampu menyesuaikan diri sehingga pada akhirnya mengembangkan kepercayaan diri serta kemandiriannya. Anak autis yang mendapatkan olahraga dengan menekankan pendidikan jasmani adaptif dapat membantu penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan harga diri. Siswa atau anak dengan autisme dapat mengembangkan pengetahuan dan apresiasi terhadap mekanika tubuh yang baik. Artinya, hal ini dapat mempengaruhi keterampilan gerak, membantu efisiensi koordinasi syarat otot (*neuro muskuler*), membantu pengembangan kesegaran jasmani, membantu pengembangan sosial guna berinteraksi sosial, mengembangkan emosionalnya, dan intelektualnya.

**B. Saran**

Diharapkan agar pembelajaran olahraga untuk anak penderita autisme agar menekankan pada gerak sensori, interaksi, dan tingkah lakunya sehingga dapat membantu pengembangan kebugaran jasmani, membantu pengembangan sosial guna berinteraksi sosial, membantu mengembangkan emosionalnya, dan intelektualnya. Selain itu diharapkan agar SLB baik negeri maupun swasta agar dapat mengembangkan pendidikan olahraga bagi anak penderita autisme agar lebih aktif dan anak mampu percaya diri dalam melakukan kegiatan sehari-harinya.