

## **PENGARUH OLAHRAGA TRADISIONAL SUNDA MANDA (ENGGLEK) TERHADAP MOTORIK KASAR GERAK LOKOMOTOR MELOMPAT PADA ANAK DIFABEL (TUNAGRAHITA RINGAN) SLB SISWA BUDHI SURABAYA**

**Kurnia Fandy Achmad Sholikan**

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya  
kurniasholikan@mhs.unesa.ac.id

**Andun Sudijandoko**

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya  
andunsudijandoko@unesa.ac.id

### **ABSTRAK**

Anak tunagrahita ringan memiliki keterbatasan dalam kemampuan adaptif dan khususnya kemampuan motorik kasar yang sangat penting untuk kehidupan sehari-hari. Di SLB Siswa Budhi Surabaya mayoritas siswa-siswinya anak penyandang Tuna Grahita ringan, peneliti melihat anak-anak tunagrahita masih kurang baik di motorik kasar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional sunda (engklek) terhadap kemampuan motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak tunagrahita ringan di SLB Siswa Budhi Surabaya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah rancangan *one group pretest-posttest design*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 anak tunagrahita ringan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan peneliti, dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Uji statistik menggunakan Uji-t menggunakan *paired samples test* dengan nilai signifikansi  $p < 0,05$ . Hasil penelitian *pretets* dan *posttest* diketahui bahwa nilai t-hitung adalah -3,092 dengan probabilitas (Sig) 0,013 maka menunjukkan nilai p- value *paired samples test*  $< 0,05$ . Berdasarkan data maka dapat di simpulkan terdapat pengaruh pada permainan tradisional sunda (engklek) terhadap kemampuan motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak tunagrahita ringan di SLB Siswa Budhi Surabaya.

**Kata kunci** : Permainan tradisional sunda manda (engklek), Motorik kasar, Tunagrahita ringan.

### **ABSTRACT**

Mild mentally retarded children have limitations in adaptive abilities and especially gross motor skills which are very important for everyday life. In Surabaya Budhi Student SLB the majority of students are children with mild Granny, researchers see mentally retarded children still not good at gross motor skills. The purpose of this study was to determine the effect of traditional Sunda manda (engklek) games on gross motoric abilities of locomotor jumps in mild mentally retarded children at Budhi Surabaya Student SLB. This study was a quantitative study with the research design used was the design of *one group pretest-posttest design*. The sample in this study were 10 mild mentally retarded children according to the criteria set by the researcher, using *purposive sampling technique*. Statistical test using t-test using *paired samples test* with a significance value of  $p < 0.05$ . The results of the studies *pretetsshow* and *posttest* that the calculated t-value is -3,092 with probability (Sig) 0,013 indicating the value of p-value *paired samples*  $< 0.05$ . Based on the data, it can be concluded that there is influence on traditional Sunda manda (engklek) game on gross motoric ability of locomotor jumps in mild mentally retarded children in Budhi Surabaya Student SLB.

**Keywords** : Traditional Sunda manda game (engklek), gross motoric, mild mental retardation

## **PENDAHULUAN**

Anak Difabel didalam Tunagrahita ringan mengalami problematika belajar yang disebabkan adanya hambatan perkembangan inteligensi, mental, emosi, sosial, dan fisik. Kebutuhan gerak anak tunagrahita lebih besar dari pada anak lainnya, karena anak tunagrahita mengalami hambatan yang di berikan lingkungan untuk melakukan gerak, meniru gerakan bahkan ada yang memang fisiknya terganggu sehingga mereka tidak dapat melakukan gerakan yang terarah dengan benar. Hal ini terjadi karena mereka memiliki masalah dalam menghambat perkembangan gerak.

Salah satu pendidikan yang penting bagi anak berkebutuhan khusus adalah olahraga adaptif. Menurut Fatimah Munir (2013 : 01) Olahraga adaptif merujuk pada olahraga yang dimodifikasi atau diciptakan untuk memenuhi kebutuhan khusus atau kedisabilitasan.pada anak TunaGrahita motorik sangatlah penting bagi tumbuh kembang anak. Motorik adalah segala sesuatu yang ada hubungannya dengan gerakan gerakan tubuh. Masalah motorik ini muncul sebagai akibat dari keterbatasan kemampuan sensor motorik, menurutnya fungsi organ tubuh, dan keterbatasan dalam kemampuan belajar. Menurut Dian Apriani. (2012:01). Untuk mengoptimalkan hasil belajar pengembangan fisik motorik terutama dibidang fisik motorik kasar seperti melompat, berlari, menari, bermain bola dan melakukan permainan mestinya diperlukan pendekatan bermain sambil belajar.

Di SLB Siswa Budhi Surabaya mayoritas siswa-siswinya anak penyandang Tuna Grahita ringan, saat peneliti melakukan observasi yang berada di lokasi SLB Siswa Budhi Surabaya memberikan permainan yang mengandalkan kemampuan melompat pada anak. Saat melakukan permainan peneliti melihat kemampuan motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak Tunagrahita masih masih belum mampu melakukan gerakan melompat, Anak-anak Tunagrahita belum mampu melompat karena keseimbangan anak-anak Tunagrahita masih kurang baik.

Berdasarkan hasil observasi Pada penelitian ini Gerak lokomotor melompat Tunagrahita ringan yang menjadi fokus dalam penelitian. Karena kemampuan melompat berguna bagi tunagrahita dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang membutuhkan kemampuan melompat. Kemampuan melompat tersebut antara lain melewati jalanan yang berlubang, melewati jalanan yang tergenang air, melewati benda-benda yang menghalangi jalan yang masih dapat dilalui anak dan dipermudah dengan melakukan lompatan. Bila kemampuan gerak lokomotor melompat tidak dimiliki sedini mungkin, dapat mengakibatkan masalah dikemudian hari pada kemampuan lokomotor (kemampuan untuk berpindah), masalah pada kemampuan nonlokomotor (kemampuan untuk beraktivitas tanpa berpindah tempat, misalnya meregang, memutar) dan kemampuan manipulatif (kemampuan individu merekayasa obyek, misalnya menggiring bola).

Pada Permainan tradisional Sunda Manda terdapat gerakan melompat yang dapat melatih motorik kasar anak Tunagrahita, dikarenakan permainan Sunda Manda tersebut menggunakan otot-otot besar, otot-otot besar tersebut berguna untuk menggerakkan tubuh anak agar dapat berpindah dari tempat satu ke tempat lainnya, karena permainan Sunda Manda tersebut membutuhkan gerakan melompat dan keseimbangan untuk berpindah tempat ke tempat lainnya. Menurut Lena Sukma (2014 : 03) Permainan Sunda Manda secara keseluruhan adalah kegiatan melompat yang menyenangkan dan sederhana. Kegiatan dalam permainan ini adalah melompat sebuah petak dengan jarak yang bervariasi

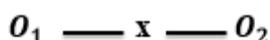
Berdasarkan uraian diatas yang telah dipaparkan, peneliti merasa tertarik melakukan penelitian ini pada "Pengaruh Olahraga Tradisional Sunda Manda (engklek) Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Gerak lokomotor Melompat Pada Anak Tunagrahita Ringan". Pada penelitian ini memiliki rumusan masalah yaitu, Apakah ada pengaruh permainan tradisional Sunda Manda terhadap kemampuan motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak tunagrahita ringan di SLB Siswa Budhi Surabaya?, dengan tujuan masalahnya yaitu untuk

mengetahui pengaruh permainan tradisional Sunda Manda terhadap kemampuan motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak tunagrahita ringan.

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen semu atau pra eksperimen menggunakan eksperimen kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah rancangan *one group pretest-posttest* design. Adapun desain yang dimaksud digambarkan sebagai berikut :

Tabel 3.1 Rancangan Penelitian



Keterangan :

- O1 : Nilai Tes awal (*Pre Test*) (sebelum diberi perlakuan)
- O2 : Nilai Test akhir (*Post Test*) (sesudah diberi perlakuan)
- X : Perlakuan

1. Populasi  
Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa-siswi Tunagrahita di SLB Siswa Budhi kelas I-VI Surabaya
2. Sampel  
Sampel dalam penelitian ini adalah Anak Tunagrahita ringan di SLB Siswa Budhi kelas I-VI Surabaya yang berjumlah 10 anak, Teknik pengambilan Sampel menggunakan *purposive sampling* atau pengambilan sampel berdasarkan ciri atau karakteristik yang ditetapkan peneliti
3. Variabel penelitian
  - a. Variabel bebas yaitu pemberian permainan tradisional Sunda Manda.
  - b. Variabel terikat yaitu gerak lokomotor melompat anak tunagrahita ringan.
4. Instrumen penelitian  
Instrumen yang di gunakan peneliti dalam penelitian ini adalah menggunakan metode tes gerak lokomotor melompat untuk mengetahui kemampuan anak tunagrahita sebelum diberikan perlakuan dan sesudah perlakuan. yaitu: tes

melakukan permainan tradisional Sunda Manda dengan melihat apakah bisa melakukan nya dan motorik kasarnya bisa berkembang dengan menggunakan angket.

5. Agar pengumpulan data sesuai dengan rencana, maka perlu disusun langkah-langkah yang sistematis. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *pretest* pengambilan data awal, *treatment* tahap pelaksanaan, *posttest* pengambilan data akhir.
6. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis statistik dengan bantuan SPSS. 23 dan *Microsoft excel*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Deskriptif Data

Dari analisis data Deskripsi yang di peroleh dari hasil *pretest* data dan *posttest* data. Tujuan dari deskripsi data tersebut untuk mengetahui jumlah data, ukuran rata-rata (*mean*) dan standart deviasi dari masing-masing data *pretest* dan *posttest*. Adapun nilai yang didapatkan, dapat di lihat pada tabel dibawah ini

Tabel 4.1 Deskripsi data motorik kasar melompat anak tunagrahita ringan

Statistik	
<i>N</i>	10
<i>Mean pretest</i>	45.00
<i>Mean posttest</i>	50.00
<i>Std. Deviation pretest</i>	17.764
<i>Std. Deviation posttest</i>	20.105
<i>Minimum pretest</i>	22
<i>Minimum posttest</i>	22
<i>Maximum pretest</i>	66
<i>Maximum posttest</i>	66

Dari tabel diatas dapat dijelaskan bahwa nilai rata-rata (Mean) dari data *pretest* dan data *posttest* memiliki nilai rata-rata yang berbeda, pada nilai rata-rata (mean) data *pretest* yaitu 45,00 dengan standard deviasi 17.764 sedangkan pada data *posttest* yaitu 50,00 dengan standart deviasi 20.105.

## 2. Pengujian persyaratan Analisa

Pada bagian ini akan diuraikan tentang pengujian hipotesis ,tetapi langkah awal sebelum melakukan pengujian hipotesis adalah melakukan uji normalitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui informasi mengenai data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Dengan menggunakan aplikasi SPSS 23, yaitu dengan uji *Kolmogorov-smirnov* dengan kriteria pengujian normalitas sebagai berikut:

- a. Jika tingkat signifikansi ( $p > 0,05$ ). Maka data dinyatakan berdistribusi normal.
- b. Jika tingkat signifikansi ( $p < 0,05$ ). Maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal

Menggunakan aplikasi SPSS 23 dari data-data penelitian yang telah diperoleh dari tiap -tiap kelompok sampel penelitian tabel 4.2

**Tabel 4.2 Hasil uji Normalitas**

Data	Sig (2-tailed)	Keterangan	Status
<i>Pretets</i>	0,055	$P > 0,05$	Normal
<i>Posttest</i>	0,054	$P > 0,05$	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas data dengan menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov*, menunjukkan bahwa keseluruhan *pretets* dan *posttest* berdistribusi normal. Dikarenakan hal ini nilai Sig (2-tailed)  $> 0.05$ .

## 3. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan adalah uji *paired sampels test*. Uji *paired samples test* di gunakan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional sunda manda (engklek) terhadap kemampuan motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak tunagrahita ringan. Data akan dikelola dengan menggunakan aplikasi SPSS 23.

**Tabel 4.3 Hasil Uji-t menggunakan Uji Paired Samples Tets.**

Data	t-hitung	Sig, (2-tailed)	Status
<i>Pretets - Posttest</i>	-3.092	0.013	Ho ditolak

Uji-t Pada hasil t-tabel dapat diketahui yaitu :

Rumus t tabel :  $t (a/2 ; n-k - 1)$

Keterangan : a (nilai 0,05)

n (jumlah sampel 10)

k (jumlah data ada 2 yaitu *pretest* dan *posttest*)

$t\text{-tabel} = (0,025 ; 7) = 2,365$

Dari hasil perhitungan t tabel dapat dikehui nilai t tabel adalah 2,365

Berdasarkan data pada tabel 4.3. kesimpulan hasil analisis pada satu kelompok eksperimen diketahui dengan probabilitas (Sig) 0,013 sedangkan nilai t-hitung adalah -3,092 dan t-tabel adalah 2,365. Karena probabilitas (Sig)  $0,013 < 0,05$  dan nilai t-hitung  $-3,092$  dan t-tabel 2,365 memiliki perbedaan maka status  $H_1$ , artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari permainan tradisional sunda manda (engklek) terhadap motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak tuna grahita ringan.

## PEMBAHASAN

Melompat sangatlah penting dalam kehidupan sehari-hari bagi anak tunagrahita, terutama dalam suatu hal yang menuntut mereka untuk melompat. Sehingga perlu cara untuk meningkatkan kemampuan melompat mereka dengan permainan yang menyenangkan.

Seperti yang diungkapkan yudanto (2005:76) dalam hasil penelitian bahwa perlu adanya pengembangan keterampilan gerak dasar lokomotor lari dan lompat, dan cara yang terbaik dalam mengembangkan keterampilan gerak dasar lari dan lompat di sekolah dasar adalah dengan pendekatan bermain, karena masa anak-anak merupakan masa yang senang bermain. Pada penelitian Rohmani Budi Lestari (2014:101) menyebutkan terkait manfaat gerak lokomotor di mana gerak lokomotor dapat meningkatkan

perkembangan koordinasi yang melibatkan otot-otot besar, pertumbuhan otot, daya tahan dan stamina dan dapat memberikan rasa gembira pada anak Permainan tradisional sunda manda (engklek) sebagai salah satu cara dalam mengatasi hal tersebut. Namun ternyata bahwa permainan tradisional sunda manda (engklek) ini merupakan permainan terapi yang cocok untuk anak berkebutuhan khusus, terutama anak tunagrahita.

Berdasarkan hasil pengaruh permainan tradisional sunda manda (engklek) terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar gerak lokomotor melompat, perkembangan motorik anak tunagrahita ringan yang di peroleh dari hasil pretest dan posttest yang telah di berikan treatment selama 6 minggu dalam frekuensi 1 minggu 3 kali menunjukkan peningkatan.

Dari nilai rata-rata (mean) data *pretest* yaitu 45,00 setelah diberikan *treatment* pada data *posttest* yaitu 50,00. Sedangkan pada standard deviasi nilai *pretest* 17.764 dan pada data standart deviasi *posttest* 20.105. Dari hasil uji t yang didapatkan nilai Sig.(2-tailed) 0,013, maka nilai tersebut kurang dari 0,05 sehingga disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari permainan tradisional sunda manda (engklek) terhadap motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak tuna grahita ringan.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh permainan tradisonal sunda manda (engklek) terhadap motorik kasar gerak lokomotor melompat pada anak tunagrahita ringan, pada nilai rata-rata (mean) data *pretest* yaitu 45,00 dan mengalami peningkatan pada data *posttest* yaitu 50,00. Dan juga pada uji t nilai probabilitas (Sig) 0,013 kurang dari 0,05. Sedangkan nilai t-hitung -3,092 dan t-tabel 2,365 memiliki perbedaan yang signifikan.

### Saran

Berdasarkan analisis data dan simpulan peneliti memberikan saran yaitu :

1. Diharapkan bagi SLB siswa Budhi Surabaya dapat menerapkan permainan-permainan tradisional, pada saat kegiatan-kegiatan seperti olahraga.
2. Permainan tradisioanal merupakan, permainan yang harus di lestarikan agar anak-anak zaman sekarang mengetahui dan tidak meninggalkan budaya Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, Rachmad Asis. 2015. Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Kategori Ringan Di Slb Negeri Pembina Giwangan Umbulharjo Yogyakarta. Yogyakarta. Skripsi. UNY.
- Agustin. Ressay, (2016) Pengaruh modifikasi permainan menendang bola terhadap koordinasi gerak manipulative anak tunagrahita ringan siswa SMPLB-C alpha kumara wardhana II Surabaya. Skripsi. Surabaya. UNESA.
- Arifin ,Muhammad Zaenal.(2016). Pengaruh modifikasi permainan lempar tanggap bola terhadap koordinasi gerak manipulatif anak tunagrahita ringan siswa SMPLB-C alpha kumara wardhana II Surabaya. Skripsi.Surabaya. UNESA.
- Apriani, Dian. 2012. Penerapan Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B Ra Al Hidayah 2 Tarik Sidoarjo. Unesa.
- Anggraeni ,Drias. (2014) Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional Lompat Tali Bagi Anak Tunagrahita Sedang Kelas III Sdlb Di Slb C Wiyata Dharma Ii Tempel. Yogyakarta. Skripsi UNY.
- Apriyanto, Nunung., (2012) Seluk-Beluk Tunagrahita dan Strageti Pembelajarannya.Yogyakarta: Javalitera
- Bakhtiar, Syahrial. 2015. Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak. Padang: UNP Press.
- Dyah, Wulanning. 2014. Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Kelas Dasar Mampu Didik Diukur Melalui Dasar Permainan Bolatangan Di Slb C Senuko Godean Sleman. Yogyakarta. Skripsi. UNY
- Delphie, Bandi. 2009. Bimbingan prilaku adaptif (anak dengan hendaya perkembangan fungsional). Klaten: PT. Intan sejati.
- Hasyim, Ahmad. 2014. Research Of Gross Motor Development And Age Equivalet Of Children 7 to 9 Years. International Journal of Education Learning and Development. Vol 2 (4):48-59

- Hairi Diana, 2009. Upaya Meningkatkan Kemampuan Melompat Melalui Gerak Irama Bagi Anak Tunagrahita Sedang. Volume 3 nomer 1. Ejournal UNP.
- Isminarti, 2005. Identifikasi Permainan Tradisional Indonesia. Laporan Hasil Survey. Malang : Fakultas Psikologi UMM.
- Margareta, Annisa Gitya. 2015. Pengaruh Permainan Engklek Terhadap Kemampuan Loncat Anak Usia 4-5 tahun Di TK PKK Semanding dan TK Aisyah Pabelan. Skripsi. Surakarta. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pradani ,Wulanning Dyah Eka. (2014). Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Kelas Dasar Mampu Didik Diukur Melalui Dasar Permainan Bolatangan Di S1b C Senuko Godean Sleman. Yogyakarta. Skripsi UNY.
- Rohmani Lestari. Budi. (2014). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Gerak Lokomotor Pada Anak Kelompok B Tk Aba Gondang. Yogyakarta. Skripsi UNY.
- Sukadiyanto, dan Muluk. 2011. *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Yudanto. 2005. Pengembangan Gerak Dasar dan Lompat Melalui Pendekatan Bermain di Sekolah Dasar. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, Volume 3, No. 1, 2005

