

PENINGKATAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR ANAK DISABILITAS GRAHITA C-1 MELALUI PERMAINAN HALANG RINTANG

Bagus Satria Widiyanto*, Nanik Indahwati

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*baguswidiyanto16060464101@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Pendidikan Jasmani Kesehatan Adaptif memiliki tujuan meningkatkan perkembangan dan pertumbuhan, sosial, intelektual dan kecakapan gerak peserta didik penyandang disabilitas. Pendidikan Jasmani Kesehatan Adaptif dilakukan dengan berbagai macam salah satunya adalah permainan. Contoh memberikan permainan halang rintang yang bermain dari *start* hingga *finish* dengan melewati banyak halangan atau rintangan sehingga peserta didik akan lebih aktif dan tertarik. Penelitian yang dilakukan memiliki tujuan untuk mengetahui besarnya peningkatan motorik kasar pada anak disabilitas grahita dengan diberikannya permainan halang rintang dan besarnya peningkatan motorik kasar anak disabilitas grahita melalui permainan halang rintang. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif untuk pengambilan data sampel menggunakan *one group pretest-posttest design*. Bersumber pada hasil analisis data menggunakan aplikasi SPSS, memiliki hasil sig $0,00 < 0,05$ diartikan ada perbedaan yang signifikan. Hasil nilai rerata *pre-test* 18,1 dan *post-test* 24,0 sehingga ada selisih 5,9. Hasil hitung tes kecakapan motorik kasar peserta didik sebesar 32,6%. Dari hasil analisis data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan motorik kasar melalui permainan halang rintang.

Kata Kunci: keterampilan motorik kasar, disabilitas grahita C-1, Halang Rintang

Abstract

Adaptive Health Physical Education aims to enhance the physical growth and development, motion skills, social and intellectual skills of students with disabilities. Adaptive Health Physical Education is done with various kinds, one of which is a game. One of the examples is to give an obstacle game that plays from start to finish by going through many hitch or obstacles, thus students will be more active and interested. This study aims to know the increase in gross motor skills of children with disabilities through obstacle games and the magnitude of increase in gross motor skills of children with disabilities through obstacle games. This type of research is quasi-experimental research with a quantitative approach which is used to collect data sample using the design of one group pretest-posttest. Based on the results of data analysis using the SPSS application, there is significant result of $0.00 < 0.05$ which means that there are significant differences. The result of the average score of pre-test is 18.1 and post-test is 24.0, so that there is a difference of 5.9, with the increase in the gross motor skills test results of students by 32.6%. From the results of data analysis, it can be concluded that there is a significant increase in gross motor skills through the obstacle course

Keywords: grossmotorskill, mentaldisabilityC-1, halangrintang

PENDAHULUAN

Pengaruh untuk menciptakan kualitas yang baik untuk bangsa yaitu pendidikan. Pendidikan merupakan suatu pembelajaran agar potensi yang ada dalam setiap diri siswa menjadi lebih berkembang dan memiliki kecerdasan, suatu keterampilan yang diperlukan, spiritual keagamaan dan mampu mengendalikan diri sendiri. Salah satu pendidikan yaitu pendidikan jasmani adaptif. Pendidikan jasmani adaptif memiliki tujuan untuk meningkatkan perkembangan dan pertumbuhan, sosial, intelektual dan kecakapan gerak peserta didik penyandang disabilitas. Dalam pendidikan jasmani adaptif peserta didik melakukan pembelajaran dengan aktivitas gerak. Aktivitas gerak tersebut melibatkan keterampilan motorik pada peserta didik.

Keterampilan motorik adalah kemampuan seseorang dalam berbagai macam aktivitas gerak yang dilakukan secara terkoordinasi. Bersumber pada Decaprio (2013), keterampilan motorik memiliki unsur-unsur yang ada di dalamnya yaitu kekuatan, kecepatan, koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan. Dari macam-macam komponen kemampuan motorik, tersebut dapat disimpulkan bahwa semua manusia dapat mengembangkan dan menguasainya, akan tetapi setiap orang dapat mengembangkan kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya.

Pada penelitian ini meneliti tentang motorik kasar disabilitas grahita C-1. Disabilitas grahita adalah anak berkebutuhan khusus dimana kecerdasannya dibawah rerata anak normal pada umumnya, memiliki hambatan dalam perilaku, disabilitas yang berjangka panjang, menempati tuntutan berat dalam lingkungan sosial serta sistem kesehatan. Bersumber pada Regan dan Willatt (2010), "*Mental retardation as a mental disorder that simultaneously refers to people of below average intellectual capability marked by the limitation of two or more skills, namely communication self care, social skills, safety, and personal health*". Keterbelakangan mental sebagai gangguan mental yang secara simultan merujuk pada orang-orang dengan kemampuan intelektual di bawah rata-rata ditandai oleh keterbatasan dua atau lebih keterampilan, yaitu komunikasi, perawatan diri, keterampilan sosial, keselamatan, dan kesehatan pribadi. Bersumber pada Oedjoe dan Bunga (2016), perkembangan fisik anak disabilitas grahita mengalami keterhambatan yang mengakibatkan masalah pada keterampilannya. Untuk memaksimalkan kemampuan disabilitas grahita harus melalui pendidikan khusus. Disabilitas grahita merupakan suatu istilah untuk menyebutkan anak yang memiliki IQ di bawah rerata. Disabilitas grahita C-1 memiliki karakteristik. Bersumber pada Hakim (2015), karakteristik disabilitas grahita dikelompokkan pada karakteristik disabilitas

grahita secara umum dan secara khusus, sedangkan tingkatan disabilitas grahita ada tiga macam, yaitu disabilitas grahita ringan, sedang dan berat. Bersumber pada Sandra (2010), disabilitas grahita dapat dikenali dari ciri-ciri tertentu, yaitu: 1) memiliki ukuran kepala yang tidak normal, 2) tidak bisa mengurus diri sendiri saat mas pertumbuhan, 3) memiliki komunikasi yang kurang baik, 4) mengabaikan segala yang ada di lingkungannya, 5) tidak memiliki koordinasi yang baik, dan 6) memiliki air liur yang berlebihan .

Disabilitas grahita ringan disebut juga moron atau debil. Bersumber pada Kuswardhana dan Hasegawa (2017), "*Children with mild mental retardation had several difficulties with interaction, remembering information, problem solving, physic motoric, learning problem, etc*". Anak-anak dengan keterbelakangan mental ringan memiliki beberapa kesulitan dalam berinteraksi, mengingat informasi, menyelesaikan masalah motorik fisik, masalah belajar, dan lain-lain. Bersumber pada Westendorp *et al.* (2011), "*Gross motor skills are invloved in many physical activites and are prerequisites for the performance of spot-specific skill*". Kemampuan motorik kasar dikaitkan dengan banyak aktivitas fisik dan prasyarat dari kemampuan olahraga yang spesifik. Disabilitas grahita memiliki permasalahan yang berkaitan dengan motorik kasar yaitu keseimbangan, koordinasi, gerak badan, kekuatan otot dan tulang serta kemampuan motorik kasar anak disabilitas grahita dapat dikaitkan dengan banyak aktivitas fisik. Salah satu aktivitas fisik yaitu permainan. Permainan ialah suatu aktivitas gerak yang dilaksanakan agar kemampuan anak meningkat dan dapat menjadi suatu alternatif untuk anak melakukan aktivitas gerak.

Permainan yang digunakan dalam penelitian ini adalah permainan halang rintang. Bersumber pada Rahayu (2013), halang rintang yaitu sebuah permainan yang melewati rintangan dan halangan yang dimulai dari *start* hingga *finish*. Pada penelitian ini permainan halang rintang akan dirancang menjadi beberapa pos untuk setiap rintangannya dan akan dibagi beberapa kelompok saat melakukan *treatment* pembagian kelompok bersumber pada hasil dari *pre-test*. Pedoman dalam melaksanakan permainan halang rintang yaitu Memulai permainan dengan berdiri *start*, berlari berjinjit melewati ban yang telah disediakan, merangkak memasuki lubang holahop yang berjumlah 4 dengan jarak setiap holahop 1 meter, melewati *ladder dril* sebanyak 7 kotak dengan cara berlari dan tidak boleh terkena garis pembatas, setiap kotak mempunyai ukuran 40x40cm, dan melompati 4 kardus dengan jarak setiap kardus 1 meter sampai *finish*. Permainan halang rintang memiliki beberapa manfaat. Bersumber pada Niswah (2016:10), menjelaskan manfaat halang rintang antara

lain meningkatkan daya tahan, meningkatkan kekuatan, meningkatkan kekuatan, meningkatkan kelincahan, meningkatkan kelentukan dan meningkatkan kemampuan psikologis anak. Melakukan permainan halang rintang memberikan banyak aktivitas sehingga keterampilan motorik pada anak dapat berkembang.

SDN Babatan IV Surabaya merupakan sekolah yang menerima anak penyandang disabilitas grahita, *slow leaner*, dan autis. Peserta didik di sekolah tersebut untuk anak yang menyandang disabilitas sulit melakukan aktivitas gerak, karena keterbatasan yang mereka miliki. Bersumber pada hasil wawancara pada tanggal 25 Oktober 2019 dengan Guru PJOK SDN Babatan IV. Pembelajaran PJOK dilakukan seminggu sekali untuk setiap kelas satu sampai enam. Pembelajaran PJOK untuk anak yang menyandang disabilitas dilakukan secara fleksibel, artinya peserta didik penyandang disabilitas dapat memilih untuk mengikuti pembelajaran PJOK atau tidak, dan timbul permasalahan lain yaitu guru PJOK tidak mengetahui metode pembelajaran yang tepat untuk diberikan pada peserta didik penyandang disabilitas. Maka dari itu, karena kurangnya aktivitas gerak yang dilakukan peserta didik, serta guru PJOK tidak mengetahui metode pembelajaran yang tepat untuk diberikan pada peserta didik penyandang disabilitas, penelitian ini memiliki tujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik disabilitas grahita melalui permainan halang rintang sehingga peserta didik mendapatkan pengalaman baru dan bersemangat saat pembelajaran PJOK.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian eksperimen semu adalah kegiatan percobaan, yang memiliki tujuan untuk mengetahui suatu gejala ataupun pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya suatu perlakuan yang dilakukan oleh peneliti. Penelitian ini tidak memiliki kelompok kontrol sehingga belum memenuhi syarat menjadi eksperimen murni. Pada penelitian ini memiliki desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Bersumber pada Maksim (2018:116), *one group pretest-posttes design* desain ini tidak memiliki kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak. Penelitian ini dilakukan dengan 4 kali tatap muka, yang terdiri dari pertemuan pertama *pre test*, pertemuan kedua dan ketiga *treatment* dan pertemuan keempat *post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SDN Babatan IV Surabaya yang berjumlah 66 siswa. Sampel yang diambil adalah peserta didik kelas IV, V, dan VI yang menyandang disabilitas grahita ringan C-1. Jumlah sampel dalam penelitian berjumlah 9 peserta didik

terdiri dari 7 peserta didik putra, dan 2 peserta didik putri.

Penelitian ini menggunakan *instrument* untuk mengukur keterampilan motorik kasar anak disabilitas Grahita C-1 yang telah divalidasi oleh ahli dan hasil uji validasi dikatakan valid karena nilai $R_{hitung} > R_{tabel}$ dengan nilai $R_{tabel} = 0,602$. Uji realibilitas *instrument* menunjukkan nilai $\alpha = 0,75$ reabilitas tersebut tinggi ($\alpha 0,7-0,9$). *Intrument* terdiri dari 3 tes yaitu tes merangkak 5 meter, tes berlari 30 meter, dan tes melompat, setiap tes memiliki kriteria penilaian yang berbeda. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mean, standar deviasi, uji normalitas, Uji-T sampel sejenis dan peningkatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut merupakan hasil yang di dapatkan dalam penelitian ini:

Tabel 1. Deskripsi Data Pre-tes dan post-tes

Deskripsi Data	Pre-Test	Post-Test	Selisih
Rerata	18,1	24,0	5,9
Standar Deviasi	10,8	14,7	5,5
Peningkatan	32,6%		

Bersumber pada tabel diatas terdapat perbedaan nilai *pre-test* dan *post-test*. Untuk tes yang dilakukan terdapat 3 item tes yaitu berlari, merangkak dan melompat. Penghitungan dilakukan dengan 3 item tes tersebut digabungkan menjadi satu dengan hasil hitung peningkatan sebesar 32,6%.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Deskripsi Data	Pre-Test	Post-Test
Sig	0.021	0,017
Kategori	Tidak Normal	Tidak Normal

Berdasarkan tabel diatas kedua nilai *pre-test* dan *post-test* menunjukkan hasil tidak normal karena $\text{sig} < \alpha$. Data seluruh variabel berdistribusi tidak normal, sehingga untuk melanjutkan uji hipotesis menggunakan uji nonparametrik dengan penghitungan statistik *Wilcoxon* atau uji *Wilcoxon*.

Tabel 3. Uji Wilcoxon.

Variabel	N	Rerata	Sig	Alpha	Keterangan
Pre-test	27	18,1	0,00	0,05	Signifikan
Pos-test		24,0			

Uji *Wilcoxon* memiliki hasil tes awal dengan rerata 18,1 dan tes akhir ialah 24,0. Kemudian diketahui bahwa nilai signifikan menunjukkan 0,00 maka dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada hasil analisis *pre-test* dan *post-tes* dapat dibuktikan dengan nilai $\text{sig} < \alpha$. Untuk mengetahui pengaruh permainan halang rintang maka dilakukan analisis data memakai Uji *Wilcoxon*. Penelitian yang dilaksanakan dengan 2 kali perlakuan pertemuan awal melakukan tes awal dan

pertemuan akhir melakukan tes akhir. Analisis data terhadap ketuntasan hasil tes keterampilan motorik kasar peserta didik menyatakan nilai dari Uji- *Wilcoxon* memiliki kenaikan sebesar 32,6 %. Pernyataan tersebut dibuktikan dari hasil hitung signifikan sebesar 0,00 maka dapat diartikan ada perbedaan pada nilai analisis tes awal dan tes akhir dapat dibuktikan dengan nilai $sig < \alpha$. Bersumber pada penelitian ini dengan permainan halang rintang motorik peserta didik meningkat karena mendapat banyak aktivitas gerak dari permainan halang rintang sehingga peserta didik lebih aktif bergerak. Hal tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan Niswah (2016). Berdasarkan penelitian tersebut memiliki hasil penggunaan permainan halang rintang berpengaruh terhadap lokomotor anak autisme di SDN 7 Sidokumpul Gresik. Hal ini dibuktikan dengan nilai hasil Z yang diperoleh yaitu 2,05 lebih besar dari pada nilai kritis yaitu 1,96. Dalam penelitian terdapat suatu kendala yaitu pemahaman peserta didik yang kurang akibatnya saat melakukan permainan halang rintang terjadi kesalahan.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan antara lain:

1. Terjadi peningkatan pada keterampilan motorik peserta didik kelas IV, V, dan VI di SDN Babatan IV Surabaya. Besarnya pengaruh permainan halang rintang dibuktikan dengan nilai rerata *pre-test* 18,1 dan rerata *pos-test* 24,0 sehingga memiliki selisih 5,9 pada rerata nilai peserta didik.
2. Dengan diberikannya *treatment*/aktivitas permainan halang rintang keterampilan motorik kasar pada anak disabilitas grahita C-1 meningkat sebesar 32,6 % yang terdiri dari 3 item tes.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat memberikan saran:

1. Untuk Guru permainan halang rintang sebagai inovasi untuk meningkatkan motorik kasar peserta didik.
2. Untuk peserta didik melakukan permainan halang rintang agar keterampilan motoriknya meningkat.
3. Untuk peneliti harus memahami dan memperhatikan setiap keterbatasan peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Decaprio, R. (2013). *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: Divapress.
- Hakim, A. R. (2015). Pengaruh Keseimbangan dan Tingkat Usia Anak Tunagrahita Mampu Didik Terhadap Kemampuan Motorik Kasar. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran)*, 1(1), 36-48.
- Kuswardhana, D., & Hasegawa, S. (2017). The Instructional Thematic Game for Children with Mild Mental Retardation: For Enhancement of Left-Right Recognition Skill. *International Journal of Electrical & Computer Engineering*, 7(1), 469-478.
- Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University press.
- Murti, A. (2016). *Ensiklopedia Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Redaksi Maxima.
- Niswah, M. (2016). Permainan Halang Rintang Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Locomotor Anak Autis. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 8(1), 1-10.
- Oedjoe, M. R., dan Bunga, B. N. (2016). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional "Sikodaka" Bagi Anak Usia Dini Berlatar Belakang Tuna Grahita. *Jurnal Ilmiah*, 11(2), 73-80.
- Rahayu, S. (2013). Aktivitas Bermain Halang Rintang Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B TK Salsabilah Surabaya. *PAUD Teratai*, 2(1):1-9.
- Regan, R., & Willatt, L. (2010). Mental Retardation: Definition, Classification and Etiology. *In Genetic of Mental Retardation*, 18, 16-30.
- Sandra, M. (2010). *Anak Cacat Bukan Kiamat: Metode Pembelajaran dan Terapi Untuk Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Katahati.
- Westendorp, M., Houwen, S., Hartman, E., & Visscher, C. (2011). Are Gross Motor Skills And Sports Participation Related in Children With Intellectual Disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 32(3), 1147-1153.