

**JURNAL PENDIDIKAN KHUSUS**

**PERMAINAN HALANG RINTANG TERHADAP KEMAMPUAN GERAK  
DASAR LOKOMOTOR ANAK AUTIS**



Oleh:  
**MAGHFIROTUN NISWAH**  
NIM: 12010044041

Universitas Negeri Surabaya

**UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN PENDIDIKAN LUAR BIASA**

**2016**

## PERMAINAN HALANG RINTANG TERHADAP KEMAMPUAN GERAK DASAR LOKOMOTOR ANAK AUTIS

**Maghfirotn Niswah dan Febrita Ardhaningsih**

(Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya) [maghfirotn\\_niswah@yahoo.co.id](mailto:maghfirotun_niswah@yahoo.co.id)

### **ABSTRACT**

Autism children had motoric hindrance in the form of the appearance of stereotype behavior (such as clapping and moving body), impulsivity, and hyperactive or adversely hypoactive. In addition there was motoric coordination retarded, tiptoe walking, clumsiness, could play with the peers, lack of attitude exactness and body movement, twisting, very hyperactive, jumping and flapping hands, etc. so the basic movement of locomotor was limited compared with the peers. The basic movement of locomotor was the movement which was done by human in general such as walking, running, jumping, leaping, etc. Every human always did this movement in every activity. To develop the basic movement of locomotor ability the autism children needed games modified exactly to enhance the basic movement of locomotor ability. This research had used obstacle-block game as the exact game to enhance the basic movement of locomotor ability for autism children.

This research used quantitative approach with pre experiment kind, and used "One group pretest - posttest design", with 6 autism students in SDN 7 Sidokumpul Gresik as the subject, each of them had initial: MI, MR, HH, AN, IA, and RD. This research used the design through a test before giving treatment (O1) once and after giving treatment (O2) twice, so there was comparison between O1 and O2 to know the treatment effectiveness X, the treatment was given 8 times. The data obtained was analyzed by statistic non parametric with sign test.

From the result of statistic test in the research of the influence of obstacle-block game toward the basic movement of locomotor ability to autism children in SDN 7 Sidokumpul Gresik, it indicated that Zh value obtained was 2,05 greater than crisis value 5% i.e. 1,96 so Ho (null hypothesis) was refused and Ha (work hypothesis) was accepted. The work hypothesis above was proven that "The obstacle-block game influenced toward the basic movement of locomotor ability to autism children in SDN 7 Sidokumpul Gresik".

Keywords: Basic movement of locomotor, obstacle-block game

### **Pendahuluan**

Pada umumnya manusia memiliki kecenderungan selalu ingin bergerak, mereka melakukan gerak disetiap aktivitasnya. Sama halnya dengan anak-anak, mereka melakukan gerak sambil bersenang-senang untuk menyalurkan segala potensi yang ada pada dirinya. Hal ini sangat berarti bagi anak-anak untuk melatih dirinya dan dapat merangsang pertumbuhan serta perkembangan anak tersebut. Gerak yang dilakukan oleh manusia pada umumnya adalah berjalan dan berlari, di mana kedua gerak ini termasuk dalam gerak dasar lokomotor. Setiap manusia pasti akan melakukan gerak ini dalam setiap kegiatan yang dilakukannya. Bagi anak, gerak dasar lokomotor seperti berjalan dan berlari

sangat penting bagi kebutuhan perkembangan mereka (Andi, 2012: 4).

Dalam perkembangan motorik, keterampilan memposisikan tubuh secara tegak dan lokomosi merupakan aspek penting dan secara signifikan berkontribusi terhadap pertumbuhan kognitif, social, maupun psikologis anak (sunardi dan sunaryo, 2007:113-114). Perkembangan motorik adalah suatu perubahan dalam perilaku gerak yang memperlihatkan interaksi dari kematangan makhluk dan lingkungannya, pada manusia perkembangan motorik merupakan perubahan kemampuan gerak dari bayi sampai dewasa yang melibatkan berbagai aspek perilaku dan kemampuan gerak (Agus, 2006:1.3-1.4).

Hambatan perkembangan motorik yang sering ditemukan pada anak autis adalah munculnya perilaku stereotip (seperti bertepuk tangan dan menggoyang-goyangkan tubuh), impulsivitas, dan hiperaktif atau sebaliknya hipoaktif. Disamping itu juga didapatkan adanya koordinasi motorik yang terganggu, jalan berjinjit (tiptoe walking), canggung (clumsiness), kesulitan belajar mengikat tali sepatu, menyikat gigi, memotong makanan dan mengancingkan baju (Sunardi dan Sunaryo, 2007:128-129).

Bermain merupakan kegiatan spontan anak. Tidak ada peraturan yang mengikat saat anak bermain. Oleh karena itu, bermain memberi anak peluang berkembang tanpa melalui aturan ketat. Jika seorang anak terlalu banyak dihadapkan aturan, ada kemungkinan anak tumbuh menjadi individu penuh keraguan, pasif, selalu menunggu perintah, dan tidak memiliki inisiatif (Bonny, 2003:104). Bermain bagi anak-anak merupakan suatu kebutuhan yang penting dalam hidupnya, bahkan hampir sebagian dari waktunya dihabiskan untuk bermain (Andi, 2012: 4). Terapi bermain merupakan usaha penyembuhan untuk mencapai perkembangan fisik, intelektual, emosi, dan sosial anak secara optimal. Maksud dari mengobati atau menyembuhkan fisik adalah mengembangkan kekuatan otot, motorik, meningkatkan ketahanan organ tubuh (jantung dan paru-paru), mencegah dan memperbaiki sikap tubuh kurang baik (otot-otot, organ tubuh, atau motorik) (Bonny, 2003:105). Terapi bermain untuk anak autis merupakan suatu usaha mengoptimalkan kemampuan fisik, intelektual, emosi, dan sosial anak. Maksud dari usaha terapi bermain ini adalah untuk mengembangkan kekuatan otot, motorik, meningkatkan ketahanan organ tubuh bagian dalam, mencegah dan memperbaiki sikap tubuh yang kurang baik. Sedangkan dari aspek rohani, terapi bermain ini adalah melepaskan anak dari energi yang berlebih yang dapat merugikan diri sendiri (Dwi, 2008:276).

Permainan Halang Rintang merupakan sebuah permainan yang dimodifikasi dari pembelajaran lompat tinggi. Permainan ini terdiri dari 5 pos rintangan yang harus dilewati siswa dengan tingkat kesulitan yang bervariasi dan bertingkat. Dengan peralatan yang sangat sederhana, murah dan begitu mudah didapat (Bagus, 2012: 5). Manfaat

permainan halang rintang bagi anak autis yaitu, melompat dapat meningkatkan pengendalian nafas, kesehatan, dan kemampuan spasial. Jika anak lain juga terlibat, bermain dan tertawa dapat memberikan rasa kesenangan dan kepuasan bagi anak (Dwi, 2008:186).

Anak yang mengalami gangguan autis mempunyai perilaku yang berbeda dari perilaku anak normal. Anak autis ini bisa berperilaku yang berlebihan atau perilaku yang berkekurangan, sampai ke tingkat yang rendah atau tidak ada perilaku. Seorang anak autis bias saja mengamuk (tantrum) karena frekuensi dan intensitasnya berlebihan. Perilaku mengamuk bisa terjadi karena hal-hal kecil, misalnya meminta anak berjalan atau duduk tenang, atau antri di loket. Biasanya ia menstimulus diri dengan menjerit, menendang, mencakar, menggigit, atau melukai dirinya sendiri, sehingga mengganggu orang lain dan juga mengganggu proses belajar (Dwi, 2008:240-241).

Dalam penelitian ini, anak autis sedang yang dijadikan subyek penelitian adalah anak yang membutuhkan perhatian dan layanan khusus untuk mengatasi permasalahan yang di alaminya. Diantara permasalahan yang perlu diperhatikan adalah keterampilan gerak dasar lokomotor.

Berdasarkan hasil observasi di Sekolah Inklusif SDN 7 Sidokumpul Gresik permasalahan motorik yang dialami oleh anak autis sedang adalah kurang terampilnya gerak dasar lokomotor seperti ketika berjalan memantul dan terlalu banyak dorongan vertikal, anak sering terlihat jalan berjinjit, anak terlihat dengan langkah kaki yang lebar. Kurangnya kemampuan aktivitas gerak, kurangnya minat anak untuk melakukan suatu permainan, aktivitas gerak yang dilakukan cenderung berkurang dikarenakan anak lebih suka menyendiri/pasif ketika teman-temannya bermain.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka penelitian ini perlu merumuskan judul skripsi dengan judul tentang pengaruh permainan halang rintang terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis di SDN 7 Sidokumpul Gresik.

**Tujuan**

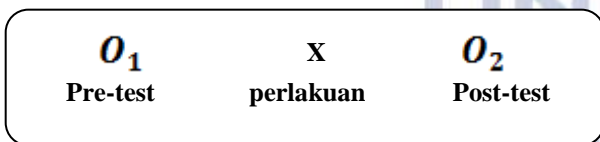
Untuk mengetahui pengaruh permainan halang rintang terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autisme di SDN 7 Sidokumpul Gresik.

**Metode**

**A. Jenis dan Rancangan penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena data dalam penelitian menggunakan data yang berbentuk angka berupa data ordinal, data interval, dan data rasio (Sugiyono, 2012: 24). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pre eksperimen karena dalam penelitian ini terdapat variabel bebas dan variabel terikat, dan sampel yang dipilih dalam penelitian diambil tidak secara random, sampel yang digunakan merupakan sampel kecil karena berjumlah kurang dari 30 orang dengan jumlah sampel 6 anak (Sugiyono, 2012: 74). Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian "One Group Pretest – Posttest Design" yaitu sebuah eksperimen yang dilaksanakan pada suatu kelompok tanpa adanya kelompok kontrol atau pembandingan (Suryabrata, 2002:14). Penelitian ini menggunakan rancangan melalui tes sebelum pemberian perlakuan (O1) dan sesudah pemberian perlakuan (O2), sehingga terdapat perbandingan antara O1 dan O2 untuk mengetahui efektifitas perlakuan X.

Penelitian ini menggunakan rancangan *One Group pre test and post test Design* (Arikunto, 2006) sebagai berikut :



Gambar 3.1

Keterangan :

O1 :Diberikan *pretest* untuk mengukur kemampuan gerak dasar lokomotor anak sebelum diberikan perlakuan dengan permainan halang rintang.*Pretest* gerak dasar lokomotor (berjalan dan berlari) dilakukan sebanyak satu kali yaitu pada pertemuan pertama jam pelajaran penjaskes, dengan waktu tes selama 2x35 menit.

X1 :Perlakuan pertama mendemonstrasikan kepada anak tentang cara melakukan gerak dasar berjalan dan berlari yang benar.

X2 :Perlakuan kedua anak diminta untuk memperhatikan cara melakukan permainan halang rintang sesuai yang dilakukan guru.

X3 :Perlakuan ketiga melakukan permainan halang rintang dilakukan oleh anak dengan bimbingan guru.

X4 :Perlakuan keempat melakukan permainan halang rintang dilakukan anak dengan menitik beratkan pada setiap bentuk gerakan kaki yang benar.

X5 :Perlakuan kelima melakukan permainan halang rintang dilakukan anak dengan menitik beratkan pada setiap bentuk gerakan tangan yang benar.

X6 :Perlakuan keenam melakukan permainan halang rintang dilakukan anak dengan menitik beratkan pada tubuh yang sedikit condong kedepan selama pola melangkah saat berlari.

X7 :Perlakuan ketujuh melakukan permainan halang rintang dilakukan anak dengan menitik beratkan pada lutut yang bengkok hingga cukup terangkat dari bumi.

X8 :Perlakuan kedelapan melakukan permainan halang rintang mulai awal hingga akhir dengan mengkombinasikan gerakan tangan dan kaki dengan benar.

O2 :Diberikan *post test* untuk mengukur kemampuan gerak dasar lokomotor anak sesudah diberikan perlakuan dengan permainan halang rintang.*Posttest* diberikan kepada anak dengan tujuan untuk mengetahui perubahan yang dialami subjek penelitian sesudah diberikan perlakuan. *Posttest* dilakukan sebanyak satu kali dengan alokasi waktu 2x35 menit.

**B. Subjek penelitian**

Subjek penelitian yang digunakan adalah : 6 siswa Autis di SDN 7 Sidokumpul Gresik

**C. Variabel dan Definisi Operasional**

1. Variabel

- a. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat, dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah permainan halang rintang.
  - b. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis.
2. Defini Operasional
- a. Permainan Halang Rintang  
Permainan halang rintang dalam penelitian ini, merupakan bentuk permainan yang dilakukan di lapangan berupa keterampilan fisik terdiri atas beberapa permainan atau kegiatan yang satu demi satu harus dikerjakan dan dipraktekkan melalui proses. Permainan halang rintangan disesuaikan dengan kemampuan yang dimiliki oleh anak dengan menempatkan berbagai macam benda yang digunakan sebagai sarana untuk menghalang-halangi, merintang, menghambat dalam pelaksanaan tugas pelakunya. Adapun langkah-langkah permainan halang rintang dalam penelitian ini yaitu: (1) berdiri di garis start, berlari pada rintangan satu, (2) berjalan sesuai dengan lingkaran gambar jejak kaki, (3) berlari berjingkat melewati lubang pada lingkaran ban, (4) berlari pada tangga tidur, (5) berjalan pada lintasan sepanjang 5 meter dengan lebar 20cm hingga mencapai finish.
  - b. Kemampuan Gerak Dasar Locomotor  
Gerak dasar lokomotor dalam penelitian ini, merupakan kemampuan anak dalam melakukan gerakan yang ditandai dengan pergerakan seluruhtubuh, dalam proses perpindahan tempat atau titik berat badan dari satu bidang tumpu ke bidang tumpu lainnya. Dengan difokuskan pada gerak dasar

lokomotor: berjalan dan berlari. Indikator berjalan yaitu: dimulai dengan mendaratkan tumit terlebih dahulu di atas tanah, kaki bergerak secara bergantian dengan salah satu kaki selalu kontak dengan lantai, jari-jari kaki terarah lurus ke depan dan lengan diayun bebas dari bahu dengan arah berlawanan dengan kaki, badan tegak, lutut bengkok hingga cukup terangkat dari bumi. Indikator berlari yaitu: tubuh sedikit condong ke depan selama pola melangkah, kaki diangkat ke depan ditolakkan dengan kuat dan cepat, angkat paha dan bengkokkan lutut, kepalkan tangan dengan rileks, kedua lengan berayun depan dan belakang untuk keseimbangan.

- c. Anak Autis  
Anak autis penelitian ini adalah anak autis sedang di SDN 7 Sidokumpul Gresik dengan jumlah siswa 6 orang dari kelas yang berbeda yaitu kelas 1, 3 dan 4, dengan karakteristik: (1) berjalan jinjit, (2) langkah kaki lebar, (3) berjalan tidak seimbang dan membungkuk, (4) berjalan jinjit dan selalu menundukkan kepala, (5) Berjalan dengan tumit yang menjadi tumpuan, (6) kemampuan terhadap perintah cukup, (7) kemampuan melakukan gerak kurang, (8) anak cenderung diam/pasif

#### D. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan instrumen pengumpulan data yang terdiri dari:

1. Pedoman dan sintaks permainan halang rintang terhadap gerak dasar lokomotor anak autis.
2. Silabus pembelajaran dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
3. Instrumen penilaian berjalan dan berlari

#### E. Teknik Pengumpulan Data

1. Tes
2. Dokumentasi

#### F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan cara yang digunakan dalam proses penyederhanaan data kedalam data yang lebih mudah dibaca dan

dipresentasikan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis data statistik non parametris. Teknik analisis data statistik non parametris yaitu pengujian statistik yang dilakukan karena salah satu asumsi normalitas tidak dapat dipenuhi. Hal ini disebabkan oleh jumlah sampel penelitian kurang dari 30 yaitu 6 sampel atau disebut sampel kecil. Maka rumus yang digunakan untuk menganalisis adalah uji tanda (*sign test*)

## Hasil dan Pembahasan

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Penyajian Data

Penyajian data dalam penelitian ini diperoleh dari metode tes yang merupakan hasil kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis di SDN 7 Sidokumpul Gresik. Adapun hasil data yang diperoleh adalah sebagai berikut:

##### a. Data Hasil *Pre test*

Hasil *pre test* merupakan nilai untuk mengetahui kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis sebelum diberikan perlakuan menggunakan permainan halang rintang. Pelaksanaan penelitian diawali dengan pemberian pre test kepada 6 anak di SDN 7 Sidokumpul Gresik. Berikut ini adalah data hasil *pre test*.

**Tabel 4.1 Data hasil *pre test* gerak dasar lokomotor anak autis**

No	Nama	<i>Pre test</i>		Jml	Rata-rata
		Berjalan	Berlari		
1.	MI	47	58	105	52,5
2.	MR	44	59	103	51,5
3.	HH	45	65	110	55
4.	AN	48	53	101	50,5
5.	IA	50	62	112	56
6.	RD	52	65	117	58,5

Berdasarkan tabel 4.1 hasil *pre test* ditemukan kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis dengan rentetan nilai indikator berjalan antara 44 sampai 52 dan

indikator berlari antara 53 sampai 65, serta rata-rata antara 50,5 sampai 58,5.

#### b. Data Hasil Perlakuan (*Treatment*)

Perlakuan dalam penelitian ini dilakukan sebanyak 8 kali pertemuan. Pada setiap pertemuan, waktu yang diberikan 2x35 menit.

1. Perlakuan pertama mendemonstrasikan kepada anak tentang cara melakukan gerak dasar berjalan dan berlari yang benar.
2. Perlakuan kedua anak diminta untuk memperhatikan cara melakukan permainan halang rintang sesuai yang dilakukan guru.
3. Perlakuan ketiga melakukan permainan halang rintang dilakukan oleh anak dengan bimbingan guru.
4. Perlakuan keempat melakukan permainan halang rintang dilakukan anak dengan menitik beratkan pada setiap bentuk gerakan kaki yang benar.
5. Perlakuan kelima melakukan permainan halang rintang dilakukan anak dengan menitik beratkan pada setiap bentuk gerakan tangan yang benar.
6. Perlakuan keenam melakukan permainan halang rintang dilakukan anak dengan menitik beratkan pada tubuh yang sedikit condong kedepan selama pola melangkah saat berlari.
7. Perlakuan ketujuh melakukan permainan halang rintang dilakukan anak dengan menitik beratkan pada lutut yang bengkok hingga cukup terangkat dari bumi.
8. Perlakuan kedelapan melakukan permainan halang rintang mulai awal hingga akhir dengan mengkombinasikan gerakan tangan dan kaki dengan benar.

#### c. Data Hasil Post Test

Hasil *post test* merupakan nilai untuk mengetahui kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis setelah diberikan perlakuan menggunakan permainan halang rintang. Pelaksanaan

post test diberikan sama dengan pelaksanaan pre test. Berikut ini adalah data hasil post test.

**Tabel 4.4 Data hasil post test gerak dasar lokomotor anak autis**

No	Nama	Post test		Jumlah	Rata-rata
		Berjalan	Berlari		
1.	MI	84	85	169	84,5
2.	MR	75	77	152	76
3.	HH	82	86	168	84
4.	AN	76	80	156	78
5.	IA	68	75	143	71,5
6.	RD	72	76	148	74

Berdasarkan tabel 4.4 hasil post test ditemukan kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis dengan rentetan nilai indikator berjalan antara 72 sampai 84 dan indikator berlari antara 75 sampai 86, serta rata-rata antara 71,5 sampai 84,5.

## 2. Analisis Data

Analisis data adalah cara yang digunakan dalam proses penyederhanaan data ke dalam data yang mudah dibaca dan dipresentasikan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan statistik non parametrik menggunakan rumus "Uji Tanda (*Sign Test*)".

**Tabel 4.10 Perubahan nilai pre test dan post test kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis**

No	Nama	Pre Test	Post Test	Perubahan
1.	MI	52,5	84,5	+
2.	MR	51,5	76	+
3.	HH	55	84	+
4.	AN	50,5	78	+
5.	IA	56	71,5	+
6.	RD	58,5	74	+
Jumlah		324:6 = 54	468:6 = 78	X = 6

## 3. Prosedur Analisis:

$$Z_h = \frac{X - \mu}{\sigma}$$

Adapun perolehan data sebagai berikut:

Diketahui: n = 6

$$p = 0,5$$

Maka:

$$\begin{aligned} X &= \text{Jumlah tanda plus (+) - p} \\ &= 6 - 0,5 \\ &= 5,5 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Mean } (\mu) &= n \cdot p \\ &= 6 \cdot 0,5 \\ &= 3 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \sigma &= \sqrt{n \cdot p \cdot q} \\ &= \sqrt{6 \cdot 0,5 \cdot 0,5} \\ &= \sqrt{1,5} \\ &= 1,22 \end{aligned}$$

$$Z_h = \frac{X - \mu}{\sigma} = \frac{5,5 - 3}{1,22}$$

$$Z_h = 2,05$$

## 4. Pengujian Hipotesis

Dari hasil pengujian statistik dalam penelitian pengaruh permainan halang rintang terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis di SDN 7 Sidokumpul Gresik,  $Z_h = 2,05$ . Karena nilai  $Z_h = 2,05$  lebih besar dari pada nilai kritis = 1,96, maka  $H_0$  (Hipotesis nol) ditolak dan  $H_a$  (Hipotesis kerja) diterima. Sehingga hipotesis kerja diatas benar bahwa "permainan halang rintang berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis di SDN 7 Sidokumpul Gresik".

## B. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai  $Z_h$  yang diperoleh yaitu 2,05 lebih besar dari pada nilai kritis 5% yaitu 1,96. Hal ini berarti permainan halang rintang berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis di SDN 7 Sidokumpul Gresik. Gerak dasar lokomotor yang dinilai adalah gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari.

Pada saat pelaksanaan *pretest*, anak autis mengalami kesulitan dalam gerak dasar lokomotor berupa berjalan jinjit, langkah kaki lebar, berjalan tidak seimbang dan membungkuk, berjalan jinjit dan selalu menundukkan kepala, berjalan dengan tumit yang menjadi tumpuan, kemampuan terhadap perintah cukup, kemampuan melakukan gerak kurang, anak cenderung diam/pasif. Sehingga hasil tes yang diperoleh kurang maksimal yaitu hasil *pre test* berjalan anak autis sub indikator sikap awal didapatkan rata-rata skor 3,91, pelaksanaan mendapat nilai lebih tinggi yaitu rata-rata skor 3,96, serta sikap akhir didapatkan rata-rata skor 3,88, sedangkan hasil *pre test* berlari pada anak autis sub indikator sikap awal didapatkan rata-rata skor 4,86, pelaksanaan didapatkan rata-rata skor 2,5, serta sikap akhir mendapatkan nilai yang lebih tinggi yaitu rata-rata skor 5,01. Hal ini sesuai dengan pendapat Sunardi dan sunaryo (2007:128-129) bahwa hambatan perkembangan motorik yang sering ditemukan pada anak autis adalah munculnya perilaku stereotip (seperti bertepuk tangan dan menggoyang-goyangkan tubuh), impulsivitas, dan hiperaktif atau sebaliknya hipoaktif. Disamping itu juga didapatkan adanya koordinasi motorik yang terganggu, jalan berjinjit (*tiptoe walking*), canggung (*clumsiness*), kesulitan belajar mengikat tali sepatu, menyikat gigi, memotong makanan dan mengancingkan baju.

Berdasarkan teori tersebut, maka dibutuhkan media permainan halang rintang yang sesuai dengan kemampuan dan permasalahan yang dihadapi oleh anak autis di SDN 7 Sidokumpul Gresik guna membantu anak untuk lebih mudah menyerap materi yang diberikan, khususnya gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari. Sebagaimana pendapat DSM IV (dalam Sujarwanto, 2005: 172) bahwa gangguan yang dialami anak autis dalam penggunaan badan atau tubuh baik untuk gerakan koordinasi maupun gerakan-gerakan yang lain sesuai dengan keadaan yang sering dilakukan anak autis, misalnya ketepatan sikap dan gerakan tubuh yang kurang, berjalan jinjit, memutar, tepuk tangan, dan sebagainya. Sehingga pembelajaran dengan menggunakan

permainan halang rintang yang di modifikasi dapat digunakan secara efektif dalam pembelajaran olahraga terutama terkait gerak dasar lokomotor anak autis.

Setelah *pre test* anak di instruksi dengan permainan halang rintang secara terus menerus selama 8 kali pertemuan dengan durasi 30 menit perhari. Menurut Pramuka (2009: 12) permainan halang rintang merupakan suatu bentuk permainan yang diadakan di tempat terbuka berupa keterampilan fisik, terdiri dari beberapa rentetan, beberapa mata acara permainan yang satu demi satu sesuai dengan urutannya harus dikerjakan dan dipraktekkan dengan melalui proses yang memerlukan keberanian, ketabahan, ketekunan, ketelitian dan keseimbangan. Melalui permainan halang rintang dapat mengoptimalkan gerak dasar lokomotor anak autis, hal ini sesuai dengan pernyataan Rahayu (2003: 2) bahwa permainan halang rintang berguna untuk menstimulasi anak untuk memperkenalkan atau melatih motorik kasar, misalnya gerakan melangkah, jalan, loncat, lompat, jinjit, dan meningkatkan kemampuan mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi.

Kemampuan anak meningkat dikarenakan dalam pembelajaran olahraga melalui aktivitas bermain dengan menggunakan permainan halang rintang terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis yang di modifikasi sesuai dengan karakteristik anak autis, dapat memberikan kesibukan yang menarik bagi anak, memberikan kesenangan dan kepuasan anak dalam menyelesaikan kegiatan, dan mengembangkan keterampilan melalui kegiatan yang menarik dan menyenangkan. Hal tersebut berkaitan dengan proses pembelajaran anak autis yang lebih menyukai kegiatan yang menarik dan edukatif. Dengan hasil rekapitulasi *pre test* dan *post test* permainan halang rintang terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis indikator berjalan pada sub indikator pelaksanaan didapatkan hasil yang lebih tinggi, karena nilai perbedaan yang di dapatkan yaitu 2,44, sedangkan pada indikator berlari pada sub indikator pelaksanaan juga didapatkan hasil yang lebih tinggi, karena nilai perbedaan yang di dapatkan yaitu 2,3. Hal ini diperkuat oleh pendapat Bonny (2003 : 104) bahwa bermain



dapat memberi anak peluang berkembang tanpa melalui aturan yang ketat, mengatasi anak autis dilakukan dengan memberikan perhatian lebih, serta memberikan kegiatan yang menarik dan edukatif untuk membantu meningkatkan kemampuan perkembangan anak autis.

Karakteristik anak autis dalam gerak dasar lokomotor ini lah yang menyebabkan anak autis mengalami kesulitan dalam gerakan koordinasi. Tetapi setelah diberikan permainan halang rintang secara terus menerus hasil yang diperoleh sangat meningkat, hal ini terbukti dari nilai rata-rata yang diperoleh pada saat *pre test* 52,5 dan pada saat *post test* nilai rata-rata meningkat menjadi 84,5. Peningkatan tersebut signifikan dengan  $Z_h = 2,05$  dengan nilai kritis 5% yaitu 1,96. Gerak dasar lokomotor yang dinilai adalah berjalan dan berlari. Peningkatan kemampuan berjalan yang paling tinggi ada pada sub indikator pelaksanaan, sama halnya dengan peningkatan kemampuan berlari yang paling tinggi ada pada sub indikator pelaksanaan juga, dengan rincian kegiatan yaitu ketepatan saat menginjakkan kaki, sikap tubuh, ayunan lengan, pembengkokan lutut, sikap tubuh saat melayang, dan sikap kaki.

Walaupun dalam penelitian ini menunjukkan hasil peningkatan yang signifikan antara permainan halang rintang terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis, tetapi penelitian ini terbatas pada karakter anak autis yang mengalami hambatan dalam gerak dasar lokomotor seperti ketika berjalan memantul dan terlalu banyak dorongan vertikal, anak sering terlihat jalan berjinjit, anak terlihat dengan langkah kaki yang lebar, sampel dalam penelitian ini sedikit yaitu 6 anak yang diambil tidak secara random, gerak dasar lokomotor hanya terbatas pada gerak berjalan dan berlari, maka dianggap perlu untuk dilakukan penelitian berikutnya dengan karakteristik anak yang berbeda, dengan jumlah sampel yang lebih banyak, serta dengan gerak dasar lokomotor yang lebih bervariasi.

Dari hasil analisis data yang didapat, peneliti memberikan gambaran bahwa permainan halang rintang berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian bahwa

permainan halang rintang terbukti dapat menghasilkan peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis setelah dibandingkan hasilnya antara sebelum diberikan perlakuan (*pre test*) dan sesudah diberikan perlakuan (*post test*). Dengan demikian permainan halang rintang sangat berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor pada anak autis.

## SIMPULAN DAN SARAN

### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisisnya, dapat disimpulkan bahwa penggunaan permainan halang rintang berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak autis di SDN 7 Sidokumpul Gresik. Hal ini dibuktikan dengan nilai  $Z_h$  yang diperoleh yaitu 2,05 lebih besar dari pada nilai kritis yaitu 1,96.

### B. Saran

Berdasarkan simpulan di atas, maka disarankan :

1. Bagi penyelenggara pendidikan anak autis Sebagai masukan dalam menyampaikan kebijakan terkait dengan pengetahuan dan keterampilan pelaksanaan untuk anak autis yang terbukti efektif digunakan dalam pembelajaran terutama terhadap gerak dasar lokomotor anak autis.
2. Bagi guru Permainan halang rintang bisa dijadikan sebagai alternatif metode untuk meningkatkan lokomotor anak autis terutama pada sub indikator pelaksanaan yang meliputi ketepatan saat menginjakkan kaki, sikap tubuh, ayunan lengan, pembengkokan lutut, sikap tubuh saat melayang, dan sikap kaki.
3. Bagi Peneliti lainnya Dapat dijadikan sebagai acuan untuk penelitian berikutnya tentang permainan halang rintang yang dimodifikasi untuk anak autis dengan subjek yang lebih banyak atau dengan karakteristik yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Andi. 2012. *Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Tradisional Di Kelas*

- Iv Sdn Guntur 09 Pagi Setia budi Jakarta Selatan, (Online), (<http://jurnal.pgsdunj.org/index.php/pgsd/article/view/92/88>, diakses pada 21 Oktober 2015).
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi)*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Budi, Tataq. 2012. *Aplikasi Model Pakem Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Anak*, (Online), (<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=109246&val=4082>, di akses pada 9 November 2015).
- Budiani, Ayuning. 2014. *Peningkatan Kelincahan Melalui Aktivitas Bermain Halang Rintang Anak Kelompok B 2 Tk Negeri Pembina Panjatan Kulon Progo*, (Online), ([http://eprints.uny.ac.id/14320/1/SKRIPSI\\_Ayuning%20Budiani%20%281111247039%29.pdf](http://eprints.uny.ac.id/14320/1/SKRIPSI_Ayuning%20Budiani%20%281111247039%29.pdf), diakses pada 21 Oktober 2015).
- Danuatmaja, Bonny. 2003. *Terapi Anak Autis di Rumah*. Jakarta: Puspa Swara.
- Handojo. 2008. *Autisma*. Jakarta: PT Bhuanallmu Populer.
- HR, Hasdianah. 2013. *Autis Pada Anak: Pencegahan, Perawatan, Dan Pengobatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kristanto, Bagus. 2012. *Lompat Tinggi Halang Rintang Untuk Keberanian, Kesenangan Dan Percaya Diri Kelas V*, (Online), (<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr/article/view/839>, diakses pada 21 Oktober 2015).
- Kwartir Nasional Gerakan Pramuka. *Penyelenggaraan Melintasi Halang Rintang*. Jakarta: Tunasmedia.
- Mahendra, Agus. 2007. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Depdiknas.
- Mufid. 2010. *Mari Belajar Penjaskes untuk SD-MI kelas II*. Surabaya: Jepe Press Media Utama.
- Saleh, Samsubar. 1996. *Statistika Non Parametik Edisi 2*. Yogyakarta: BPFE-Yogyakarta.
- Sugiyono. 2010. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarwanto. 2005. *Terapi Okupasi Untuk Anak Berkebutuhan Khusus*.
- Sunar, Dwi. 2008. *Biarkan Anakmu Bermain*. Jogjakarta: Diva Press.
- Sunardi dan Sunaryo. 2007. *Intervensi Dini Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Depdiknas
- Tim Penyusun. 2014. *Pedoman Penulisan Skripsi Universitas Negeri Surabaya*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Wahyudi, Ari. 2009. *Metodologi Penelitian Pendidikan Luar Biasa*. Surabaya: Unesa University Press.
- Yudanto. 2005. *Pengembangan Gerak Dasar Lari dan Lompat Melalui Pendekatan Bermain Di Sekolah Dasar*, (Online), (<https://journal.uny.ac.id>, diakses pada 9 November 2015).