

# PENGARUH MEDIA VIDEO SENAM IRAMA UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PESERTA DIDIK TUNANETRA KELAS VII SMPLB DI SLB NEGERI GEDANGAN

**Amelia Puspita Sari**

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[amelia.20168@mhs.unesa.ac.id](mailto:amelia.20168@mhs.unesa.ac.id)

**Acep Ovel Novary Beny**

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[acepbeny@unesa.ac.id](mailto:acepbeny@unesa.ac.id)

## Abstrak

Media video senam irama memberikan instruksi verbal yang jelas pada setiap gerakannya, sehingga mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra. Video merupakan media yang populer dan mudah diakses, sehingga penggunaannya dalam pembelajaran olahraga dapat memaksimalkan perkembangan motorik kasar peserta didik tunanetra. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh media video senam irama untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra. Pendekatan penelitian ini kuantitatif jenis *Single Subject Research* (SSR), desain SSR yang digunakan A-B-A. Subjek penelitian adalah satu peserta didik tunanetra kelas VII SMPLB di SLB Negeri Gedangan Sidoarjo. Peneliti mengumpulkan data menggunakan tes kemampuan motorik kasar berupa instrumen pengamatan unjuk kerja. Teknik analisis data menggunakan analisis visual dalam kondisi dan antar kondisi. Hasil analisis visual dalam kondisi dan antar kondisi menunjukkan estimasi kecenderungan arah yang meningkat, level perubahan positif +7 membaik dari baseline 1 ke intervensi dan +28 membaik dari intervensi ke baseline 2, tanda positif (+) menunjukkan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra, persentase *overlap data* sebesar 0%. Dapat disimpulkan bahwa media video senam irama berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra. Implikasi dari penelitian ini adalah penggunaan media video senam irama dapat menjadi media pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra. Dengan menggunakan media video, peserta didik dapat memproses informasi lebih cepat, mempertahankan pengetahuan, dan mengingatnya dengan akurat. Selain itu, media video dapat menarik perhatian peserta didik selama pembelajaran olahraga.

**Kata Kunci:** video, senam irama, motorik kasar, tunanetra.

## Abstract

*Rhythmic gymnastics video media provides clear verbal instructions for each movement so as to improve the gross motor skills of blind students. Video is a popular and easily accessible medium, so its use in sports learning can maximize the gross motor development of blind students. This study aims to analyze the effect of rhythmic gymnastics video media on improving the gross motor skills of blind students. This research approach is quantitative, single subject research (SSR) type; the SSR design used is A-B-A. The research subject was a blind student in class VII SMPLB at SLB Negeri Gedangan Sidoarjo. Researchers collected data using gross motor skills tests in the form of performance observation instruments. The data analysis technique uses visual analysis within conditions and between conditions. The results of visual analysis within and between conditions show an estimated upward trend; the level of change is positive +7 increases from baseline 1 to intervention and positive +28 increases from intervention to baseline 2, the positive sign (+) indicates an increase in gross motor skills of blind students, and the data overlap percentage is 0%. It can be concluded that rhythmic gymnastics video media has a significant effect on improving the gross motor skills of blind students. The implication of this research is that the use of rhythmic gymnastics video media can be an effective learning medium for improving the gross motor skills of blind students. By using video media, students can process information faster, retain knowledge, and remember it accurately. In addition, video media can attract students' attention during sports learning.*

**Keywords:** video, rhythmic gymnastics, gross motor, blind student

## PENDAHULUAN

Perkembangan motorik dan pembelajaran motorik merupakan aspek penting dalam pendidikan jasmani dan dapat membantu mengembangkan keterampilan motorik tertentu, seperti keterampilan motorik kasar dan gerak manipulatif (Gadberry, 2022). Keterampilan motorik memiliki manfaat untuk perkembangan fisik anak terutama dalam bergerak dan berolahraga, penting bagi anak untuk menjaga kesehatan jantung, meningkatkan sirkulasi darah, dan bernapas. Kebiasaan bergerak sejak usia dini dapat membantu pembentukan postur tubuh, kekuatan otot dan tulang. Aktivitas fisik juga mengontrol berat badan dan mencegah kekurangan aktivitas yang dapat membuat tulang menjadi rapuh. Penelitian terdahulu menunjukkan anak dengan kemampuan motorik kasar yang baik cenderung memiliki kekuatan yang tinggi dan kemampuan motorik halus yang berkembang baik. Oleh karena itu, guru harus memberikan ruang bagi anak untuk menggunakan kemampuan motorik kasarnya, seperti berlari dan melompat, sekaligus memberikan kesempatan kepada mereka untuk melatih gerakan motorik halus tanpa merasa takut (Sujiono et al., 2014).

Anak tunanetra cenderung menunjukkan keterlambatan motorik dan kurangnya kesempatan untuk aktif secara fisik dalam lingkungan masyarakat. (Columna et al., 2016). Perkembangan motorik anak tunanetra sering terlambat karena keterampilan orientasi yang buruk, kesadaran tubuh (*body awareness*) dan koordinasi yang tidak tepat, serta kurangnya kapasitas untuk memperkirakan bagaimana bergerak dengan aman dan efektif dalam lingkungan baru. Hal ini terjadi pada anak tunanetra karena sebelum melakukan gerakan-gerakan yang sesuai dengan lingkungan sekitar, mereka harus memahami terlebih dahulu komponen-komponen tubuh, arah, letak ruang, serta kemampuan dasar seperti duduk, berdiri, dan berjalan. Kemampuan motorik kasar yang terbatas pada anak tunanetra dapat menghambat mobilitas, membatasi eksplorasi terhadap lingkungan, dan mengurangi rasa percaya diri mereka. Kemampuan motorik kasar sangat penting dikembangkan karena mempengaruhi kemampuan peserta didik tunanetra untuk bergerak, menjelajahi lingkungan, dan beraktivitas secara mandiri. Peserta didik tunanetra mengalami ketidakpastian dan rasa tidak aman dengan posisi dan gerakan tubuhnya sendiri, anggota tubuhnya sendiri terhadap tubuhnya, dan orang lain, serta benda-benda di sekitar mereka. Kurangnya hubungan spasial ini berdampak buruk pada perkembangan kualitas motorik kasar mereka seperti stabilitas dan kontrol

postural yang memadai seperti duduk dan berdiri, serta berbagai cara bergerak misalnya merangkak dan berjalan (Reimer et al., 2011). Selain itu, peserta didik tunanetra memerlukan lebih banyak upaya untuk menyelesaikan tugas-tugas yang melibatkan keterampilan motorik kasar, seperti gerak manipulasi, permainan berorientasi objek, dan penggunaan alat. Dalam studi perbandingan keterampilan motorik kasar pada anak tunanetra, usia enam hingga sepuluh tahun, ditemukan bahwa kinerja mereka lebih lambat dan lebih banyak pada satu sisi tubuh saja dibandingkan pada anak dengan penglihatan normal. Anak tunanetra kurang aktif dibandingkan anak lainnya (Scally & Lord, 2019).

Pengembangan kemampuan motorik kasar bukan hanya tentang memperbaiki kemampuan fisik, tetapi juga merupakan landasan penting bagi kemandirian, keterlibatan sosial, dan kualitas hidup yang lebih baik bagi peserta didik tunanetra. Namun, kenyataan dilapangan menunjukkan bahwa pengembangan kemampuan motorik kasar pada peserta didik tunanetra belum optimal. Hal ini dibuktikan dengan temuan observasi langsung yang dilakukan peneliti di SLB Negeri Gedangan selama kegiatan Pengenalan Lingkungan Persekolahan (PLP) dari bulan Agustus hingga November tahun 2023, permasalahan utama yang ditemukan peneliti meliputi faktor-faktor yang menghambat pengembangan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra di SLB Negeri Gedangan Sidoarjo. Pertama, kurangnya akses terhadap pembelajaran pendidikan jasmani dikarenakan guru kelas penyandang tunanetra, yang mengakibatkan kegiatan olahraga kurang dilaksanakan atau bahkan tidak dilaksanakan sama sekali. Kondisi ini menciptakan lingkungan di mana peserta didik tunanetra kehilangan kesempatan untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar mereka secara optimal. Kedua, keterbatasan penglihatan peserta didik tunanetra menyulitkan mereka untuk mengikuti gerakan senam dengan mandiri dan tepat, bahkan ketika mereka dibantu oleh guru lainnya. Hal ini menyebabkan kemampuan motorik kasar mereka tidak berkembang sesuai dengan potensi sebenarnya. Ketiga, tidak adanya penggunaan teknologi dan kurangnya media pembelajaran sebagai sarana belajar alternatif menjadi hambatan yang signifikan dalam memfasilitasi pembelajaran pendidikan jasmani bagi peserta didik tunanetra. Tanpa adanya upaya lebih lanjut untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar peserta didik tunanetra, potensi mereka untuk mencapai perkembangan motorik yang optimal terkendala.

Permasalahan tersebut menggarisbawahi urgensi untuk menggunakan strategi inovatif yang dapat memfasilitasi pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif bagi peserta didik tunanetra, sehingga mereka dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar secara optimal dan dapat meraih potensi penuh mereka dalam berbagai aspek kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi masalah-masalah tersebut dengan mengusulkan penggunaan media video senam irama sebagai media inovatif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra kelas VII SMPLB di SLB Negeri Gedangan. Hal ini memberikan kesempatan bagi peserta didik tunanetra untuk meraih potensi penuh mereka dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar, memperkuat mobilitas, keseimbangan, dan kepercayaan diri mereka. Pernyataan ini selaras dengan Hernández & Danger (2022) bahwa keterampilan motorik memainkan peranan penting karena mempengaruhi perkembangan intelektual, afektif, dan sosial peserta didik tunanetra, sehingga mendukung hubungan antara anak tunanetra dengan lingkungan mereka, memungkinkan pengembangan persepsi, motorik, pengetahuan tentang skema tubuh, dan aktivitas antar ruang.

Peserta didik tunanetra, baik yang tidak bisa melihat sama sekali (*blind*) maupun yang memiliki keterbatasan penglihatan (*low vision*), mengalami kesulitan dan tantangan yang signifikan dalam proses pembelajarannya (Syarifudin & Mulyana, 2015). Maka peneliti menggunakan media video senam irama agar peserta didik tunanetra dapat memperoleh panduan audiovisual yang lebih baik, media video dapat diakses dengan mudah, sehingga membantu peserta didik tunanetra dalam mengikuti gerakan dengan lebih mandiri dan tepat. Hal ini juga memperhitungkan keterbatasan penglihatan peserta didik tunanetra dengan memberikan stimulus audiovisual yang mendukung pengembangan kemampuan motorik kasar mereka. Dengan adanya panduan audiovisual yang jelas, peserta didik tunanetra dapat lebih mandiri dalam mengikuti gerakan senam, meningkatkan kepercayaan diri mereka, serta meminimalisir risiko terjadinya cedera akibat gerakan yang tidak tepat. Mohammad & Boushehry (2023) menjelaskan bahwa media video dapat membantu anak-anak untuk meningkatkan kemampuan motorik dasar mereka (*basic motor skills*), video merupakan media pengajaran yang populer dan sederhana karena hampir setiap anak memiliki akses ke pemutar video di rumah, dan media video banyak digunakan di sekolah. Selain itu media video dapat

meningkatkan kinerja peserta didik dan guru (Mohammad & Boushehry, 2023).

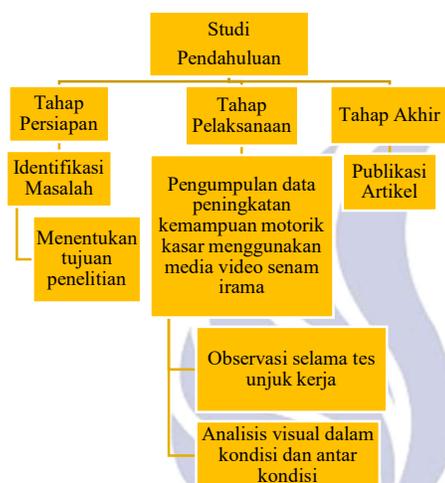
Gerakan dan latihan senam irama ditandai dengan postur tubuh senam, menjaga tubuh dan bagian tubuh di ruang, mengikuti irama gerakan, dan kelenturan gerakan, menggabungkan penampilan dengan musik (Simunkova & Novotna, 2011). Senam irama merupakan salah satu kegiatan untuk mengembangkan kemampuan fisik dan motorik karena menggabungkan unsur gerak dasar (*basic motor skills*), yang dapat membantu sebagian besar anak mengatasi masalah dalam kemampuan gerak dasarnya (Holijah, 2019). Oleh karena itu, penting untuk memberikan perhatian dan upaya lebih lanjut dalam pengembangan kemampuan motorik kasar pada peserta didik tunanetra, agar mereka dapat meraih kemandirian, keterlibatan sosial, dan kehidupan yang lebih bermakna secara menyeluruh.

Keefektifan senam irama telah terbukti dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kusnandari (2017) tentang pengaruh senam irama pada pendidikan jasmani adaptif terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunanetra kelas V di SLB A YKAB surakarta tahun ajaran 2017/2018, bahwa senam irama dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunanetra. Melalui evaluasi keahlian dalam senam irama, musik dan gerakan dalam latihan dianggap sangat cocok (Chiat et al., 2022). Senam irama juga memiliki pengaruh yang efektif bagi peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Betty et al., 2020). Oleh karena itu, keseluruhan potensi yang dimiliki peserta didik perlu didorong agar dapat dikembangkan secara maksimal.

Dalam upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra, peneliti menggunakan media video senam irama khusus untuk tunanetra yang telah dilengkapi dengan instruksi verbal yang jelas di setiap gerakannya. Dengan fokus pada penggunaan media video senam irama, penelitian ini menjembatani kesenjangan yang ada dalam aksesibilitas pembelajaran bagi peserta didik tunanetra. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada penerapan teknologi media video sebagai sarana untuk memfasilitasi pembelajaran olahraga khususnya senam irama dan belum pernah diterapkan secara khusus dalam konteks pembelajaran bagi peserta didik tunanetra kelas VII SMPLB di SLB Negeri Gedangan Sidoarjo. Berdasarkan latar belakang masalah maka penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh media video senam irama untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra.

## METODE

Pendekatan penelitian kuantitatif, jenis *Single Subject Research* (SSR), desain SSR yang digunakan A-B-A. Desain A-B-A merupakan perpanjangan dari desain A-B standar yang telah menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dan variabel bebas (Sunanto et al., 2005). Subjek penelitian adalah satu peserta didik tunanetra kelas VII SMPLB. Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan di SLB Negeri Gedangan Sidoarjo. Prosedur pelaksanaan penelitian disajikan dalam bagan sebagai berikut:



Bagan 1 Alir pelaksanaan penelitian

Dalam penelitian ini digunakan teknik observasi dan instrumen penelitian berupa lembar tes unjuk kerja kemampuan motorik kasar. Penilaian kinerja yaitu sejenis tes dimana peserta didik diminta untuk mempraktekkan atau mendemonstrasikan bagaimana mereka dapat menerapkan apa yang telah mereka pelajari dalam keadaan yang berbeda tergantung pada kriteria tertentu (Puspendik, 2019). Alih-alih menggunakan analisis statistik langsung, analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis visual dalam kondisi dan antar kondisi, karena analisis visual umum digunakan dalam desain *Single Subject Research* (SSR). Analisis visual terhadap grafik tidak banyak bergantung pada deskriptif naratif yang sering menimbulkan salah penafsiran. Dalam kepentingan analisis visual ini selalu digunakan huruf-huruf kapital A-B-A untuk menunjukkan kondisi penelitian (Sunanto et al., 2005). Penggunaan analisis visual untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari suatu perlakuan (intervensi) terhadap variabel terikat, maka dibutuhkan analisis dalam kondisi dan antar kondisi (Yuwono, 2020).



Diagram 1 Kisi-kisi instrumen penelitian

Instrumen penelitian berupa lembar tes unjuk kerja untuk menilai kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra terdiri dari empat aspek sebagai berikut: (1) Gerak berjalan dengan indikator: berjalan maju & mundur 10 langkah, berjalan naik dan turun melewati 5 anak tangga, (2) Gerak berlari dengan indikator: lari lurus dengan memegang tali sejauh 5 meter, lari mengikuti sumber suara (lonceng sepeda), (3) Gerak meloncat dengan indikator: meloncat dengan tolakan dua kaki sebanyak 3 kali, meloncat dengan satu kaki sebanyak 3 kali, (4) Gerak keseimbangan dengan indikator: berdiri jingkat selama 5 detik kedua tangan dipinggang, berdiri dengan bertumpu pada satu kaki selama 5 detik kedua tangan dipinggang. Instrumen penelitian ini menggunakan skala likert dengan skor penilaian yaitu: 4 sangat baik, 3 baik, 2 cukup, dan 1 kurang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis visual dalam kondisi dan antar kondisi secara keseluruhan menunjukkan estimasi kecenderungan arah yang meningkat, level perubahan positif dari baseline 1 ke intervensi, dan positif dari intervensi ke baseline 2, hal ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra mengalami peningkatan. Tidak ada data yang tumpang tindih, dengan persentase *overlap data* sebesar 0%, yang menunjukkan bahwa semakin kecil persentase *overlap data*, maka semakin besar pengaruh positif intervensi terhadap target perilaku.

Skor baseline 1 (A1) pada diagram 2 di bawah ini menunjukkan bahwa mulai dari sesi 1 sampai sesi 4 peserta didik tunanetra hanya memperoleh skor 56, hal ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra masih rendah.

Skor Akhir Fase Baseline 1 (A1)



Diagram 2 Skor akhir fase baseline 1 (A1)

Diagram 3 di bawah ini menunjukkan skor intervensi (B) dimana peserta didik tunanetra menerima intervensi sebanyak 6 sesi, masing-masing berdurasi sekitar sepuluh menit dengan menggunakan media video senam irama. Setelah menyelesaikan latihan senam irama berbasis video, peserta didik tunanetra mengikuti tes keterampilan motorik kasar dengan 8 soal atau 8 indikator. Hasil tes unjuk kerja menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra meningkat, hal ini dibuktikan dengan perolehan skor akhir sebesar 91 dalam sesi 9 dan 10.

Skor Akhir Fase Intervensi (B)

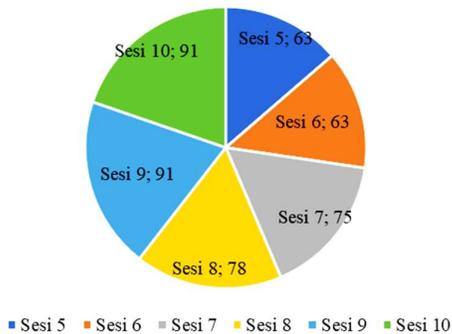


Diagram 3 Skor akhir fase intervensi (B)

Diagram 4 di bawah ini menunjukkan skor baseline 2 (A2). Pada baseline 2 (A2) dilakukan tes kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra tanpa diberikan intervensi atau tanpa perlakuan apapun. Pada sesi 11 sampai sesi 13 terlihat skor akhir peserta didik tunanetra mengalami penurunan, hal ini terjadi karena kondisi peserta didik pada saat dilakukan tes sedang dalam kondisi kurang sehat, namun pada sesi 14 skor akhir peserta didik tunanetra mengalami peningkatan dengan skor 91 karena kondisinya telah membaik.

Skor Akhir Fase Baseline 2 (A2)

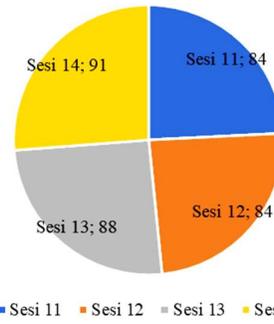
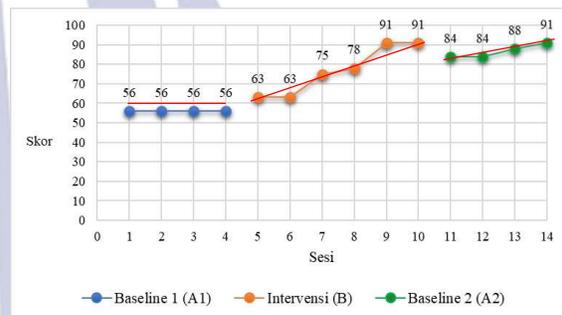


Diagram 4 Skor akhir fase baseline 2 (A2)

Grafik 1 di bawah ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra setelah diberikan intervensi (B) dan juga mengalami peningkatan pada fase baseline 2 (A2).



Grafik 1 Rekapitulasi skor kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra

### Hasil analisis visual dalam kondisi

Hasil penelitian berdasarkan analisis visual dalam kondisi disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1 Rekapitulasi hasil analisis visual dalam kondisi

No	Kondisi	A1	B	A2
1	Panjang kondisi	4	6	4
2	Estimasi kecenderungan arah	(=)	(+)	(+)
3	Kecenderungan stabilitas	100% Stabil	33% Tidak stabil (Variabel)	100% Stabil
4	Jejak data	(=)	(+)	(+)
5	Level stabilitas dan rentang	Stabil 51,8 -60,2	Tidak stabil (variabel) 70 - 83,65	Stabil 79,9 - 93,6
6	Level perubahan	56-56 =0 (=) tidak ada perubahan	91-63= 28 (+) membaik	91-84= 7 (+) membaik

Panjang kondisi menunjukkan jumlah sesi dalam kondisi tertentu, ditentukan oleh lamanya kondisi tersebut berlangsung. Pada fase baseline 1 (A1), fase baseline 2 (A2), dan fase intervensi (B), masing-masing berlangsung selama empat, enam, dan empat sesi. Estimasi kecenderungan arah yaitu melihat perkembangan perilaku dengan menggunakan garis naik, datar, atau turun. Dengan memperhatikan garis pada grafik 1 dan tabel 1 di atas diketahui bahwa pada fase baseline 1 (A1) kecenderungan arah mendatar (=) dimana dari kisaran skor 56 pada sesi 1 tetap 56 sampai sesi 4. Pada fase intervensi (B) kecenderungan arah meningkat (+) dimana mulai sesi 5 skor 63 naik menjadi 91 hingga sesi ke 10. Pada fase baseline 2 (A2) kecenderungan arah juga meningkat (+) dari sesi 11 skor 84 naik menjadi 91 sampai sesi ke 14.

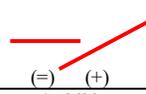
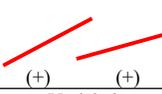
Menentukan kecenderungan stabilitas, dalam hal ini menggunakan kriteria stabilitas 15% (Sunanto et al., 2005). Jika persentase stabilitas sebesar 85% - 90% maka dikatakan stabil, sedangkan dibawah itu dikatakan tidak stabil (variabel), karena hasil perhitungan untuk fase baseline 1 (A1) adalah 100% maka hasilnya stabil. Hasil perhitungan untuk fase intervensi (B) adalah 33% maka hasil tidak stabil (variabel). Hasil perhitungan untuk fase baseline 2 (A2) adalah 100% maka hasilnya stabil.

Menentukan kecenderungan jejak data, hal ini sama dengan kecenderungan arah diatas. Menentukan level stabilitas dan rentang: sebagaimana telah dihitung di atas bahwa pada fase baseline 1 (A1) data stabil dengan rentang 51,8 - 60,2. Fase intervensi (B) data tidak stabil (variabel) dengan rentang 70 - 83,65 dan fase baseline 2 (A2) data stabil dengan rentang 79,9 - 93,6. Menentukan level perubahan dapat dilakukan dengan cara: menandai besar data point pertama dan terakhir pada fase baseline 1 (A1), fase intervensi (B), dan fase baseline 2 (A2). Menghitung selisih dengan cara data point yang besar dikurangi data point yang kecil. Menentukan apakah hasilnya menunjukkan perubahan yang membaik (+) atau memburuk (-) sesuai dengan tujuan intervensi. Tanda (+) menunjukkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra meningkat. Tanda (-) menunjukkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra menurun. Tanda (=) menunjukkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra tidak berubah.

#### Hasil analisis visual antar kondisi

Hasil penelitian berdasarkan analisis visual antar kondisi disajikan pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2 Rekapitulasi hasil analisis visual antar kondisi

No	Perbandingan kondisi	A1/B	B/A2
1	Jumlah variabel yang diubah	1	1
2	Perubahan kecenderungan arah dan efeknya		
3	Perubahan kecenderungan stabilitas	Stabil ke variabel	Variabel ke stabil
4	Level Perubahan	$63 - 56 = +7(\text{membaik})$	$91 - 63 = +28(\text{membaik})$
5	Overlap data	$(0 : 6) \times 100\% = 0\%$	$(2 : 6) \times 100\% = 33\%$

Analisis visual antar kondisi dilakukan setelah temuan analisis dalam kondisi diketahui. Variabel yang diubah pada penelitian ini yaitu kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra. Menentukan perubahan kecenderungan arah yaitu dengan mengambil data pada analisis dalam kondisi di atas. Untuk melihat perubahan kecenderungan stabilitas dapat kita lihat pada fase baseline (A) dan intervensi (B) pada hasil analisis dalam kondisi. Mencari titik data pada kondisi baseline sesi terakhir (A), yaitu 56, dan titik data pada kondisi intervensi sesi pertama (B), yaitu 63, adalah cara menghitung perubahan level. Hasilnya adalah  $63 - 56 = +7$  (membaik). Selisihnya dihitung sebagai berikut:  $91 - 63 = +28$  (membaik) untuk kondisi baseline, di mana dua sesi terakhir memiliki nilai 91, dan sesi pertama pada kondisi intervensi memiliki nilai 63. Untuk menentukan *overlap data* pada fase baseline 1 (A1) ke fase intervensi (B) dilakukan dengan cara: melihat kembali batas bawah dan batas atas pada kondisi fase baseline 1 (A1), batas atas = 60,2, batas bawah = 51,8. Menghitung banyaknya data poin pada kondisi intervensi (B) yang berada pada rentang kondisi baseline 1 (A1) yaitu 0. Perolehan data pada langkah 2 dibagi dengan banyaknya data poin pada kondisi intervensi (B) kemudian dikalikan 100%. Persentase *overlap data* frekuensi =  $(0 : 6) \times 100\% = 0\%$ . Menentukan *overlap data* pada fase baseline 2 (A2) ke fase intervensi (B) dilakukan dengan cara: melihat kembali batas bawah dan batas atas pada kondisi fase baseline 2 (A2), batas atas = 93,6, batas bawah = 79,9. Menghitung banyaknya data poin pada kondisi intervensi (B) yang berada pada rentang kondisi baseline 2 (A) yaitu 2. Perolehan data pada langkah 2 dibagi dengan banyaknya data poin pada kondisi intervensi (B) kemudian dikalikan 100%. Persentase *overlap data* frekuensi =  $(2 : 6) \times 100\% = 33\%$ . Semakin kecil presentase *overlap data* maka semakin baik pengaruh intervensi terhadap target perilaku.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis visual dalam kondisi dan antar kondisi menunjukkan estimasi kecenderungan arah meningkat, level perubahan +7 membaik dari baseline 1 ke intervensi dan +28 membaik dari intervensi ke baseline 2, tanda positif (+) menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra mengalami peningkatan. Terbukti setelah diberikan intervensi (B) sebanyak 6 sesi yaitu peserta didik tunanetra diinstruksikan untuk melakukan gerak senam berdasarkan materi pada video senam irama. Jika suatu gerakan tidak akurat atau tidak sesuai dengan petunjuk video, peneliti membantu mengoreksi gerakan tersebut. Latihan senam irama kemudian dilanjutkan, dengan peserta didik tunanetra mengikuti arahan sesuai media video tersebut. Hasil yang diperoleh pada fase intervensi (B) menunjukkan kenaikan skor yang signifikan yakni dengan rata-rata skor 76,83.

Hasil skor fase B menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra meningkat selama intervensi (B). Peningkatan ini terjadi karena adanya intervensi yang diberikan kepada peserta didik tunanetra yaitu berupa video senam irama dan peserta didik sangat bersemangat dan tertarik mengikuti kegiatan senam irama tersebut. Umpan balik video dianggap penting untuk mempelajari keterampilan motorik yang kompleks. Media video berpengaruh positif terhadap proses pembelajaran motorik kompleks khususnya pada individu dalam tahap awal pembelajaran (Ferracioli et al., 2019)

Selanjutnya baseline 2 (A2) dilakukan setelah pemberian intervensi (B) selesai, saat A2 peserta didik tunanetra sudah tidak diberikan intervensi apapun. Kondisi A2 menunjukkan peningkatan yakni dengan rata-rata skor 86,75. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pada tes kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra, A1 skor rendah namun mengalami peningkatan pada B dan A2. Fase A2 mencapai skor tertinggi sebesar 91 dengan skor rata-rata 86,75, sedangkan fase B mencapai skor tertinggi sebesar 91 dengan skor rata-rata 76,83. Berdasarkan bukti yang telah dikumpulkan, penggunaan video senam irama untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra memiliki dampak positif. Penggunaan video untuk mengajarkan peserta didik berbagai keterampilan yang berkaitan dengan pendidikan jasmani. Video berdampak positif untuk mengajar peserta didik penyandang disabilitas (Gadberry, 2022). Video ideal digunakan untuk memberikan informasi eksekusi gerakan (Modinger et al., 2022). Hal ini selaras dengan temuan H'mida

(2020) bahwa keunggulan video untuk pembelajaran keterampilan motorik sejalan dengan penelitian yang menunjukkan keunggulan video dibandingkan presentasi statis dalam pembelajaran keterampilan motorik (H'mida et al., 2020). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pemodelan video sama efektifnya dengan pemodelan langsung dalam mengajarkan keterampilan motorik kepada anak-anak (Taheri-Torbati & Sotoodeh, 2018).

Hasil penelitian Handayani (2020) menemukan bahwa pelaksanaan senam irama berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan motorik peserta didik. Senam irama melibatkan latihan fisik yang dilakukan dengan musik tertentu, yang melibatkan komponen kemampuan koordinasi (Ionescu & Cordun, 2019). Peserta didik yang berpartisipasi dalam senam memiliki kontrol postur yang lebih baik melalui peningkatan keterampilan orientasi dan stabilisasi yang mengarah pada pemahaman yang lebih baik tentang posisi tubuh dalam ruang (Rudd, 2016). Keefektifan senam irama telah terbukti dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kusnandari (2017) tentang pengaruh senam irama pada pendidikan jasmani adaptif terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunanetra kelas V di SLB A YKAB surakarta tahun ajaran 2017/2018, bahwa senam irama dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunanetra. Hasil penelitian terdahulu menjelaskan bahwa senam irama memiliki manfaat secara praktis berupa melatih kekuatan otot, meningkatkan kelenturan, menurunkan berat badan, meningkatkan konsentrasi, melawan depresi, meningkatkan kualitas tidur, dan menjaga harmonisasi hubungan sosial (Napo, 2024).

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah media video yang digunakan dalam penelitian ini yaitu media video senam irama khusus untuk tunanetra yang telah dilengkapi dengan instruksi verbal yang jelas di setiap gerakannya. Subjek dalam penelitian ini yaitu peserta didik tunanetra kelas VII SMPLB yang berjumlah 1 orang. Penelitian ini hanya berlaku untuk peserta didik tunanetra di SLB Negeri Gedangan Sidoarjo dan tidak dapat di generalisasikan. Jenis kegiatan senam irama dalam penelitian ini adalah senam irama tanpa alat yaitu gerakan dasar yang meliputi gerakan tangan, kaki dan gerakan tubuh. Dalam penelitian ini media video senam irama diterapkan untuk membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra. Solusi untuk mengatasi keterbatasan penelitian ini disarankan untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan desain eksperimental yang berbeda dan melibatkan lebih banyak subjek penelitian.

Solusi ini diharapkan dapat memberikan kesimpulan yang lebih luas dan mendalam. Implikasi dari penelitian ini adalah penggunaan media video senam irama dapat menjadi media pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra. Media video bermanfaat untuk membantu peserta didik memahami dan memperjelas materi pelajaran yang disampaikan oleh guru. Dengan menggunakan media video, peserta didik dapat memproses informasi lebih cepat, mempertahankan pengetahuan, dan mengingatnya dengan akurat. Selain itu, media video dapat menarik perhatian peserta didik selama pembelajaran olahraga, sehingga mereka tidak mudah merasa bosan.

## PENUTUP

Berdasar hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa media video senam irama berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik tunanetra. Implikasi dari hasil penelitian ini yaitu meningkatkan pemahaman guru tentang pentingnya menggunakan media pembelajaran yang inovatif dalam pendidikan bagi peserta didik tunanetra, mendorong penerapan teknologi dan media pembelajaran inovatif dalam kegiatan belajar mengajar di Sekolah Luar Biasa. Beberapa saran yang dapat diberikan yaitu, guru harus mendukung peserta didik tunanetra dalam proses pembelajaran mereka dan memastikan bahwa mereka menerapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang tepat, penting bagi guru untuk menggunakan materi dan media pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan dan gaya belajar mereka. Saran bagi sekolah, diharapkan media video senam irama dapat digunakan sebagai media pembelajaran dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik tunanetra khususnya dalam pembelajaran olahraga di SLB Negeri Gedangan Sidoarjo.

## DAFTAR PUSTAKA

- Betty, J., Khatimah, K., Rahmawati, Y., Julianur, Mahardhika, N. A., & Santoso, J. A. (2020). Rhythmic Gymnastics Development to Increase Rough Motor Skills in Elementary School Student. *BIS-HESS*, 436 (BIS-HESS 2019), 351–354. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200529.072>
- Chiat, L. F., Ying, L. F., Piaw, C. Y., & Ismail, M. J. (2022). Enhancing Visual Perception of Sports Quality in Rhythmic Gymnastics Routine by Increasing Congruence between Music and Movement. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 10(3), 404–413. <https://doi.org/10.13189/saj.2022.100306>
- Columna, L., Haibach, P., Lieberman, L., Fernández-Vivó, M., & Cordero-Morales, I. (2016). Motor Development and Physical Activities for Families of Children with Visual Impairments and Blindness. *Journal of Blindness Innovation and Research*, 6(1), 1–6. <https://doi.org/10.5241/6-89>
- Ferracioli, M. C., Freitas, K. K. S., Rodrigues, L. M., & Gama, D. T. (2019). Effect of video feedback on "hoop throw" skill of rhythmic gymnastics practitioners in different learning stages. *Brazilian Journal of Motor Behavior*, 13(2), 76. <https://link.gale.com/apps/doc/A654778446/AONE?u=anon~a71a4121&sid=googleScholar&xid=b28ccdb>
- Gadberry, A. (2022). *Evaluating the impact of video based instruction and immediate visual feedback on the performance of three gross motor skills for participants with down syndrome*. (Unpublished Thesis). The Faculty of California State Polytechnic University, Humboldt. <https://digitalcommons.humboldt.edu/etd/570/>
- H'mida, C., Degrenne, O., Souissi, N., Rezik, G., Trabelsi, K., Jarraya, M., Bragazzi, N. L., & Khacharem, A. (2020). Learning a motor skill from video and static pictures in physical education students—effects on technical performances, motivation and cognitive load. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239067>
- Handayani, S. G. (2020). The Effect of Implementing Rhythmic Gymnastics to Improve Motor Skills of Primary School Students. *PSSHERS*, 464(Psshers 2019), 777–779. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200824.173>
- Hernández, M. A., & Danger, A. I. (2022). Set of activities for the development of motor skills in blind and visually impaired children. *Ciencia y Deporte*, 7(1), 1–7. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-17732022000100103&lng=en&nrm=iso&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-17732022000100103&lng=en&nrm=iso&tlng=en)
- Holijah, R. N. (2019). Pengaruh Senam Irama Ceria Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Peserta Didik Tunagrahita SLB Kinasih Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(6), 1–10. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/33638>
- Ionescu, O. C., & Cordun, M. (2019). Rhythmic Gymnastics Improves Some Components Of The Coordination Ability. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 95–102.

- <https://doi.org/10.15405/epsbs.2019.02.12>
- Kusnandari, I. (2017). *Pengaruh Senam Irama pada Pendidikan Jasmani Adaptif terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunanetra Kelas V di SLB A YKAB Surakarta Tahun Ajaran 2017/2018*. (Skripsi). Universitas Negeri Sebelas Maret. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/76749/Pengaruh-Senam-Irama-pada-Pendidikan-Jasmani-Adaptif-terhadap-Peningkatan-Kemampuan-Motorik-Kasar-Anak-Tunanetra-Kelas-V-di-SLB-A-YKAB-Surakarta-Tahun-Ajaran-20172018>
- Modinger, M., Woll, A., & Wagner, I. (2022). Video-based visual feedback to enhance motor learning in physical education—a systematic review. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 52(3), 447–460. <https://doi.org/10.1007/s12662-021-00782-y>
- Mohammad, M., & Boushehry, H. R. (2023). The influence of using video media on basic movement skills in kindergarten. *Education and Information Technologies*, 28(8), 9635–9654. <https://doi.org/10.1007/s10639-022-11511-9>
- Napo, P. (2024). Rhythmic Gymnaastics: Exploring Its Benefits And Contributions In The World Of Education (A Literature Review). *JUPE*, 9(1), 68–76. <https://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JUPE/article/view/6724>
- Puspindik. (2019). *Panduan Penilaian Kinerja (Performance Assessment)*. Jakarta: Pusat Penilaian Pendidikan.
- Reimer, A. M., Cox, R. F. A., Nijhuis-Van der Sanden, M. W. G., & Boonstra, F. N. (2011). Improvement of fine motor skills in children with visual impairment: An explorative study. *Research in Developmental Disabilities*, 32(5), 1924–1933. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2011.03.023>
- Rudd, James. (2016). The efficacy of gymnastics to improve movement skill competence in children (Issue January). College of Sport and Exercise Science, Victoria University. [https://vuir.vu.edu.au/30985/3/RUDD%20James-thesis\\_nosignature.pdf](https://vuir.vu.edu.au/30985/3/RUDD%20James-thesis_nosignature.pdf)
- Scally, J. B., & Lord, R. (2019). Developing physical activity interventions for children with a visual impairment: Lessons from the First Steps initiative. *British Journal of Visual Impairment*, 37(2), 1–31. <https://doi.org/10.1177/0264619618823822>
- Simunkova, I., & Novotna, V. (2011). Sports training of rhythmic gymnasts in early childhood and prepubertal age. *Studia Sportiva*, 5(2), 133–140. <https://journals.muni.cz/studiasportiva/article/view/7363>
- Sujiono, B., Sumantri, M. S., & Chandrawati, T. (2014). Hakikat Perkembangan Motorik Anak. In *Modul Metode Pengembangan Fisik*. Universitas Terbuka. <https://repository.ut.ac.id/4781/1/PGTK2302-M1.pdf>
- Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2005). Pengantar Pendidikan Dengan Subjek Tunggal. In *CRICED: Universitas Tsukuba*. CRICED: University of Tsukuba. <https://psikologi.unimudatorong.ac.id/app/upload/file/metode-penelitian-subjek-tunggal.pdf>
- Syarifudin, & Mulyana. (2015). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Untuk SMALB Kelas XI Tunanetra*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. <https://pmpk.kemdikbud.go.id/bukudigital/products/pendidikan-jasmani-olahraga-dan-kesehatan-60acf017bc4f3>
- Taheri-Torbati, H., & Sotoodeh, M. S. (2018). Using video and live modelling to teach motor skill to children with autism spectrum disorder. *International Journal of Inclusive Education*, 23(4), 405–418. <https://doi.org/10.1080/13603116.2018.1441335>
- Yuwono, I. (2020). Penelitian SSR (Single Subject Research) Buku 2. In *Universitas Lambung Mangkurat*. Banjarmasin: FKIP Universitas Lambung Mangkurat. <https://repositori.uin-suka.ac.id/bitstream/handle/123456789/20733/Buku%20SSR%202.pdf>