

## **EFEKTIVITAS MODIFIKASI GERAK DASAR BOLA BASKET TERHADAP PENINGKATAN GERAK MOTORIK KASAR ANAK TUNAGRAHITA RINGAN DI SLB C TUNAS HARAPAN KARAWANG**

**Habibi Hadi Wijaya , Danny Aulia , Sulthon Maulana Alauddin**

Program studi ilmu keolahragaan universitas singaperbangsa karawang

Program studi ilmu keolahragaan universitas singaperbangsa karawang

Program studi ilmu keolahragaan universitas singaperbangsa karawang

[.Habibi.hadi@fikes.unsika.ac.id](mailto:habibi.hadi@fikes.unsika.ac.id), [dany.aulia@fikes.unsika.ac.id](mailto:dany.aulia@fikes.unsika.ac.id) [1910631240009@student.unsika.ac.id](mailto:1910631240009@student.unsika.ac.id).

### **ABSTRAK**

Pendidikan jasmani adaptif suatu sistem pelayanan menyeluruh dalam mengidentifikasi dan memperbaiki masalah, psikomotor salah satu masalah utama anak Beckerbutuhan khusus dalam perkembangannya. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani adaptif model permainan sangat cocok khususnya anak tunagrahita Permainan merupakan salah satu bentuk aktivitas sosial utama pada masa anak – anak. Keterbatasan intelektual pada anak tunagrahita ringan menyebabkan anak menjadi tidak matang dalam merespon lingkungan dan akademik dibawah rata-rata. Anak tunagrahita dalam perkembangan motorik kasarnya tidak sebanding dengan bertambahnya usianya. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada tunagrahita ringan kelas 1 SLB C Tunas Harapan Karawang. Tunagrahita ringan memiliki IQ sekitar 50-70. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan teknik analisa data wilcoxon dan deskriptif. Subyek penelitian ini adalah Tunagrahita Ringan di SLB C Tunas Harapan Karawang, yang berjumlah 10 orang. Data dikumpulkan dengan metode checklist dan observasi. Setelah dilakukan uji perbedaan sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan mendapatkan hasil 0,045 dan nilai signifikan sebesar 0,06, dapat dikatakan bahwa dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar tunagrahita ringan. Sehingga hipotesis dalam penelitian ini berbunyi “Efektivitas Modifikasi Gerak Dasar Bola Basket Terhadap Peningkatan Gerak Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan di SLB C Tunas Harapan Karawang”.

**Kata Kunci :** Bola Basket, motorik kasar, tunagrahita ringan.

### **ABSTRACT**

Adaptive physical education is a comprehensive service system in identifying and correcting psychomotor problems, one of the main problems for children with special needs in their development. In learning adaptive physical education, the game model is very suitable, especially for mentally retarded children. Games are one of the main forms of social activity during childhood. Intellectual limitations in mild mentally retarded children cause children to be immature in responding to the environment and academically below average. Children with mental retardation in their gross motor development are not proportional to their age. This study aims to improve gross motor skills in mild mentally retarded class 1 SLB C Tunas Harapan Karawang. Mild mental retardation has an IQ of around 50-70. This research uses experimental research with Wilcoxon and descriptive data analysis techniques. The subjects of this study were mild mental retardation in SLB C Tunas Harapan Karawang, totaling 10 people. Data were collected by using checklist and observation methods. After the difference test before and after treatment got the results of 0.045 and a significant value of 0.06, it can be said that it can improve the gross motor skills of mild mental retardation. So that the hypothesis in this study reads "The Effectiveness of Modification of Basic Basketball Movements on Increasing Gross Motor Movement of Mild Mentally Impaired Children in SLB C Tunas Harapan Karawang".

**Keywords :** Basketball, gross motor skills, mild mental retardation..

## PENDAHULUAN

Pendidikan pada dasarnya merupakan rekonstruksi aneka pengalaman dan peristiwa yang dialami individu agar segala sesuatu yang baru agar lebih terarah dan bermakna. Dari pengalaman yang ada bahwa pendidikan pada tahun-tahun sebelumnya lebih banyak menekankan pada pengembangan individu secara total. Setiap individu memiliki kebutuhan yang berbeda-beda. Pembelajaran secara individual pada dasarnya merupakan pembelajaran untuk semua siswa, termasuk program untuk siswa yang mempunyai kelambanan dalam perkembangannya, gangguan emosional, dan siswa yang memiliki cacat fisik atau mental. Setiap siswa diberi kebebasan untuk memilih materi pembelajaran yang diinginkannya dan memperoleh pelatihan dan bidang kejuruan yang berbeda-beda. Demikian pula dengan anak tunagrahita sebagai warga Negara Indonesia, mereka juga berhak mendapatkan layanan pendidikan seperti warga Negara pada umumnya meskipun keterbatasan intelektual dan hambatan dalam perilaku adaptif yang mereka alami. Anak tunagrahita merupakan salah satu anak yang berkebutuhan khusus yang mengalami berbagai permasalahan perkembangan baik permasalahan motorik, kognitif, sensori, emosi, maupun sosial. Perkembangan motorik merupakan salah satu perkembangan yang penting yang akan dilewati oleh setiap anak termasuk juga anak tunagrahita. Setiap orang pasti memiliki kemampuan gerak yang berbeda-beda, tergantung pada kekuatan dan kondisi tubuh orang tersebut. Pada umumnya perkembangan fisik setiap orang berkembang sesuai dengan fase pertumbuhan. Akan tetapi, perkembangan fisik pada sebagian anak tunagrahita terhambat dan mengakibatkan masalah pada keterampilan geraknya. Menurut Delphie (2007:66)

secara keseluruhan anak dengan perkembangan mempunyai kelemahan pada segi (1) keterampilan gerak, (2) fisik yang kurang sehat, (3) koordinasi gerak, (4) kurangnya perasaan dirinya terhadap situasi dan keadaan sekelilingnya, dan (5) kurangnya keterampilan gross motor dan fine motor. Bagi anak tunagrahita ringan, kondisi fisik hampir tidak berbeda dengan anak normal lainnya

begitupun dengan perkembangan keterampilan gerak dasar motorik dan kondisi kesehatannya, tetapi bagi anak tunagrahita sedang permasalahan perkembangan fisik motorik anak mengalami kendala dalam melakukan gerakan-gerakan motorik seperti kesulitan dalam mengangkat, mendorong, berputar, menggerakkan bagian-bagian tubuh dengan cepat, kurangnya keseimbangan tubuh, dan sebagainya. Menurut Soemantri (2007:110), Mempelajari bentuk-bentuk gerak fungsional merupakan dasar bagi semua keterampilan gerak yang lain. Keterampilan gerak fungsional memberikan dasar-dasar keterampilan yang diperlukan untuk sosio-leisure, daily living, dan vocational task, keterampilan gerak fundamental sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup anak tunagrahita. Anak normal dapat belajar keterampilan fundamental secara instingtif pada saat bermain, sementara anak tunagrahita perlu dilatih secara khusus, termasuk penggunaan metode yang sesuai dengan karakteristik kecacatan yang dialaminya. Permainan atau olahraga yang dapat diterapkan kepada anak tunagrahita yaitu permainan yang fokusnya pada kemampuan gerak dasar sebaiknya dipilih jenis permainan yang aktif. Pelaksanaannya bisa dilakukan di dalam atau di luar ruangan. Jika memilih di dalam ruangan usahakan dalam ruangan keadaan lapang (tidak penuh perabot), agar anak tunagrahita tersebut lebih leluasa untuk bergerak sesukanya. Permainan merupakan salah satu bentuk aktivitas sosial utama pada masa anak-anak. Menurut Hetherington & Parkedalam Purnama (2012) permainan bagi anak-anak adalah suatu bentuk aktivitas yang menyenangkan yang dilakukan semata-mata untuk menyenangkan aktivitas itu sendiri, bukan ingin memperoleh suatu yang dihasilkan dari aktivitas tersebut. Salah satu permainan yang banyak melibatkan keterampilan gerak adalah melalui permainan olahraga.

Dalam permainan olahraga anak mengembangkan kemampuan kinestetik dan pengembangan motivasi untuk menunjukkan keunggulan dirinya memberikan kekuatan pada dirinya sendiri serta belajar mengembangkan diri setiap waktu.

## METODE

Penelitian quasi eksperimen dengan one group pretest-posttest design serta menggunakan metode deskriptif individual, Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu efektifitas penerapan terapi bermain bola dan variabel terikat yaitu meningkatkan kemampuan motorik kasar pada tunagrahita ringan di SLB C Tunas Harapan Karwang. Subjek dalam penelitian ini dengan menggunakan 10 anak tunagrahita ringan. Pada Metode analisis data menggunakan Wilcoxon untuk mengetahui besarnya peningkatan pada saat pretest dan posttest, dengan alat bantu observasi dan checklist,

## HASIL dan PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian dilakukan di SLB C Tunas Harapan Karwang. Tahap pertama yang dilakukan adalah mencari 10 subyek yang sesuai dengan kriteria penelitian, setelah mendapat 10 subyek maka yang dilakukan adalah menjalin hubungan yang baik antara subyek dan guru. Hal ini digunakan untuk agar dalam pelaksanaannya subyek tidak merasa malu dan menutup diri yang mengakibatkan tidak tercapainya tujuan pelaksanaan penerapan permainan. Setelah itu memberikan materi pretest melempar bola dengan jarak 3m untuk mengukur kemampuan motorik kasar subyek. Setelah pemberian pretest lalu dilanjutkan pada tahap perlakuan. Pelaksanaan perlakuan ini dilakukan lima tahap dan masing-masing tahap dilakukan sekitar 15 menit. Pada sesi pertama adalah pemberian pretest untuk melatih kemampuan motorik kasar dan pemberian permainan dengan media bola untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar subyek.

Pada proses aktivitas fisik bahwa motorik kasar sangat dibutuhkan. Serta permainan yang banyak melibatkan motorik kasar, jika ada kemampuan motorik kasarnya belum terpenuhi maka hasil belajar kurang baik. misalnya seorang anak yang belum mampu menangkap dan melempar bola dengan baik maka ia akan kesulitan mengkoordinasi gerak tangan dan mata ketika belajar. Berdasarkan penjelasan di atas maka perkembangan motorik kasar menjadi penting sebagai salah satu syarat dalam belajar. Menurut Sukanti (2007:3) ada faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar yaitu perkembangan motorik kasar bergantung pada kematangan otot dan syaraf. Pada dasarnya tunagrahita kurang matang dalam kemampuan motorik kasarnya, dengan diadakannya penelitian ini yang memfokuskan motorik kasar pada otot lengan dan tangan dapat melatih kekuatan otot lengan dan tangan dengan baik, memberikan pelatihan pada kekuatan otot lengan dan tangan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasarnya

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan dapat diketahui data mengenai tingkat perubahan kemampuan motorik kasar pada saat pretest dan posttest. Sebagian besar subyek mengalami peningkatan setelah diberikan perlakuan, dari tahap memegang, kuda-kuda, melatih kekuatan tangan, melempar dan ketepatan memasukkan bola. Melalui latihan dan pemberian perlakuan yang tepat subyek mampu mengikuti instruksi dan perlakuan tersebut mengalami peningkatan. Sebagian besar subyek saat kegiatan pretest belum terbiasa melempar bola kearah keranjang dengan tepat. Dibawah ini adalah penilaian pretest, posttest, dan checklist:

NO	NAMA	JUMLAH	KRITERIA	Keterangan
1	Intan	35	Cukup baik	60-46 : Baik
2	Elies	55	Baik	45-30 : Cukup baik
3	Aryza	33	Cukup baik	<29 : Kurang baik
4	Riska	36	Cukup baik	
5	Galuh	47	Baik	
6	Suci	54	Baik	
7	Arman	32	Cukup baik	
8	Adi	30	Cukup baik	
9	Fahmi	34	Cukup baik	
10	Lutfi	56	baik	
		412	41,2 (cukup baik)	

Berdasarkan penilaian checklist, berikut kriteria dari hasil penelitian, yaitu: Anak yang mendapatkan nilai baik = 4 orang, Anak yang mendapatkan nilai cukup baik = 6 orang, dan anak yang mendapatkan nilai kurang baik = 0 orang.

Test Statiscs

	Postest - pretest
Z	-2.045
Asymp. Sig (2tailed)	,045

Dari tabel diatas diperoleh nilai asymp sig = 0,045. Karena nilai asymp sig = 0,045 <  $\alpha$  = 0,06 maka Ho ditolak yang berarti ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Pada proses kegiatan sehari-hari banyak sekali keterampilan yang membutuhkan kematangan atau kemampuan motorik kasar. Selain itu juga pada pelajaran olahraga yang banyak digemari siswa, banyak melibatkan motorik kasar, jika ada kemampuan motorik kasarnya belum terpenuhi maka hasil belajar kurang baik. misalnya seorang anak yang belum mampu menangkap bola dengan baik maka ia akan kesulitan mengkoordinasi gerak tangan dan mata ketika belajar. Berdasarkan penjelasan di atas maka perkembangan motorik kasar menjadi penting sebagai salah satu syarat dalam belajar.

### **SIMPULAN**

Simpulan dari penelitian ini adalah adanya peningkatan kemampuan motorik kasar tunagrahita ringan, hal tersebut telah dibuktikan dengan hasil perhitungan secara statistik maupun non statistik. Terapi bermain bola ini terbukti efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada tunagrahita ringan di Sekolah Dasar Luar Biasa C Tunas Harapan Karawang.. Terapi bermain bola tersebut memiliki hasil sig = 0,045 <  $\alpha$  = 0,06 maka Ho ditolak yang berarti ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan.

Permainan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar ini mampu diterapkan untuk tunagrahita sedang namun dengan berat bola yang lebih ringan serta jarak yang lebih pendek dan jangka waktu yang lebih lama dari anak tunagrahita ringan. Penelitian ini hanya menggunakan subyek 10 orang, kegiatan ini semakin menarik karena anak tunagrahita ringan dapat melatih komunikasi dengan temannya.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Chusairi, Achmad, dkk. 2005. Efektivitas Terapi Bermain Sosial Untuk Meningkatkan Kemampuan Dan Keterampilan Sosial Bagi Anak Dengan Gangguan Autism Vol 7 No 2. Journal Unair.
- Davidson, Gerald C, dkk. 2006. Psikologi Abnormal Edisi Ke 9. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Delphie, B. 2007. Pembelajaran Anak Tunagrahita. Bandung : PT Refika Aditama
- DSM-IV-TR World Health Organization. 1993 (Cetakan Pertama). Pedoman Penggolongan dan Diagnosis gangguan Jiwa di Indonesia III. Departemen Kesehatan RI: Direktorat Jenderal Pelayanan Medik.
- Efendi, Muhammad. 2006 (Cetakan Pertama). Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan. Jakarta: Bumi Aksara.
- Imandala, Iim. 2012. Asesmen Area Kebutuhan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan. Jawa Barat: Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat.
- Kaplan dan Sadock. 2010. Sinopsis Psikiatri Jilid 1. Jakarta Maramis, Willy F. 1980. Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa Cetakan 1. Surabaya : Airlangga University Press.
- Maksum, A. 2007. Statistik Dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. 2012. Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. Surabaya : Unesa University Press.
- Purnama, Riyan. 2007. Efektivitas Permainan BoyBoyan Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Anak Tunagrahita. Online. Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. Repository.upi.edu
- Somantri, S. 2007. Psikologi Anak Luar Biasa. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Suharmini, Tin. 2007. Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan.
- Sukanti, Endang, Rini. 2007. Diktat Pengembangan Motorik. Yogyakarta 109 10
- Widati, CH, Sri, dan Murtadlo. 2007. Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan.