



PENGULANGAN TEKNIK PERMAINAN KASTI TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK TUNAGRAHITA RINGAN

Nanang Indardi✉

Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Semarang-Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Januari 2015
Disetujui Mei 2015
Dipublikasikan juni 2015

Keywords:
Ejefck, Training Methods, Power Kick, Motor Ability

Abstrak

Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh pengulangan teknik permainan tradisional kasti terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode eksperimen. Rancangan yang digunakan adalah Pretest Posttest One Group Design. Metode analisis data menggunakan uji t. Populasi dan sampel adalah sampel acak dari anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran yang berjumlah 7 anak. Semua sampel diberikan perlakuan pengulangan teknik permainan kasti. Hasil penelitian motorik kasar dengan uji t terdapat pengaruh dari rata-rata hasil penghitungan hipotesis anak tunagrahita ringan menggunakan tes berjalan 1.43 (pre-test) dan 2.57 (post-test), berlari 1.43 (pre-test) dan 2.57 (post-test), melempar 1.29 (pre-test) dan 2.71 (post-test), menangkap 1.43 (pre-test) dan 2.43 (post-test), memukul 1.29 (pre-test) dan 2.14 (post-test). Aspek yang tidak terdapat pengaruh yaitu melompat 1.71 (pre-test) dan 1.57 (post-test), meloncat 1.43 (pre-test) dan 1.29 (post-test), menendang 1.71 (pre-test) dan 1.29 (post-test). Selain setiap aspek, rata-rata pada keseluruhan tes motorik kasar terjadi peningkatan dengan rata-rata 1.44 (pre-test) dan 2.07 (post-test). Simpulan dalam penelitian adalah pengulangan teknik permainan kasti berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran

Abstract

The purpose of this research is to know the influence of the traditional game of rounders repetition techniques to increase gross motor skills of children SLB N Ungaran mild mental retardation. The method used in this study is the experimental method. This research is pretest posttest One Group Design. Methods of data analysis using the t test. Population and sample is a random sample of mild mental retardation children SLB N Ungaran totaling 7 children. All samples were given treatment repetition rounders game techniques. Gross motor research results with the t test there is the influence of the average results of a calculation using a mild mental retardation child hypothesis tests to run 1:43 (pre-test) and 2:57 (post-test), running 1:43 (pre-test) and 2:57 (post-test), throws 1:29 (pre-test) and 2.71 (post-test), capturing 1:43 (pre-test) and 2:43 (post-test), hit 1:29 (pre-test) and 2:14 (post-test). Aspects that there is no influence, namely jumping 1.71 (pre-test) and 1:57 (post-test), jump 1:43 (pre-test) and 1:29 (post-test), kicking 1.71 (pre-test) and 1:29 (post-test), In addition to every aspect of the average in the overall gross motor tests increased by an average of 1:44 (pre-test) and 2:07 (post-test). The conclusions in this study are repetition baseball game techniques affect the increase in gross motor skills mild mental retardation children SLB N Ungaran

© 2015 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail : nanang.indardi@gmail.com

PENDAHULUAN

Pembelajaran pada hakikatnya merupakan upaya untuk menjadikan peserta didik belajar. Proses belajar motorik tak dapat dipisahkan dari proses mengajar motorik dalam pendidikan jasmani. Anak luar biasa atau disebut sebagai anak berkebutuhan khusus (*children with special needs*) memang tidak selalu mengalami masalah dalam proses pembelajarannya. Ketika berinteraksi dengan anak-anak seumurannya ada masalah-masalah tertentu yang harus mendapatkan perhatian khusus guru dan sekolah untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal. (Widati dan Murdadlo, 2007:261) berpendapat bahwa tunagrahita adalah suatu keadaan perkembangan mental yang terhenti atau tidak lengkap yang ditandai oleh kendala ketrampilan selama masa perkembangan sehingga berpengaruh pada semua tingkat intelegensia, antara lain kemampuan kognitif, bahasa, motorik dan sosial. Sebagaimana disebutkan N. Kephart (dalam Lemer 1988; 276) bahwa kesulitan dalam belajar bagi anak tunagrahita terjadi karena respon motorik anak tidak berkembang kedalam pola-pola motorik, akibatnya ketrampilan motorik anak tunagrahita rendah dan sesekali kurang bervariasi. Setiap anak yang berkebutuhan lebih seperti tunagrahita memiliki kemampuan gerak yang berbeda-beda, tergantung pada kekuatan dan kondisi tubuh, salah satu kekurangan yang dimiliki anak tunagrahita adalah dalam ketrampilan gerak. Dalam kepentingannya untuk meningkatkan ketrampilan gerak anak tunagrahita, pastinya anak harus selalu melakukan aktivitas gerak secara rutin agar terbiasa melakukan gerakan tersebut.

Faktor-faktor yang terjadi pada anak tunagrahita tersebut sangat memerlukan kegiatan yang berkaitan dengan kesehatan diri dan jasmani, misalnya dengan latihan yang dapat meningkatkan ketrampilan gerak melalui gerakan-gerakan dasar fundamental yaitu sebuah gerakan yang harus dipelajari dalam pendidikan anak tunagrahita. Salah satu gerakan fundamental adalah gerakan

manipulatif. Menurut Delphie (2006:27) "gerakan manipulatif adalah gerakan yang memerlukan adanya koordinasi dengan ruang dan benda yang ada disekitarnya". Gerak manipulatif akan terjadi bila tersedianya alat atau benda yang akan dipergunakan untuk kegiatan yang berkaitan dengan gerak manipulatif.

Permainan tradisional merupakan salah satu bentuk permainan yang dapat di belajarkan kepada anak luar biasa. Prosedur atau tata cara pembelajaran permainan tradisional secara hakiki mengacu pada prinsip dasar pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. Salah satu permainan tradisional yang banyak melibatkan ketrampilan gerak misalnya permainan kasti, salah satu permainan yang dapat melatih dan meningkatkan ketrampilan gerak manipulatif anak. Karena permainan kasti adalah permainan yang dimainkan dengan tangan "Permainan kasti merupakan permainan yang menggunakan bola kecil dan tongkat sebagai pemukul yang didalamnya terdapat aspek-aspek yang melibatkan ketrampilan manipulatif (melempar, menangkap, memukul bola). Bermain kasti bagi anak-anak apabila dilakukan dengan baik sesuai dengan kriteria tertentu, maka akan banyak manfaat yang diperoleh dari kegiatan tersebut, terutama mempengaruhi pertumbuhan fisik dan perkembangan mental psikologis terhadap anak-anak. Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel anak tunagrahita ringan atau keterbelakangan mental (*mental retarded*), secara umum hambatan belajar yang dihadapi anak tunagrahita ringan mencakup hambatan yang berkebutuhan dengan masalah perkembangan (1) kognitif, (2) motorik, (3) perilaku adaptif. Anak tunagrahita ringan sering menunjukkan kurangnya koordinasi dalam aktivitas motorik, termasuk hambatan dalam koordinasi motorik yang ditunjukkan dalam respon gerak dan otot dengan pola rendah dan kurang bervariasi. Berdasarkan uraian diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pengulangan teknik permainan tradisional kasti terhadap peningkatan

kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode quasi eksperimen berupa pre-post test design, yaitu cara penelitian dengan mengumpulkan data dari variabel terikat (tes kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan) dan variabel bebas (pengulangan teknik permainan kasti). Populasi dalam penelitian ini adalah anak SLB N Ungaran. Sampel dalam penelitian ini adalah sampel acak karena tidak mengambil seluruh anak tunagrahita untuk di teliti yaitu berjumlah 7 anak. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes motorik kasar yaitu tes berjalan, berlari, melompat, meloncat, menangkap, melempar,

memukul dan menendang. Setiap aspek tes diberikan penilaian dengan skor 3 untuk tepat, 2 untuk kurang tepat dan 1 tidak bisa melakukan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan statistik uji t. Setelah itu data di adakan uji normalitas untuk mengetahui seberapa normal data dan dilanjutkan dengan uji hipotesis untuk mengetahui perbandingan rata-rata tes sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian berdasarkan tes rata-rata kemampuan motorik kasar berjalan, berlari, melompat, meloncat, menangkap, melempar, memukul dan menendang pada anak tunagrahita SLB N Ungaran. Adapun data uji hipotesis sebagai berikut:

Tabel 1. Data Uji Hipotesis

Variabel	Mean	N	t _{hitung}	t _{tabel}	Sig	Kriteria
Berjalan_pre	1.43	7	-8.000	2.447	.000	Terdapat pengaruh
Berjalan_post	2.57	7				
Berlari_pre	1.43	7	-4.382	2.447	.005	Terdapat pengaruh
Berlari_post	2.57	7				
Melompat_pre	1.71	7	1.000	2.447	.356	Tidak berpengaruh
Melompat_post	1.57	7				
Meloncat_pre	1.43	7	1.000	2.447	.356	Tidak berpengaruh
Meloncat_post	1.29	7				
Melempar_pre	1.29	7	-4.804	2.447	.003	Terdapat pengaruh
Melempar_post	2.71	7				
Menangkap_pre	1.43	7	-4.583	2.447	.004	Terdapat pengaruh
Menangkap_post	2.43	7				
Memukul_pre	1.29	7	-6.000	2.447	.001	Terdapat pengaruh
Memukul_post	2.14	7				
Menendang_pre	1.71	7	1.441	2.447	.200	Tidak berpengaruh
Menendang_post	1.29	7				

Hasil uji hipotesis diatas menyatakan bahwa tes berjalan dengan nilai $t_{hitung} -8.000 > t_{tabel} -2.447$ dan sig. 0.000 yang berarti bahwa ada peningkatan kemampuan motorik kasar setelah diberi perlakuan pengulangan teknik permainan kasti pada anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Untuk tes berlari menyatakan bahwa nilai $t_{hitung} -4.382 > t_{tabel} -2.447$ dan sig. 0.005 yang berarti bahwa ada peningkatan

kemampuan motorik kasar setelah diberi perlakuan pengulangan teknik permainan kasti pada anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Pada tes melompat menyatakan bahwa nilai $t_{hitung} 1.000 < t_{tabel} 2.447$ dan sig. 0.356 yang berarti tidak ada peningkatan kemampuan motorik kasar setelah diberi perlakuan pengulangan teknik permainan kasti pada anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Untuk tes

meloncat menyatakan bahwa nilai $t_{hitung} 1.000 < t_{tabel} 2.447$ dan sig. 0.356 yang berarti tidak ada peningkatan kemampuan motorik kasar setelah diberi perlakuan pengulangan teknik permainan kasti pada anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Pada tes melempar menyatakan bahwa nilai $t_{hitung} -4.804 > t_{tabel} -2.447$ dan sig. 0.003 yang berarti ada peningkatan kemampuan motorik kasar setelah diberi perlakuan pengulangan teknik permainan kasti pada anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Untuk tes menangkap menyatakan bahwa nilai $t_{hitung} -4.583 > t_{tabel} -2.447$ dan sig. 0.004 yang berarti ada peningkatan kemampuan motorik kasar setelah diberi perlakuan pengulangan teknik permainan kasti pada anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Pada tes memukul menyatakan bahwa nilai $t_{hitung} -6.000 > t_{tabel} -2.447$ dan sig. 0.001 yang berarti ada peningkatan kemampuan motorik kasar setelah diberi perlakuan pengulangan teknik permainan kasti pada anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Untuk tes menendang menyatakan bahwa nilai $t_{hitung} 1.441 < t_{tabel} 2.447$ dan sig. 0.200 yang berarti tidak ada peningkatan kemampuan motorik kasar setelah diberi perlakuan pengulangan teknik permainan kasti pada anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran.

Hasil uji antara kelompok eksperimen yang sama menunjukkan ada pengaruh perbedaan yang signifikan dari lima kemampuan motorik kasar yaitu berjalan 5m, berlari, melempar 5m, menangkap 5m, memukul dan tiga aspek kemampuan motorik kasar yang tidak berpengaruh secara signifikan yaitu: melompat, meloncat dan menendang bola pada sampel yang diberikan perlakuan pengulangan teknik permainan kasti. Perbedaan hasil rata-rata tes motorik kasar itu menunjukkan bahwa pengulangan teknik permainan kasti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak tunagrahita memiliki kekurangan dalam tingkat IQ yang rendah, minimnya aktivitas bergerak yang berpengaruh dalam ketrampilan gerak yang berbeda-beda bergantung pada kekuatan dan kondisi tubuh si

anak itu sendiri. Untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita hal yang harus dilakukan juga adalah meningkatkan kebugaran dengan memberikan perlakuan pengulangan teknik permainan kasti yaitu berlari, melempar, menangkap dan memukul bola.

Sesuai dengan hasil penelitian yang menyebutkan bahwa terdapat pengaruh pada gerak motorik kasar anak tunagrahita dalam permainan kasti berupa: berjalan, berlari, melempar, menangkap, dan memukul; sedangkan untuk melompat, meloncat, dan menendang tidak terdapat pengaruh. Hal ini mungkin berhubungan dengan kemampuan anak tunagrahita yang hanya mampu melaksanakan gerakan manipulatif yang bersifat sederhana, karena mengalami retardasi mental dan ketidakmampuan beradaptasi perilaku yang muncul pada masa perkembangan dengan IQ: 51 – 70 (Imandala Iim, 2012).

Perkembangan motorik merupakan hal yang sangat penting bagi setiap individu, karena dengan perkembangan motorik yang optimal untuk kelangsungan hidup individu tersebut. Berdasarkan observasi dilapangan, ternyata masih banyak anak tunagrahita sedang yang mengalami hambatan dalam perkembangan motorik (Garlina Rima, 2013). Motorik kasar adalah kemampuan gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruh anggota tubuh dan diperlukan agar anak dapat memfungsikan otot-otot tubuhnya dengan benar seperti, duduk, berlari, menendang, naik-turun tangga, berjalan, melompat, merangkak, berguling, menangkap, melempar dan gerak lainnya (Saputra, Y., 2005:18; Sunardi dan Sunaryo, 2006:109). Gerak itu disebut juga sebagai gerak dasar (Saputra, Y., 2005:18). Gerak dasar tersebut dikelompokkan menjadi tiga, yaitu lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif (Nurhasan, 2003:28). Gerak dasar ini, biasanya sudah dapat dikuasai oleh anak-anak normal usia 6 tahun (Hurlock, 1978) tapi tidak demikian dengan anak tunagrahita ringan dengan usia yang sama (Delphie, 1996).

Anak tunagrahita ringan memiliki masalah dalam keterampilan gerak dasar/motorik kasar (lokomotor, non lokomotor, manipulatif) (Delphie, 1996; Saputra, Y., 2005; Sunardi dan Sunaryo, 2006). Lokomotor adalah keterampilan berpindah tempat, yang termasuk ke dalam keterampilan ini di antaranya, berjalan, berlari, melompat, berjingkat, dan memanjat. Pada intinya kesemua keterampilan ini memungkinkan adanya perpindahan lokasi dari tubuh, terutama didorong oleh adanya pengerahan daya internal melalui pengkontraksian otot-otot. Non lokomotor adalah keterampilan yang memanfaatkan ruas-ruas tubuh sebagai porosnya, dan karenanya tidak menyebabkan tubuh tidak berpindah tempat. Yang termasuk ke dalam keterampilan ini adalah gerak menekuk dan meregang tubuh, menggerak-gerakkan anggota tubuh ke berbagai arah, melenting dan memilin. Keterampilan jenis ini banyak dipakai dalam gerak-gerak pembentukan dan kelenturan, termasuk pada pengembangan kekuatan. Manipulatif adalah gerakan yang mengandalkan kemampuan anggota tubuh seperti tangan, kaki, kepala, lutut, paha, maupun dada, untuk memanipulasi objek luar seperti bola dan benda lainnya. Gerak seperti ini adalah menangkap, melempar, memukul, memukul dengan alat, atau menendang, menggiring dan memantulkan bola (Nurhasan, 2003:28; Saputra, Y., 2005:18). Ketika anak tunagrahita melakukan gerak dasar tertentu, gerakannya tampak tidak

harmonis atau tidak indah dipandang (Amin, 1995) itu diakibatkan oleh adanya gangguan dalam kesimbangan, koordinasi, konsentrasi, dan persepsi (Delphie, 1996:3).

Saputra, Y. (2005:49) menjelaskan permasalahan gerak dasar anak tunagrahita, sebagai berikut: 1) Secara umum menunjukkan ketidakmampuan untuk menampilkan gerak

koordinasi yang efisien, keseimbangan, dan kelincahan. Perilaku ini sebagai hasil dari kurang mampunya syaraf mengidentifikasi sesuatu. 2) Sifat otot yang lebih atau kurang menghasilkan ketidakmampuan untuk melakukan gerakan secara efisien. 3)

Ketidakmampuan merencanakan gerakan menghasilkan gerakan yang tidak terkoordinasi. Singkatnya, permasalahan motorik kasar yang paling utama dalam kaitannya dengan pendidikan jasmani adaptif anak tunagrahita ringan adalah keseimbangan koordinasi, gerak badan dan persendiannya, serta kekuatan-kekakuan otot dan tulang.

Sepanjang waktu selama manusia beraktivitas akan melibatkan mental sebagai pengendali motorik tubuh dalam beraktivitas. Jika kualitas mental terganggu, maka gerak atau motorik dapat terganggu dan kegiatan yang dilakukan pun tidak maksimal. Setiap orang memiliki kemampuan gerak yang berbeda-beda, tergantung pada kekuatan dan kondisi tubuh orang tersebut. Perkembangan dan pertumbuhan anak terlihat dalam gerakan-gerakan yang dilakukan, baik melalui gerak motorik halus maupun motorik kasar.

Pada kemampuan motorik halus terdapat kemampuan koordinasi gerak mata dan tangan. Kemampuan koordinasi gerak mata dan tangan terlihat ketika anak-anak beraktifitas dimasa perkembangan dan pertumbuhannya. Jika koordinasi mata dan tangan anak baik, maka akan mudah bagi anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Namun sebaliknya, bila anak memiliki kelemahan atau keterbatasan dalam kemampuan koordinasi mata dan tangan, maka anak tersebut akan kesulitan dalam melakukan tugas sehari-hari. Koordinasi mata dan tangan sangat diperlukan, apalagi bagi anak tunagrahita ringan. Perlunya koordinasi mata dan tangan ini ialah agar terjadi organisasi yang baik antara tangan dan mata. Akan tetapi, sebagian guru di SLB kurang memperhatikan perkembangan koordinasi mata dan tangan anak. Padahal koordinasi gerak mata dan tangan ini sangat diperlukan karena selalu berhubungan dengan kegiatan sehari-hari seperti bermain kasti. Beberapa anak tunagrahita ringan mengalami keterlambatan dalam perkembangan motorik halus, terutama pada koordinasi gerak mata dan tangan. Kurangnya kemampuan koordinasi gerak mata dan tangan anak tunagrahita ringan mengakibatkan kesulitan dalam tugas-tugas

akademik, keterbatasan kemampuan serta gerakan-gerakan yang dilaksanakan kurang berjalan dengan semestinya (Sarly Fajrin, 2013).

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang pengaruh pengulangan teknik permainan kasti terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan. Diperoleh simpulan bahwa ada pengaruh pengulangan teknik permainan kasti terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran. Aspek motorik kasar yang meningkat secara signifikan yaitu berjalan, berlari, melempar, menangkap, dan memukul. Untuk aspek motorik kasar yang tidak berpengaruh yaitu melompat, meloncat, dan menendang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajun Khamdani. 2010. Olahraga Tradisional Indonesia. Klaten: PT Macanan Jaya Cemerlang. Amin, M. 1995. Ortopedagogik Anak Tunagrahita. Jakarta: Dirjen Dikti Depdikbud PPTG.
- Anggraeni Putri Haryani dan Damajanti Kusuma Dewi. "Efektifitas Penerapan Terapi Bermain Bola Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Tunagrahita Ringan Kelas 1 SMPLB". Psikologi. Universitas Negeri Surabaya
- Asep Deni Gustiana, 2011. Pengaruh Modifikasi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar dan Kognitif Anak Usia Dini. Jurnal UPI, edisi khusus No 2.
- Astati. 1995. Terapi Okupasi, Bermain, dan Musik Untuk Anak Tunagrahita. Jakarta: Depdikbud.
- Delphie, B. (1996). Psikomotor. Bandung: Mitra Grafika.
- Fredi Tri Widiyanto. 2012. Ketrampilan Gerak Dasar Anak Tunagrahita Ringan. Jurnal UNNES.
- Frieda Mangunsong. 2009. Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Hurlock, E.B. (1978). Perkembangan Anak (jilid 1). Jakarta: Erlangga.
- Garlina Rima. 2013. Kegiatan Meronce Manik-manik Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Tunagrahita Sedang di SLB Az – Zakiyah. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Imandala Iim. 2012. Asesmen Area Kebutuhan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan. Jawa Barat: Tim Pengembang Kurikulum PK – PLK Bidang Pendidikan Luar Biasa.
- Nurhasan. (2003). *Dasar-Dasar Pelatihan Olahraga Untuk SLB*. Jakarta: Depdiknas.
- Saputra, Y., (2005). Perkembangan Gerak. Jakarta: Direktorat PSLB.
- Sarly Fajrin. 2013. Meningkatkan Kemampuan Koordinasi Gerak Mata dan Tangan Melalui Media Wire Game Bagi Anak Tunagrahita Ringan di SLB Perwari Padang. *ejournal.unp.ac.id*. Vol 2 (3): 876 – 885.
- Sunardi dan Sunaryo. (2006). Intervensi Dini Anak Berkebutuhan Khusus. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Widati, CH, Sri, dan Murtadlo. 2007. Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif. Jakarta: Departemen Pendidikan Naional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan.