

## **Pengaruh Latihan Model Bermain Terhadap Kemampuan Melempar Bola dalam Permainan *Bocce* pada Anak Tunagrahita**

**Isyani dan Balkis NL. Esser**

Program Studi Pendidikan Olah Raga, FPOK IKIP Mataram

Email: duatujuhyard@yahoo.com

**Abstract:** This study aims to improve the ability to throw the ball in a bocce game on mind handicap children with a model exercise play. Population of this research is mind handicap children of Dharmawanita extraordinary school. The sample of the study amounted to 22 people taken using Purposive Sampling technique. The data analysis technique used in this research is Paired Sample t-test to see whether there is difference of average before and after by fulfilling requirement of parametric test descriptively and inferensially. From the results of the study it can be concluded that there is a significant influence of the practice of playing on the ability to throw the ball in a ball game bocce on mind handicap children. This is evidenced from the result of t-count obtained is  $3.658 < 1.71714$  or  $0.001 < \alpha 0.05$ .

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan melempar bola dalam permainan bocce pada anak tunagrahita dengan latihan model bermain. Populasi pada penelitian ini adalah Anak tunagrahita SLB Dharmawanita. Adapun sampel dalam penelitian ini berjumlah 22 orang menggunakan teknik Purposive Sampling. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji Paired Sample t – test untuk melihat adakah perbedaan rata – rata sebelum dan sesudah dengan memenuhi syarat uji parametrik secara deskriptif dan inferensial. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode latihan bermain terhadap kemampuan melempar bola dalam permainan bola bocce pada anak tunagrahita, hal ini dibuktikan dari hasil yang diperoleh  $t$  hitung –  $3.658 < 1.71714$  atau  $0.001 < \alpha 0.05$ .

**Kata Kunci:** Latihan, Model Bermain, Tunagrahita

### **Pendahuluan**

Setiap anak berhak memperoleh pendidikan dan kesehatan, tak terkecuali bagi mereka yang memiliki keterbatasan fisik/ mental yang dikenal dengan istilah Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Kegiatan olahraga tidak hanya diperuntukkan bagi anak normal saja, tetapi anak berkebutuhan khusus juga membutuhkan kegiatan olahraga. Namun pada kenyataannya masih banyak anak berkebutuhan khusus yang di anggap tidak mungkin dapat melakukan kegiatan olahraga. Kecacatan pada umumnya masih dianggap faktor penyebab seorang anak tidak membutuhkan kegiatan olahraga atau tidak perlu mengikuti kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani.

Dari hasil observasi yang dilakukan di SLB Darmawanita sebagai

Sekolah Sekolah Luar biasa (SLB) Darmawanita yang secara berkelanjutan dibawah kepemilikan Gubernur NTB ditemukan fakta rendahnya kemampuan melempar bola pada permainan *Bocce* pada anak tunagrahita sehingga selain faktor hambatan diatas, latihan yang kurang variatif dan terkesan monoton berdampak pula pada menurunnya prestasi. Hampir semua ketunaan dalam anak berkebutuhan khusus mengalami hambatan dalam ranah psikomotornya. Masalah psikomotor ini sebagai akibat dari keterbatasan kemampuan sensomotorik dan keterbatasan dalam kemampuan belajar. Oleh karena itu dirasa perlu penanganan permasalahan diatas yang salah satunya bisa dilakukan dengan menggunakan terapi atau latihan model bermain. Permainan adalah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilakukan dengan

sukarela dan menggunakan aktivitas motorik, sensorik, emosi, komunikasi, dan fikiran. Olahraga dapat menjadi salah satu bentuk terapi pada ABK sebab dapat mengembangkan kemampuan motorik dan sensorik yang dalam dimensi olahraga dikenal dengan istilah Pendidikan jasmani Adaptif. Penjas adaptif merupakan sistem penyampaian pelayanan yang bersifat menyeluruh (*comprehensif*) dan dirancang untuk mengetahui, menemukan, dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor.

### Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *eksperiment* menggunakan teknik *sampling*

*Purposive Sampling* dengan rancangan penelitian *One Group Pretest – Posttest Design*. Adapun analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik dengan rumus t-test.

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

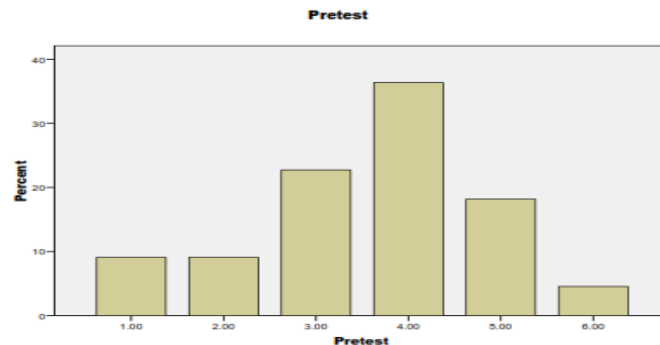
#### Hasil Analisis Deskriptif Kemampuan Melempar Bola dalam permainan Bocce Pada Anak Tunagrahita Melalui Metode Latihan Bermain

Tabel dibawah ini merupakan hasil analisis deskriptif penelitian meliputi nilai minimal, nilai maksimal, rata – rata dan standard deviasi sebelum mendapat *treatment (Pre-test)*. dan setelah mendapatkan *treatment (Post - test)*

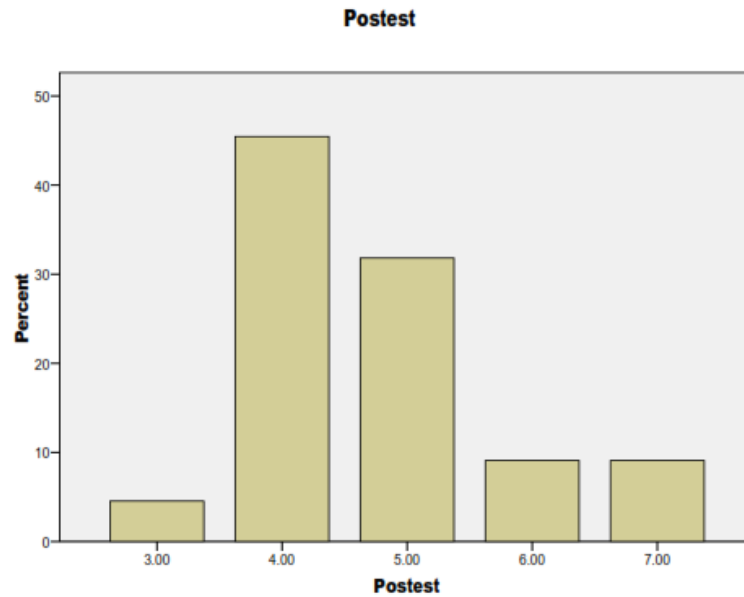
**Tabel 1 Hasil Analisa Deskriptif Pre – test dan Post - test Kemampuan Melempar Bola dalam Permainan Bocce**

	N	Min.	Max.	Mean	Sd.
Kemampuan Melempar Bola	22	1.00 3.00	6.00 7.00	3.590 4.727	1.296 1.031

Sajian tabel 1 diatas dapat disimpulkan bahwa hasil *pre – test* dari sampel sebanyak 22 siswa diperoleh nilai rata – rata sebesar 3.59, nilai minimal 1 dan maksimal 6, dengan standard deviasi sebesar 1.296. Adapun sebaran nilai *post-test* dengan jumlah sampel yang sama diperoleh nilai minimal 3, nilai maksimal 7, nilai rata – rata meningkat sebesar 4.727 dengan standar deviasi 1.031. untuk lebih jelasnya dapat kita liha pada gambar Histogram Frekuensi dibawah ini :



Gambar 1 *Histogram Pre-Test* (Sumber : Dokumen Pribadi)



Gambar 2 Histogram Post-Test (Sumber : Dokumen Pribadi)

**Hasil Uji Normalitas Data**

Untuk pengujian hipotesis menggunakan uji-t untuk mencari pengaruh dan perbedaan pengaruh hasil latihan dengan persyaratan data harus dalam keadaan berdistribusi

normal dan homogen. Uji Normalitas data dilakukan melalui uji Kolmogorov Smirnov (Ks), adapun sebarannya dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini:

**Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Data Kemampuan Melempar Bola dalam Permainan Bocce**

Variabel	N	K. SZ	Sig.	$\alpha$	Keterangan
Pre - test Kemampuan Melempar bola	22	1.007	263	0,05	Normal
Post - test Kemampuan Melempar bola		1.217	103	0,05	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas sesuai tabel 5.2 di atas diperoleh data Kolmogorov – Smirnov Z (K-SZ) kelompok pretest sebesar 1.007, dengan Sig. 0.263 lebih besar dari  $\alpha$  0,05 maka dapat disimpulkan sebarannya normal. Demikian juga dari hasil kelompok *post – test* berjumlah 22 diperoleh K-SZ sebesar 1.217 dengan Sig. 0,103 lebih besar dari  $\alpha$  0,05 maka dapat disimpulkan sebarannya normal.

**Pengujian Hipotesis**

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji *paired sample t - test*. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan rata – rata dua sample (atau dua kelompok) yang berpasangan atau berhubungan. uji *paired sample t – test* merupakan bagian dari statistic parametric. Uji ini dapat dilanjutkan sebab di awal telah dibuktikan bahwa data berdistribusi normal.

Adapun hasil uji *paired sample t – test* dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini:

**Tabel 3 Hasil Uji *paired sample t – test* Kemampuan Melempar Bola dalam Permainan Bocce**

Variabel Penelitian	t	Sig. (2 Tailed )
<i>Pretest &amp; Posttest</i> Kemampuan Melempar Bola	- 3.658	0.001

Dari tabel 3 di atas diperoleh hasil uji *t* sebesar  $- 3.658$  dengan Sig.  $0.001$ . Apabila dibandingkan antara *t* – hitung dan *t* – tabel dengan tingkat signifikansi  $\alpha 0.05$  maka diperoleh nilai *t* – tabel sebesar  $1.71714$ , hal ini berarti  $- 3.658 < 1.7171$  atau  $0.001 < \alpha 0.05$ . Berdasarkan interpretasi tersebut maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antar sebelum dan sesudah perlakuan, dengan kata lain metode latihan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan melempar bola pada siswa / anak tunagrahita.

### Pembahasan

Olahraga dapat menjadi salah satu bentuk terapi pada ABK sebab dapat mengembangkan kemampuan motorik dan sensorik yang dalam dimensi olahraga dikenal dengan istilah Pendidikan jasmani Adaptif. Penjas adaptif merupakan sistem penyampaian pelayanan yang bersifat menyeluruh (*comprehensif*) dan dirancang untuk mengetahui, menemukan, dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor. Pada permainan *Bocce*, ada kombinasi antara permainan dan gerak-gerak tubuh yang bermanfaat untuk merangsang saraf dan gerakan motorik tubuh. *Bocce* bisa melatih motorik tangan

dan kaki, mengasah konsentrasi, latihan bersosialisasi dan kerja sama tim. Permainan ini dapat memberikan stimulus yang baik pada anak untuk bergerak dan memiliki kordinasi yang baik.

Permainan adalah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilakukan dengan sukarela dan menggunakan aktivitas motorik, sensorik, emosi, komunikasi, dan fikiran. Permainan menurut Elizabeth Hurlock adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkan, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Latihan model bermain merupakan latihan yang diberikan pada siswa dengan mengemasnya dalam bentuk permainan. Latihan yang diberikan dalam penelitian ini banyak menekankan pada simulasi dan gerak rangsang motorik melalui permainan yang berbentuk koordinasi, gerak akif, dan teknik melempar.

Bermain merupakan suatu aktivitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktekkan ketrampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, serta mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa. Bermain adalah hal penting bagi seorang anak, permainan dapat memberikan kesempatan untuk melatih keterampilannya secara

berulang-ulang dan dapat mengembangkan ide-ide sesuai dengan cara dan kemampuannya sendiri.

Kesempatan bermain sangat berguna dalam memahami tahap perkembangan anak yang kompleks. Menurut Menurut Sukintaka (1992:11) dengan bermain orang akan dapat mengaktualisasikan potensi aktifitas manusia dalam bentuk gerak, sikap dan tingkah laku, dalam bermain mampu membantu pencapaian tujuan pendidikan dengan sasaran aspek pribadi manusia. Oleh karena itu, sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa karakteristik bermain dalam olahraga baik untuk anak tunagrahita.

### **Simpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan di atas maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode latihan bermain terhadap kemampuan melempar bola dalam permainan bola bocce pada anak tunagrahita, hal ini dibuktikan dari hasil yang diperoleh  $t_{hitung} - 3.658 < 1.71714$  atau  $0.001 < \alpha 0.05$ .

Dari hasil penelitian ini dapat disarankan yakni untuk Guru Penjas khususnya SLB agar mampu menjadikan model bermain menjadi salah satu alternatif baik dalam proses pembelajaran maupun berlatih, sebab anak tunagrahita memiliki pendekatan yang berbeda dengan anak normal pada umumnya. Adalah penting untuk memotivasi dan menciptakan suasana yang menyenangkan dalam tiap proses olahraga. Untuk Pemerintah terkait kiranya dapat memberi perhatian lebih pada pembinaan olahraga pada anak berkebutuhan khusus. Untuk Mahasiswa

maupun peneliti agar dapat melakukan penelitian serupa atau mengembangkan dengan menambahkan variabel karena dunia anak disabilitas memiliki kompleksitas yang unik dan menarik untuk di dalam dalam *research*.

### **Daftar Pustaka**

- Backyard.2016.  
<http://www.backyardbocce.com/backyard-bocce-bead-string-distance-marker>.Online.Akses 15.40.wita
- David Page. 2002. *Coaching Clinic Bocce*. Asia Pacific
- Dayu P. 2013. *Mendidik Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) Hal-hal yang Tidak Bisa Dilakukan Obat*. Jogjakarta: Javalitera
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal pendidikan tinggi.
- Haryanto. 2010. *Diagnosis dan Asesmen Tumbuh Kembang Anak Berkebutuhan Khusus Usia Dini*. Venus Gold Press. Yogyakarta
- Hurlock, Elizabeth B . 2010. *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga
- Ma'mun Amung.2000.*Perkembangan Gerak dan BelajarGerak*. Jakarta: Depdiknas
- Lutan Rusli, 2005. *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori Dan Metode*. Edisi Revisi. Dirjen Depdikbud. Jakarta
- Masari Sulistiyani, Jurnal E-Jupekhu ,Volume 02.2015. *Pengembangan Permainan Fun Target Ball Untuk*

- Pembelajaran Permainan Bola Kecil*. Semarang
- Sartono SST. 2009. *Panduan Permainan Bocce*. Semarang
- Sugiyono. 2008. *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. (1998). *Teori Bermain untuk Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta
- Sumardi. 2014. "Permainan Bola Bocce"  
Jakarta
- \_\_\_\_\_. 2009. "Buku Panduan Cabang Olahraga Bocce Special Olympics".  
Pengurus Pusat Special Olympics  
Indonesia. Jakarta