ISSN. 2775-4324 (Online)

Journal of Physical Activity and Sports

Volume 5, Nomor 2, 2024, 65-73



Tingkat Kemampuan Melempar Bola Pada Permainan Bocce Anak Tuna Grahita Ringan Peserta Didik Putri (SDLB) Negeri Wiradesa Kabupaten Pekalongan

Pandu Kresnapati 1 *, Ibnu Fatkhu Royana², Danang Aji Setyawan³

123 Universitas PGRI Semarang. Jl Gajah Raya No 40, Semarang, 50166, Indonesia.

* Coressponding Author. E-mail: Pandukresnapati@upgris.ac.id, Ibnufatkhuroyana@upgris.ac.id, Danangajisetyawan@upgris.ac.id

Abstract

Special Education is intended for students who experience difficulties in the learning process due to physical, emotional, mental, intellectual, social disorders, or have extraordinary intelligence and talent potential (National Education System Law of 2003). Children with physical, mental, and behavioral disorders generally receive educational services at Special Schools (SLB), which are special schools for children with special needs. This study used a "One Group Pretest - Posttest" design with a sample size of 10 female students in elementary school. Before being given treatment, an initial measurement of gross motor skills was carried out on moderately mentally retarded students at SLB Negeri Wiradesa with light warm-ups. Furthermore, bocce games were given as a treatment to train gross motor skills. After that, re-measurements were carried out to see changes in gross motor skills, which were referred to as final tests. The results of the study showed that bocce games can improve the gross motor skills of moderately mentally retarded students in Physical Education subjects at SLB Negeri Wiradesa, especially for female students.

Keywords: Mentally Disabled, Bocce Game, Female Students

Abstrak

Pendidikan Khusus dirancang untuk siswa yang menghadapi kesulitan belajar karena kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, sosial, atau memiliki kecerdasan dan bakat yang luar biasa (Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Tahun 2003). Anak-anak dengan gangguan fisik, mental, atau perilaku umumnya mendapatkan pendidikan di Sekolah Luar Biasa (SLB), yang melayani siswa dengan kebutuhan khusus. Penelitian ini menggunakan desain "One Group Pretest - Posttest" dengan melibatkan 10 siswi sekolah dasar sebagai sampel. Sebelum diberikan perlakuan, kemampuan motorik kasar siswa tunagrahita sedang di SLB Negeri Wiradesa diukur melalui pemanasan ringan. Kemudian, diberikan intervensi berupa permainan bocce untuk melatih kemampuan motorik kasar. Setelah itu, dilakukan pengukuran ulang untuk menilai perubahan yang terjadi, yang disebut tes akhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan bocce dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa tunagrahita sedang dalam pelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Negeri Wiradesa, terutama pada siswi.

Kata kunci: Tuna Grahita Ringan, Permainan Bocce, Siswa Putri

PENDAHULUAN

Kualitas manusia mencakup tidak hanya aspek mental, moral, karakter, sikap, dan kecerdasan, tetapi juga meliputi kondisi fisik. Kualitas fisik ini sangat berhubungan dengan gerakan atau kemampuan motorik, karena gerakan merupakan aktivitas dasar yang dibutuhkan manusia dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Jika kualitas mental seseorang terganggu,

kemampuan motoriknya juga dapat terdampak, yang mengakibatkan aktivitas menjadi kurang optimal. Setiap orang memiliki kemampuan gerak yang berbeda-beda, tergantung pada kekuatan dan kondisi fisik masing-masing. (Aisyaroh *dkk.*, 2022) Secara umum, perkembangan fisik seseorang berlangsung seiring dengan tahap pertumbuhan. Namun, pada beberapa anak tunagrahita, terdapat hambatan dalam perkembangan fisik yang memengaruhi keterampilan motorik mereka (Maranata *dkk.*, 2023).

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pasal 15, menyebutkan bahwa "jenis pendidikan mencakup pendidikan umum, kejuruan, akademik, profesi, vokasi, keagamaan, dan khusus." Ketentuan ini menunjukkan bahwa Indonesia telah memperhatikan penyediaan pendidikan yang setara bagi individu dengan kebutuhan khusus melalui regulasi tersebut. (Faradina, Psikologi dan Samarinda, 2016) Dalam pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus, Indonesia menyediakan sekolah inklusi dan sekolah luar biasa. Anak berkebutuhan khusus adalah mereka yang mengalami kelainan atau gangguan dalam perkembangan fisik, mental-intelektual, sosial, atau emosional dibandingkan dengan anakanak seusianya, sehingga memerlukan layanan khusus. Mereka membutuhkan perhatian khusus akibat gangguan atau kelainan perkembangan yang dialami. Berkaitan dengan istilah disabilitas, anak berkebutuhan khusus memiliki keterbatasan dalam satu atau lebih kemampuan, baik fisik seperti tunanetra dan tunarungu, maupun psikologis seperti autisme dan ADHD (Dara Gebrina Rezieka, Khamim Zarkasih Putro, 2017). Mata pelajaran Pendidikan Jasmani sering kali dianggap sebagai pelajaran yang lebih fokus pada aspek psikomotor atau keterampilan gerak. Melalui keterampilan gerak ini, siswa akan diajarkan atau memperoleh pengetahuan yang berkaitan dengan aspek kognitif. Selain itu, keterampilan gerak yang diajarkan juga menanamkan nilai-nilai sosial, seperti disiplin, tanggung jawab, dan sportifitas, yang termasuk dalam aspek afektif (Indra, Kresnapati dan Widiyatmoko, 2020).

Menurut Kementerian Pemberdayaan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah anak yang memiliki keterbatasan atau keistimewaan dalam aspek fisik, mental-intelektual, sosial, atau emosional, yang secara signifikan memengaruhi pertumbuhan atau perkembangan mereka dibandingkan dengan anakanak lain seusianya (Stit Labuhanbatu, Di dan Negeri, 2020). Anak tunagrahita sedang merupakan salah satu kategori tunagrahita dengan IQ berkisar antara 36-51 berdasarkan Skala Binet dan 40-54 menurut Skala Weschler (WISC). Anak-anak dalam kelompok ini mengalami kesulitan dalam mempelajari keterampilan akademik, seperti menulis, membaca, dan berhitung, namun masih dapat belajar keterampilan membaca dan menulis yang bersifat sosial,

seperti menulis nama atau alamat rumah mereka sendiri. (Soendari, 2017). Hal serupa juga diungkapkan bahwa anak tunagrahita didefinisikan sebagai kondisi "retardasi mental yang mengacu pada kemampuan intelektual secara umum yang jauh di bawah rata-rata, disertai dengan kesulitan dalam perilaku adaptif yang muncul selama masa perkembangan." Definisi ini menyoroti bahwa tunagrahita adalah kondisi kompleks yang ditandai oleh keterbatasan intelektual yang signifikan serta kesulitan dalam perilaku adaptif, yang terjadi selama periode perkembangan anak. (Andayani, 2016).

(Kiranida, 2019) Motorik mengacu pada segala sesuatu yang berhubungan dengan gerakan tubuh. Dalam perkembangan motorik, otot, saraf, dan otak memiliki peran utama yang saling terintegrasi. Ketiga elemen ini bekerja secara sinergis, saling mendukung, berhubungan, dan melengkapi satu sama lain untuk mencapai kondisi motorik yang lebih optimal. (Erwanda dan Sutapa, 2023) Kemampuan motorik dapat dikelompokkan menjadi tiga jenis, yaitu: 1. Kemampuan lokomotor, yang melibatkan gerakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, seperti berjalan, berlari, melompat, dan menggelincir. 2. Kemampuan nonlokomotor, yang mencakup gerakan yang dilakukan tanpa menggeser tubuh dari posisinya, seperti menekuk, meregang, mendorong, menarik, berjalan di tempat, melompat di tempat, berdiri dengan satu kaki, dan mengayunkan kaki secara bergantian. 3. Kemampuan manipulatif, yang berkaitan dengan keterampilan mengendalikan objek menggunakan tangan dan kaki, seperti melempar, memukul, menendang, menangkap, memutar tali, memantulkan, atau menggiring bola. (Muarifah dan Nurkhasanah, 2019) Keterampilan motorik adalah serangkaian gerakan fisik yang dilakukan secara berurutan dengan koordinasi yang terintegrasi antara berbagai bagian tubuh. Sementara itu, ranah psikomotorik merujuk pada domain yang berkaitan dengan keterampilan atau kemampuan beraksi setelah seseorang menjalani pengalaman belajar tertentu. (Kresnapati, 2022).

Aspek perkembangan fisik-motorik mencakup pertumbuhan fisik, keterampilan motorik kasar, dan keterampilan motorik halus. Pada usia 4 tahun, keterampilan motorik halus seharusnya semakin berkembang. Motorik halus melibatkan gerakan yang menggunakan otototot kecil. Perkembangan motorik halus merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi besar terhadap kemampuan akademik anak di tingkat pendidikan dasar. Keterampilan motorik tidak hanya melibatkan kemampuan untuk menggabungkan gerakan fisik, tetapi juga memerlukan aktivitas mental atau kognitif untuk mencapai koordinasi gerakan yang terintegrasi, yang dikenal sebagai kemampuan psikomotorik. Pengembangan kemampuan

psikomotorik dan gerakan yang kompleks membutuhkan waktu yang cukup lama, latihan yang konsisten, dan kesabaran. (Istiqomah, 2019) Aspek perkembangan motorik merupakan salah satu elemen yang dapat mengintegrasikan perkembangan aspek-aspek lainnya. Perkembangan fisik motorik mengacu pada kematangan dan kemampuan dalam mengontrol gerakan tubuh. Aspek fisik ini memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan anak, baik secara langsung maupun tidak langsung.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif (Sirajuddin, 2019), yang Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kondisi suatu objek, yaitu tingkat kemampuan melempar pada anak tunagrahita ringan di Sekolah Luar Biasa Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan. Pendekatan kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan pada filsafat positivisme, ditujukan untuk menganalisis populasi atau sampel tertentu dengan memanfaatkan instrumen penelitian untuk pengumpulan data, serta menerapkan analisis data yang berbasis kuantitatif atau statistik. Variabel dalam penelitian merujuk pada segala sesuatu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari guna memperoleh informasi mengenai suatu hal, yang kemudian digunakan untuk menarik Kesimpulan (DeLuca *dkk.*, 2023). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk diteliti, dan dari situ diambil kesimpulan. Dalam penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan dari seluruh populasi, yaitu anak-anak tunagrahita yang bersekolah di Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan, dengan kriteria siswa putri berjumlah 10 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan kemampuan melempar bola dalam permainan bocce pada anak tunagrahita ringan dalam pelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini berlangsung selama satu bulan dan melibatkan 10 siswi. Pengukuran peningkatan kemampuan motorik kasar dilakukan dua kali, yaitu sebelum dan setelah pemberian permainan bocce. Data yang diperoleh digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Hasil penelitian dianalisis menggunakan metode deskriptif kuantitatif dan disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 1. Skor Tes Awal Hasil Tes Kemampuan Dasar Pada Siswa Putri Tunagrahita Ringan Sebelum Penerapan Permainan Bocce

No	Kode Siswa	Tes Skor Awal	No	Kode Siswa	Tes Skor Awal
1	R-IS	1	6	R-ZP	2
2	R-MDA	1	7	R-F	1
3	R-NZA	1	8	R-BS	1
4	R-PJ	2	9	R-RSA	1
5	R-RA	1	10	R-DA	1

Sumber. Observasi Awal. 2024

Berdasarkan tabel di atas, terdapat 10 siswi yang rata-rata memperoleh skor 1 sebanyak 8 orang dan skor 2 sebanyak 2 orang. Dari hasil tes tersebut, jumlah skor yang diperoleh kemudian dikonversi menjadi standar nilai 100 dengan menggunakan rumus yang telah ditetapkan sebelumnya pada BAB III. Jika ditetapkan, hasilnya dapat dilihat pada perhitungan berikut:

Nilai (siswa N) x 100 = Skor yang diperoleh/skor maksimal x 100

Berdasarkan hasil perhitungan terhadap skor gerakan motorik kasar yang diperoleh oleh siswa tunagrahita ringan dalam materi Pendidikan Jasmani di Sekolah Luar Biasa Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan, nilai dari 10 siswi tunagrahita ringan tersebut disajikan dalam tabel 4.4 berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Tes Hasil Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa Putri Tunagrahita Ringan Materi Pendidikan Jasmani (SLB) Sekolah Luar Biasa Negeri Wiradesa Kabupaten Pekalongan Sebelum Penerapan Permainan Bocce

No	Kode Siswa	Nilai	Kategori	No	Kode Siswa	Nilai	Kategori
1	R-IS	10	Tidak Mampu	6	R-ZP	20	Tidak Mampu
2	R-MDA	10	Kurang Mampu	7	R-F	10	Tidak Mampu
3	R-NZA	20	Kurang Mampu	8	R-BS	10	Tidak Mampu
4	R-PJ	10	Tidak Mampu	9	R-RSA	10	Kurang Mampu
5	R-RA	10	Tidak Mampu	10	R-DA	10	Tidak Mampu

Sumber, Observasi Awal, 2024

Berdasarkan hasil analisis yang ditampilkan pada tabel di atas, diperoleh data mengenai kemampuan motorik kasar siswi tunagrahita ringan dalam pelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan, sebelum penerapan permainan bocce.

Sebanyak 8 siswi memperoleh nilai 10 dengan kategori "Tidak Mampu," sedangkan 2 siswi mendapatkan nilai 20 dengan kategori "Kurang Mampu." Dari skor kemampuan motorik kasar 10 siswi tersebut, mayoritas masih tergolong dalam kategori "Tidak Mampu.

"Tabel 3. Skor Tes Akhir Hasil Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa Putri Tunagrita Ringan Setelah Penerapan Permainan Bocce

No	Kode Siswa	Tes Skor Awal	No	Kode Siswa	Tes Skor Awal
1	R-IS	3	6	R-ZP	4
2	R-MDA	3	7	R-F	3
3	R-NZA	2	8	R-BS	3
4	R-PJ	3	9	R-RSA	3
5	R-RA	3	10	R-DA	2

Sumber. Data Penelitian 2024

Berdasarkan tabel di atas, terdapat 10 siswi dengan peningkatan skor yang bervariasi. Dua siswi mengalami peningkatan skor sebesar 2, sedangkan 7 siswi memperoleh peningkatan skor sebesar 3, dan 1 siswi mengalami peningkatan skor sebesar 4. Hasil tes tersebut kemudian dikonversi ke dalam standar nilai 100 menggunakan rumus yang telah ditentukan sebelumnya, yaitu:

Nilai (siswa N) x 100 = Skor yang diperoleh / Skor maksimal x 100.

Berdasarkan perhitungan skor kemampuan motorik kasar yang diperoleh oleh siswa tunagrahita ringan dalam pelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan, nilai dari 10 siswi tunagrahita ringan tersebut disajikan dalam tabel 4.7 berikut.

Tabel 4. Kategorisasi Tes Hasil Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa Putri Tunagrahita Ringan Setelah Penerapan Permainan Bocce

No	Kode Siswa	Nilai	Kategori	No	Kode Siswa	Nilai	Kategori
1	R-IS	30	Cukup Mampu	6	R-ZP	40	Mampu
2	R-MDA	30	Cukup Mampu	7	R-F	30	Cukup Mampu
3	R-NZA	20	Kurang Mampu	8	R-BS	30	Cukup Mampu
4	R-PJ	30	Cukup Mampu	9	R-RSA	30	Cukup Mampu
5	R-RA	30	Cukup Mampu	10	R-DA	20	Tidak Mampu

Sumber. Data Penelitian. 2024

Berdasarkan hasil analisis yang ditampilkan pada tabel di atas, diperoleh data mengenai kemampuan motorik kasar siswi tunagrahita ringan dalam pelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan setelah penerapan permainan bocce. Dua siswi memperoleh nilai 20 dengan kategori "Tidak Mampu," sedangkan 7 siswi mendapatkan nilai 30 dalam kategori "Cukup Mampu." Selain itu, 1 siswi memperoleh nilai 40 dalam kategori "Mampu." Dari hasil tersebut, mayoritas siswi berada dalam kategori "Cukup Mampu" dalam menerapkan permainan bocce.

Tabel 5. Perbandingan Hasil Kemampuan Motorik Kasar Siswa Putri Tunagrita Ringan Materi Pendidikan Jasmani (SLB) Sekolah Luar Biasa Negeri Wiradesa Kabupaten Pekalongan Sebelum dan Setelah Penerapan Permainan Bocce.

No	Kode Siswa	Tes Skor Awal	Kategori	Tes Skor Akhir	Kategori
1	R-IS	10	Kurang	30	Baik
2	R-MDA	10	Kurang	30	Baik
3	R-NZA	20	Kurang	20	Kurang
4	R-PJ	10	Kurang	30	Baik
5	R-RA	10	Kurang	30	Baik
6	R-ZP	20	Kurang	40	Baik Sekali
7	R-F	10	Kurang	30	Baik
8	R-BS	20	Kurang	30	Baik
9	R-RSA	10	Kurang	30	Baik
10	R-DA	10	Kurang	20	Kurang

Sumber. Analisis Data. 2024

Berdasarkan data pada tabel 5, dapat dijelaskan bahwa baik secara umum maupun individual, kemampuan motorik kasar siswi tunagrahita mengalami peningkatan yang signifikan. Peningkatan ini terlihat dari hasil tes awal dan tes setelah penerapan permainan bocce dalam pelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan. Dari 10 siswi, 7 mengalami peningkatan dengan rata-rata nilai mencapai 30 dan termasuk dalam kategori "Baik." Satu siswi mendapatkan rata-rata nilai 40, yang masuk dalam kategori "Baik Sekali." Sementara itu, 2 siswi lainnya meningkat dengan nilai 20, yang masih tergolong dalam kategori "Kurang."

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada siswa tunagrahita ringan di Sekolah Luar Biasa Negeri Wiradesa, Kabupaten Pekalongan, setelah diberikan aktivitas permainan bocce, terutama pada siswi. Saran dalam penelitian ini adalah agar saat menerapkan permainan, dilakukan secara bertahap dengan memperhatikan waktu pelaksanaan dan karakteristik peserta didik. Hal ini penting mengingat sampel dalam penelitian melibatkan peserta didik yang memerlukan perlakuan khusus dalam pembelajaran anak tunagrahita di satuan pendidikan sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyaroh, N. dkk. (2022) "TREND PENELITIAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI INDONESIA DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI : LITERATURE REVIEW."
- Andayani, R. (2016) "METODE DRILL BERMEDIA FLASH CARD UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN PRAKTIK CUCI TANGAN PAKAI SABUN PADA ANAK TUNAGRAHITA," *Journal of Health Education*, 1(1), hal. 37–43.
- Dara Gebrina Rezieka, Khamim Zarkasih Putro, M.F. (2017) "FAKTOR PENYEBAB ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DAN KLASIFIKASI ABK," *UNP*, 5(1), hal. 40–53.
- DeLuca, C. dkk. (2023) Learning to Assess. Tersedia pada: https://doi.org/10.1007/978-981-99-6199-3_8.
- Erwanda, D.R. dan Sutapa, P. (2023) "Pengembangan Media Permainan Tradisional Gobak Sodor untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), hal. 3323–3334. Tersedia pada: https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4562.
- Faradina, N., Psikologi, P.S. dan Samarinda, U.M. (2016) "Penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus," 4(1), hal. 18–23.

- Indra, M.I.I., Kresnapati, P. dan Widiyatmoko, F.A. (2020) "Persepsi Guru Penjas Terhadap Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19 Pada SMA Negeri Se-Kabupaten Jepara," *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 1(1), hal. 1–9. Tersedia pada: https://doi.org/10.53869/jpas.v1i1.1.
- Istiqomah, H. (2019) "Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Sekolah Dasar Dalam Proses Pembelajaran," *Jurnal PGMI*, 11(2), hal. 155–168. Tersedia pada: http://journal.uinmataram.ac.id/index.php/.
- Kiranida, O. (2019) "Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes," *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), hal. 318–328. Tersedia pada: https://ejournal.bbg.ac.id/tunasbangsa/article/download/969/906/.
- Kresnapati, P. (2022) "Meningkatkan Keseimbangan Tubuh Anak Tunagrahita Melalui Modifikasi Permainan Puzzle," *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 7(2), hal. 87–100. Tersedia pada: https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jscpe/article/view/61229.
- Maranata, G. dkk. (2023) "PENANGANANBAGI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS, (TUNA GRAHITA)," Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora, 2(3), hal. 11210–11217.
- Muarifah, A. dan Nurkhasanah, N. (2019) "Identifikasi Keterampilan Motorik Halus Anak," *Journal of Early Childhood Care and Education*, 2(1), hal. 14. Tersedia pada: https://doi.org/10.26555/jecce.v2i1.564.
- Sirajuddin (2019) *Analisis Data Kualitatif*. Penerbit Pustaka Ramadhan, Bandung. Tersedia pada: https://core.ac.uk/download/pdf/228075212.pdf.
- Soendari, N.A. dan T. (2017) "Meningkatkan Kemampuan Berbicara pada Anak Tunagrahita Sedang melalui Media Gambar di SLB B-C YPLAB Kota Bandung," *Jassi*, 18, hal. 47–54
- Stit Labuhanbatu, I., Di, R. dan Negeri, S.D. (2020) "ANALYSIS OF INTELLECTUAL ABILITY OF MENTALLY MILD DISABLED CHILDREN IN DEMAKIJO STATE ELEMENTARY 1)," *Jurnal Pendidikan*, 12(1).