



KETERAMPILAN GERAK DASAR ANAK TUNA GRAHITA RINGAN

Fredi Tri Widiyanto✉

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia.

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Januari 2012

Disetujui Februari 2012

Dipublikasikan Agustus 2012

Keywords:

the motion of association

skills

mental dissability

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah bagaimana keterampilan gerak dasar anak tunagrahita ringan di Sekolah Menengah Pertama Luar Biasa Negeri Semarang tahun 2010/2011. Metode pengumpulan data dengan menggunakan metode tes. Data-data tersebut dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif yaitu dengan mencari rata-rata dari masing-masing kelompok sesuai dengan tingkat pendidikannya. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kemampuan siswa kelas 7 dalam melakukan tes zig-zag run mempunyai rata-rata t-score 51,33 masuk dalam kategori sedang, tes standing broad jump mempunyai rata-rata t-score 35 masuk dalam kategori sedang, dan tes medicine ball mempunyai rata-rata t-score 21 masuk dalam kategori sedang. Unsur mental sangat berpengaruh pada pencapaian tingkat keterampilan gerak dasar seorang anak. Kesimpulan penelitian ini adalah hasil tes keterampilan gerak dasar yang diperoleh dari siswa SMPLB Negeri Semarang bagian C ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kurangnya kemampuan siswa dalam memahami perintah atau instruksi yang diberikan peneliti dan kurangnya kecepatan siswa untuk merespon stimulus yang datang dari luar, sehingga hasil tes keterampilan gerak dasar siswa kurang maksimal.

Abstract

The purpose of this study is how the child's basic motor skills in the light Tunagrahita Junior High School Extraordinary Semarang State 2010/2011. Data collection by using the test method. The data was analyzed using descriptive statistical analysis is to find the average of each group according to the level of education. Based on the research results can be seen that the ability of students in grade 7 in a zig-zag test run had an average t-score of 51.33 in the category of being, standing broad jump test has an average of 35 t-score in the category of being, and medicine ball test has an average t-score of 21 in the category of being. Mental element is very influential in the achievement levels of basic motor skills of a child. Conclusions of this study is the basic movement skills test results obtained from Semarang State student section C SMPLB is influenced by several factors, including the lack of students' skills in understanding the commands or instructions given researchers and students lack the speed to respond to the stimulus that comes from outside, so basic motor skills test results of students less than the maximum.

Pendahuluan

Berkaitan dengan pendidikan jasmani, perlu ditegaskan bahwa siswa yang memiliki kecacatan mempunyai hak yang sama dengan semua yang tidak cacat dalam memperoleh pendidikan dan pembelajaran pada setiap jenjang pendidikan (Aip Syarifudin, 1979). Para siswa yang cacat, sesuai dengan kecacatannya, akan memperoleh pembinaan melalui pendidikan jasmani yang menjadi tugas utama para guru penjas. Layanan tersebut diberikan secara khusus kepada anak cacat sebab mereka juga merupakan anak bangsa yang menjadi harapan orang tua, bangsa dan negara (Beltasar Tarigan, 2000).

Pendidikan jasmani adaptif sangat perlu diberikan kepada anak-anak berkebutuhan khusus, karena ini dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, perkembangan gerak, sosial dan intelektualnya (Abdul Kadir Ateng, 1992) Selain itu tujuan diberikannya pendidikan jasmani untuk anak-anak berkebutuhan khusus adalah untuk menanamkan nilai-nilai dan sikap positif terhadap keterbatasan kemampuan baik dari segi fisik maupun mentalnya, sehingga mereka mampu bersosialisasi dengan lingkungan, memiliki rasa percaya diri dan harga diri (Beltasar Tarigan, 2000).

Dalam pendidikan jasmani sangat erat kaitannya dengan belajar gerak, dimana melakukan gerak yang seefektif mungkin (Amung Ma'mun dan M. Saputra Yudha, 2000). Dasar gerak yang baik akan meningkatkan fungsi organ tubuh menjadi baik, berarti anak mengalami perkembangan dalam melakukan tugas-tugas gerak. Perkembangan kemampuan gerak ini berarti juga harus dikembangkan keterampilan geraknya atau meningkatkan kemampuan tekniknya (Sukintaka, 1992; John, Barry L. Dan Nelson, Jack K, 1979)

Gerakan yang dilakukan oleh semua orang merupakan kegiatan yang bersifat psikomotor (Yanuar Kiram, 1992). Domain psikomotor diklasifikasikan menjadi 6 tingkat, yaitu (1) gerak reflek, (2) gerak dasar fundamental, (3) kemampuan perseptual, (4) kemampuan fisik, (5) gerak keterampilan, (6) komunikasi non dikusif (Sugiyanto, 2008). Dari keenam domain psikomotor tersebut yang akan dibahas adalah gerak dasar fundamental.

Gerak dasar fundamental adalah gerakan-gerakan dasar yang berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak-anak (Arif Nurokhman, 2004). Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan refleksi yang sudah dimiliki sejak lahir. Gerak

dasar fundamental dapat disempurnakan melalui proses berlatih yaitu dalam bentuk latihan berulang-ulang (Rusli Lutan, 2003).

SLB Negeri Semarang merupakan salah satu SLB di Jawa Tengah yang peduli terhadap pentingnya pendidikan bagi anak cacat terutama bagi anak tunagrahita atau cacat mental. Selain itu SLB Negeri Semarang juga mempunyai prestasi yang cukup bagus, baik di bidang kependidikan maupun non kependidikan. SLB Negeri Semarang merupakan wadah bagi anak-anak berkebutuhan khusus untuk mendapatkan pendidikan seperti anak normal. Di sini anak-anak berkebutuhan khusus dapat mengembangkan bakat yang dimilikinya.

Anak tunagrahita yang memiliki prestasi baik dalam bidang olahraga akan disalurkan untuk mengikuti ajang-ajang olahraga yang khusus diperuntukkan anak-anak tunagrahita. Ajang olahraga tersebut diantaranya adalah Spesial Olympic Indonesia (SOIna). SOIna merupakan wadah bagi anak-anak tunagrahita untuk menyalurkan bakat olahraga yang dimilikinya. SOIna memiliki 7 cabang olahraga yang dipersiapkan untuk anak tunagrahita, diantaranya adalah sepakbola, bola basket, bulu tangkis, tenis meja, renang (25 meter gaya bebas, 50 meter gaya bebas, 100 meter gaya bebas, 25 meter gaya dada, 50 meter gaya dada, 100 meter gaya dada), atletik (lari sprint, lari estafet, lempar bola softball, lompat jauh), dan bocce (Aip Syarifudin, 1980/1981).

Setelah mencermati dari latar belakang tersebut di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti adalah bagaimana keterampilan gerak dasar anak cacat tuna grahita ringan di Sekolah Menengah Pertama Luar Biasa Negeri Semarang tahun 2010/2011

Metode

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode survei. Metodologi dalam suatu penelitian harus tepat dan sesuai dengan tujuan serta dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya secara ilmiah. Metodologi penelitian sebagaimana kita kenal memberikan garis-garis yang sangat cermat dan mengajukan syarat-syarat keras.

Data adalah hasil pencatatan penelitian, baik berupa fakta ataupun angka (Suharsimi Arikunto, 2006). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan dokumentasi.

Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, ke-

mampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok (Suharsimi Arikunto, 2006). Dokumentasi adalah metode pengumpulan data mengenai suatu hal yang dapat berupa catatan, transkrip, lengger dan sebagainya. (Suharsimi Arikunto, 2006).

Dalam penggunaan analisis data dapat dilakukan dengan 2 jenis yaitu analisis statistik dan analisis non statistik. Dalam suatu penelitian seorang peneliti bisa memakai salah satu dari analisis tersebut. Dalam penelitian ini karena data-data yang terkumpul berupa angka-angka maka peneliti menggunakan analisis statistik. Dengan analisis statistik maka tingkat obyektifitas hasil penelitian akan lebih terjamin. Analisis statistik dapat memberikan efisiensi dan efektifitas kerja karena dapat membuat bentuk data lebih ringkas (Sutrisno Hadi, 2000).

Data yang dianalisis yaitu data yang diperoleh dari tes kemampuan gerak umum. Data-data tersebut dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif yaitu dengan mencari rata-rata dari masing-masing kelompok dan perbedaan jenis kelamin dengan item gerak masing-masing.

Untuk mengetahui uji tes keterampilan gerak dasar, langkah berikutnya adalah menghitung rata-rata jumlah skor tes *zig-zag run*, *standing broad jump*, *medicine ball* sebagai kemampuan gerak dasar (Eri Pratiknyo Dwikuworo, 2000)

HASIL DAN Pembahasan

Pengukuran keterampilan gerak dasar siswa dalam penelitian ini dilakukan melalui 3 jenis pengujian yaitu *zig-zag run*, *standing broad jump* dan *medicine ball*. Selanjutnya data hasil penelitian dibandingkan dengan standar kategori yang ditetapkan berdasarkan standar deviasai hasil analisis data penelitian.

Adapun hasil analisis data dalam penelitian ada pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Kemampuan Gerak Dasar

	Tes		
	<i>Zig-Zag Run</i> (detik)	<i>Standing Broad Jump</i> (inche)	<i>Medicine Ball</i> (feet)
Kelas 7			
Mean	51.3333	35.0000	21.0000
Std. Deviation	13.68872	13.88730	2.80306
Range	50.00	45.00	10.00
Minimum	25.00	20.00	20.00
Maximum	75.00	65.00	30.00
Kelas 8			
Mean	46.1111	30.5556	21.1111
Std. Deviation	19.64971	14.88381	2.20479
Range	55.00	40.00	5.00
Minimum	20.00	20.00	20.00
Maximum	75.00	60.00	25.00
Kelas 9			
Mean	37.5000	25.8333	20.8333
Std. Deviation	6.89202	7.35980	2.04124
Range	15.00	15.00	5.00
Minimum	30.00	20.00	20.00
Maximum	45.00	35.00	25.00

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, maka dapat ditentukan kategori untuk masing-masing kelas mengenai kemampuan gerak dasar siswa, yaitu pada Tabel 2.

Tabel 2. Kategori Pengukuran Kemampuan Siswa

Kelas 8			
Sangat baik	81,48 - 105,06	57,34 - 75,20	25,07 - 27,71
Baik	57,90 - 81,48	39,49 - 57,34	22,43 - 25,07
Sedang	34,32 - 57,90	21,63 - 39,49	19,79 - 22,43
Kurang	10,74 - 34,32	3,78 - 21,63	17,15 - 19,79
Kurang sekali	-12,84 - 10,74	-14,08 - 3,78	14,51 - 17,15
Kelas 9			
sangat baik	49,90 - 58,17	39,08 - 47,91	24,50 - 26,95
Baik	41,63 - 49,90	30,25 - 39,08	22,05 - 24,50
sedang	33,37 - 41,63	21,41 - 30,25	19,61 - 22,05
kurang	25,10 - 33,37	12,58 - 21,41	17,16 - 19,61
kurang sekali	16,83 - 25,10	3,75 - 12,58	14,71 - 17,16

Berdasarkan data hasil penelitian pada Tabel 2 di atas diketahui bahwa kemampuan siswa kelas 7 dalam melakukan *zig-zag run*, *standing broad jump* dan *medicine ball* siswa kelas 7 termasuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan data hasil penelitian pada tabel di atas diketahui bahwa kemampuan siswa kelas 8 dalam melakukan *zig-zag run*, *standing broad jump* dan *medicine ball* siswa kelas 8 termasuk dalam kategori sedang.

Adapun kemampuan siswa tersebut dapat diketahui dari distribusi persentase tingkat kemampuan pada tabel 3.

Kemampuan siswa mengenai hal tersebut dapat diketahui dari tes kemampuan gerak dasar yang terdiri dari *zig-zag run*, *standing broad jump* dan *medicine ball*. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kemampuan siswa kelas 7 dalam melakukan tes *zig-zag run* mempunyai rata-rata T-Score 51,33 dan masuk dalam kategori sedang. Bila dilihat dari T-Score tiap individu siswa kelas 7 dalam melakukan tes *zig-zag run* 31,25% masuk dalam kategori baik, 37,5% masuk dalam kategori sedang, dan 31,25% masuk dalam kategori kurang. Kemampuan siswa kelas 7 dalam melakukan tes *standing broad jump* mempunyai rata-rata T-Score 35 dan masuk dalam kategori sedang. Bila dilihat dari T-Score tiap individu siswa kelas 7

dalam melakukan tes *standing broad jump* 18,75% masuk dalam kategori baik, 50% masuk dalam kategori sedang, dan 31,25% masuk dalam kategori kurang. Sedangkan kemampuan siswa kelas 7 dalam melakukan tes *medicine ball* mempunyai rata-rata T-Score 21 dan masuk dalam kategori sedang. Bila dilihat dari T-score tiap individu siswa kelas 7 dalam melakukan tes *medicine ball* 6,25% masuk dalam kategori sangat baik, 6,25% masuk dalam kategori baik, dan 87,5% masuk dalam kategori sedang.

Kemampuan siswa kelas 8 dalam melakukan tes *zig-zag run* mempunyai rata-rata T-Score 46,11 dan masuk dalam kategori sedang. Bila dilihat dari T-Score tiap individu siswa kelas 8 dalam melakukan tes *zig-zag run* 33,33% masuk dalam kategori baik, 33,33% masuk dalam kategori sedang, dan 33,33% masuk dalam kategori kurang. Kemampuan siswa kelas 8 dalam melakukan tes *standing broad jump* mempunyai rata-rata T-Score 30,56 dan masuk dalam kategori sedang. Bila dilihat dari T-Score tiap individu siswa kelas 8 dalam melakukan tes *standing broad jump* 11,11% masuk dalam kategori baik, 33,33% masuk dalam kategori sedang, dan 55,56% masuk dalam kategori kurang. Sedangkan kemampuan siswa kelas 8 dalam melakukan tes *medicine ball* mempunyai rata-rata T-Score 21,11 dan masuk dalam

Tabel 3. Deskripsi Persentase Kemampuan Siswa

Kriteria	<i>Zigzag Run</i> (detik)	<i>Standing Broad Jump</i> (inche)	<i>Medicine Ball</i> (feet)
Kelas 7			
Sangat baik	0,00%	0,00%	6,25%
Baik	31,25%	18,75%	6,25%
Sedang	37,50%	50,00%	87,50%
Kurang	31,25%	31,25%	0,00%
Sangat kurang	0,00%	0,00%	0,00%
Kelas 8			
Sangat baik	0,00%	0,00%	11,11%
Baik	33,33%	11,11%	0,00%
Sedang	33,33%	33,33%	88,89%
Kurang	33,33%	55,56%	0,00%
Sangat kurang	0,00%	0,00%	0,00%
Kelas 9			
Sangat baik	16,67%	0,00%	16,67%
Baik	16,67%	33,33%	0,00%
Sedang	0,00%	16,67%	83,33%
Kurang	66,67%	50,00%	0,00%
Sangat kurang	0,00%	0,00%	0,00%

kategori sedang. Bila dilihat dari *T-Score* tiap individu siswa kelas 8 dalam melakukan tes *medicine ball* 11,11% masuk dalam kategori sangat baik dan 88,89% masuk dalam kategori sedang.

Kemampuan siswa kelas 9 dalam melakukan tes *zig-zag run* mempunyai rata-rata *T-Score* 37,5 dan masuk dalam kategori sedang. Bila dilihat dari *T-Score* tiap individu siswa kelas 9 dalam melakukan tes *zig-zag run* 16,67% masuk dalam kategori sangat baik, 16,67% masuk dalam kategori baik, dan 66,67% masuk dalam kategori kurang. Kemampuan siswa kelas 9 dalam melakukan tes *standing broad jump* mempunyai rata-rata *T-Score* 25,83 dan masuk dalam kategori sedang. Bila dilihat dari *T-score* tiap individu siswa kelas 9 dalam melakukan tes *standing broad jump* 33,33% masuk dalam kategori baik, 16,67% masuk dalam kategori sedang, dan 50% masuk dalam kategori kurang. Kemampuan siswa kelas 9 dalam melakukan tes *medicine ball* mempunyai rata-rata *T-Score* 20,83 dan masuk dalam kategori sedang. Bila dilihat dari *T-Score* tiap individu siswa kelas 9 dalam melakukan tes *medicine ball* 16,67% masuk dalam kategori sangat baik dan 83,33% masuk dalam kategori sedang.

Dalam penelitian ini ada beberapa faktor yang mempengaruhi hasil tes keterampilan gerak dasar yang dilakukan di SMPLB Negeri Semarang bagian C. Diantaranya adalah kemampuan siswa SMPLB Negeri Semarang bagian C untuk memahami perintah atau instruksi yang diberikan oleh peneliti masih kurang. Jadi para siswa mengalami kesulitan untuk melakukan tes keterampilan gerak dasar yang diberikan oleh peneliti. Kecepatan siswa SMPLB Negeri Semarang bagian C dalam merespon stimulus dari luar juga masih kurang. Contohnya pada saat melakukan tes *zig-zag run*, apabila mendengar peluit siswa harus sesegera mungkin berlari mengikuti pola yang telah dibuat, tetapi di sini siswa terlambat dalam merespon stimulus dari peluit tersebut, hal itu dapat mempengaruhi hasil tes *zig-zag run* yang dilakukan oleh para siswa sehingga hasilnya kurang maksimal. Kemampuan siswa yang kurang tersebut disebabkan oleh tingkat keterbelakangan mental yang disandang mereka. Jadi dalam penelitian ini, peneliti harus selalu memberikan contoh gerakan yang akan dilakukan pada setiap siswa dan langsung melakukan evaluasi jika ada siswa yang melakukan kesalahan.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah hasil tes keterampilan gerak dasar yang diperoleh dari siswa SMPLB Negeri Semarang bagian C ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kurangnya kemampuan siswa dalam memahami perintah atau instruksi

yang diberikan peneliti dan kurangnya kecepatan siswa untuk merespon stimulus yang datang dari luar, sehingga hasil tes keterampilan gerak dasar siswa kurang maksimal. Hal itu disebabkan oleh keterbelakangan mental yang disandang oleh para siswa.

Simpulan

Dilihat dari hasil dan faktor-faktor yang mempengaruhi tes keterampilan gerak di atas, maka dapat disimpulkan bahwa unsur mental sangat berpengaruh terhadap performa fisik dan pencapaian keterampilan gerak dasar seorang anak.

Ucapan Terimakasih

Kepala sekolah SMPLB Negeri Semarang atas ijin penelitian.

Siswa SMPLB Negeri Semarang bagian C atas kerja samanya selama penelitian.

Daftar Pustaka

- Abdul Kadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdikbud
- Aip Syarifudin. 1979. *Olahraga untuk SGPLB*. Jakarta : Depdikbud
- _____. 1980/1981. *Olahraga Pendidikan untuk Anak-anak Lemah Ingatan*. Jakarta : Depdikbud
- Amung Ma'mun dan M. Saputra Yudha. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdiknas
- Arif Nurokhman. 2004. *Survei Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Siswa Kelas V dan VI SD Se-Kecamatan Bojongsari Kabupaten Purbalingga tahun Ajaran 2004*. UNNES : SKRIPSI
- Beltasar Tarigan. 2000. *Penjaskes Adaptif*. Jakarta : Depdikbud
- Eri Pratiknyo Dwikuworo. 2000. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Semarang : Fakultas Ilmu Keolahragaan
- John, Barry L. Dan Nelson, Jack K. 1979. *Practical Measurement for Evaluation in Physical Education*. Minneapolis, Minnesota : Burgess publishing company
- Rusli Lutan. 2003. *Asas-asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta : Depdiknas
- Sugiyanto. 2008. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Suhasimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta : Rineka Cipta
- Sukintaka. 1992. *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjaskes*. Jakarta : Depdikbud
- Sutrisno Hadi. 2000. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta : Andi Offset
- Yanuar Kiram. 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta : Dirjen Dikti