

## Efektivitas Terapi dengan Pemberian Teknik Dasar Futsal untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar pada Tuna Grahita Ringan

Ricky Teguh Budiyanto, Anies Setiowati, Sugiarto

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Diterima: 13 Agustus 2017. Disetujui: 28 Oktober 2017. Dipublikasikan: 1 Desember 2017

**ABSTRAK** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas terapi dengan pemberian teknik dasar futsal untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar pada tuna grahita ringan. Metode penelitian menggunakan pre-experimental dengan one group pretest posttest design. Variabel penelitian yaitu (1) variabel bebas: pemberian latihan teknik dasar futsal. (2) variabel terikat: keterampilan motorik kasar. Populasi berjumlah 12 orang dengan menggunakan teknik total sampling sehingga diperoleh 12 sampel. Instrumen Penelitian menggunakan Tes keterampilan gerak dasar. Loncat tanpa Awalan, Dribbling zig-zag Run, zig-zag Run. Penelitian dilakukan pada 10 Maret 2017 sampai 17 April 2017. Teknik analisis data diperoleh dengan program SPSS versi 16. Hasil tes keterampilan gerak dasar meloncat tanpa awalan mempunyai nilai  $p=0.000$ . Dribbling zig-zag run  $p=0.000$ . zig-zag run  $p=0.002$ , semua data tersebut mempunyai nilai  $p<0.05$  sehingga data perbedaan yang signifikan dari hasil tes keterampilan gerak dasar sebelum dan sesudah di beri perlakuan. Simpulan penelitian adalah pemberian latihan teknik dasar futsal efektif meningkatkan keterampilan motorik kasar pada tuna grahita ringan. Saran yang diberikan yaitu inovasi dalam pemberian materi pembelajaran gerak sangat diperlukan agar tujuan pengembangan motorik kasar anak tuna grahita dapat tercapai.

**Kata kunci:** Motorik Kasar, Futsal, Tuna Grahita, Terapi

**ABSTRACT** The purpose of this research is to know the effectiveness of therapy with the giving of futsal basic technique to improve the crude motor skills in the lightweight mentality. The research method used pre-experimental

with one group pretest posttest design. The research variables are (1) independent variable: giving of futsal basic technique. (2) the dependent variable: rough motor skills. Population amounted to 12 people by using total sampling technique so that obtained 12 samples. Research Instruments using Basic Motion Tests. Skip without Prefix, Dribbling zig-zag Run, zig-zag Run. The study was conducted on March 10, 2017 until April 17, 2017. Data analysis techniques obtained with program SPSS version 16. The test results of basic motion skills to jump without prefix has a value of  $p = 0.000$ . Dribbling zig-zag run  $p = 0.000$ . zig-zag run  $p = 0.002$ , all data have  $p$  value  $<0.05$  so that data significant difference from result of basic motion skill test before and after given treatment. a conclusion of research is giving technique of futsal basic technique effective to improve motor skill roughness in tuna grahita light. Suggestions given are innovations in the provision of learning materials of motion is necessary for the purpose of motor development rough kid tuna grahita can be achieved.

**Keywords:** Motorik Rough, Futsal, Tuna Grahita, Therapy

### PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan dalam kualitas individu, baik dalam fisik, mental, serta emosional. Pelaksanaan orientasi pembelajaran pendidikan jasmani harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan uraian materi serta penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan. Konsep dasar pendidikan jasmani dan

model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar pendidikan jasmani (Samsudin, 2008).

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, sosial, penalaran, emosional, tindakan moral serta pola hidup sehat. Bagi anak berkebutuhan khusus, khususnya anak Tuna Grahita yang memiliki kekhususan secara mental dan fisik, program pendidikan jasmani ditekankan pada pemenuhan kebutuhan anak akan gerak terutama anak melatih kemampuan anak yang seharusnya dimiliki anak, dimana ketika anak berhasil melakukan berbagai keterampilan gerak dan diuji kemampuan yang dimilikinya, dan apabila hal tersebut berhasil dilakukan maka perasaan positif dan percaya diri akan berkembang, hal ini menumbuhkan kepercayaan diri anak Tuna Grahita dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya.

Beberapa prinsip dalam perkembangan motorik anak dipengaruhi oleh ketergantungan, kematangan, otot, dan syaraf. Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf dalam artian bahasa gerakan motorik belum dapat dikuasai dengan baik sebelum mekanisme otot dan syaraf berkembang. Dengan demikian belajar keterampilan motorik tidak terjadi sebelum anak datang, maksudnya sebelum sistem syaraf dan otot berkembang dengan baik, upaya untuk mengajarkan gerakan terampil bagi anak akan sia-sia (Depdiknas, 2008: 29). Widiati dan Murtdallo (2007: 61) berpendapat bahwa Tuna Grahita adalah suatu keadaan perkembangan mental yang terhenti atau tidak lengkap yang ditandai oleh kendala keterampilan selama masa perkembangan sehingga berpengaruh terhadap semua tingkat intelegensi, antara lain kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial. Tuna Grahita adalah anak yang memiliki fungsi intelektual yang sangat dibawah rata-rata, kurangnya perilaku adaptif, dan terjadi di usia kurang dari 18 tahun, Tuna Grahita merupakan suatu jenis anak berkebutuhan khusus yang berkaitan dengan keterbatasan fungsi intelektual dan adaptasi, juga dalam aspek perkembangan motorik lebih lambat disbanding anak normal pada umumnya.

Bermain akan meningkatkan aktifitas fisik anak bahwa aktifitas fisik akan meningkatkan pula rasa keingin tahaun anak dan mem-

buat anak-anak memperhatikan benda-benda, menangkapnya, menendangnya, mencobanya, melemparnya atau menjatuhkannya. Kegiatan yang meningkatkan pengembangan fisik motorik dapat dilakukan melalui permainan dengan alat atau tanpa alat, Salah satu permainan yang dapat melatih dan meningkatkan kemampuan motorik kasar adalah permainan futsal. Futsal merupakan sepakbola dalam ruangan, permainan ini sendiri dilakukan atau dimainkan oleh lima pemain setiap timnya, berbeda dengan sepakbola konvensional yang pemainnya berjumlah sebelas orang setiap tim. Ukuran lapangan dan ukuran bolanya pun lebih kecil di bandingkan dengan sepakbola lapangan rumput. Adapun aturan permainannya pun berbeda dengan sepakbola, aturan permainan dalam olahraga futsal di buat sedemikian ketat oleh FIFA agar permainan ini berjalan dengan *fair play* dan juga sekaligus untuk menghindari cedera yang dapat terjadi (Justinus Laksana, 2011: 5).

## METODE

Desain penelitian ini merupakan penelitian *experiment* dengan *pretest-posttest design*. Rancangan ini merupakan rancangan dengan yang menyertakan tes awal dan tes akhir untuk menunjukkan adanya perubahan atas perlakuan. Variaber penelitian yaitu : (1) variabel terikat : Variabel terikat dalam penelitian ini adalah keterampilan motorik kasar pada Tuna Grahita ringan. Variabel bebas : Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi dengan pemberian teknik dasar futsal. Populasi dalam penelitian ini adalah anak Tuna Grahita ringan Siswa kelas V dan VI SLB Widya Bhakti Semarang, yang berjumlah 12 siswa. Adapun Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan kelas VI SLB Widya Bhakti Semarang berjumlah 12 siswa. Dan Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel (Sugiyono, 2009) Jadi terdapat 12 sampel pada penelitian ini.

Instrument yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah menggunakan metode tes kemampuan gerak (*Barrow Ability Tes*) untuk mengetahui kemampuan gerak pada anak Tuna Grahita sebelum dilakukan perlakuan atau terapi dan sesudah perlakuan (Sumber: Johnson, Nelson. 1986-119), dan (Danny Mielke, 2007: 2). Adapun penjabaran tes sebagai berikut : 1) loncat tanpa awalan, 2) dribb-

ling *zig-zag run*, 3) *zig-zag run*. Proses penelitian dilakukan di halaman dan gedung olahraga SLB Widya Bhakti Semarang yang dilakukan tiga kali dalam seminggu dan dilakukan selama enam belas kali pertemuan. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan SPSS 16.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif *pretest* dan *posttest* dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui seberapa besar efektivitas terapi dengan pemberian teknik dasar futsal untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar pada tuna grahita ringan. Adapun tes yang dilakukan untuk mengetahui kemampuan gerak dasar adalah: tes melompat tanpa awalan, *dribbling zig-zag run*. Dan *zig-zag run*. Analisis deskriptif dalam penelitian ini menggunakan perhitungan rata-rata dari ketiga hasil tes tersebut dari keseluruhan sampel anak tuna grahita ringan, dan diperoleh hasil sebagai berikut:

**Table 1.** Deskripsi Nilai hasil tes Keterampilan Gerak Dasar *Pretest* dan *Posttest* selama 16 kali perlakuan

Rata-rata hasil tes N = 12	Pretest Rata-rata ± SD	Posttest Rata-rata ± SD
Loncat tanpa awalan (cm)	45,58 ± 7,34	47,33 ± 7,77
<i>Dribbling zig-zag run</i> (detik)	31,41 ± 7,02	30,05 ± 7,24
<i>Zig-zag run</i> (detik)	12,93 ± 3,98	11,75 ± 4,09

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui hasil tes rata-rata kemampuan gerak dasar loncat tanpa awalan (cm) *pretest* 45,58 ± 7,34, dan *posttest* 47,33 ± 7,77. untuk rata-rata hasil tes kemampuan gerak dasar *Dribbling zig-zag run* (waktu) *pretest* 31,41 ± 7,02, dan *posttest* 30,05 ± 7,24. untuk rata-rata hasil tes keterampilan gerak dasar *zig-zag run* (waktu) *pretest* 12,93 ± 3,98 dan *posttest* 11,75 ± 4,09. hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan yang cukup signifikan setelah enam belas

kali perlakuan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Uji Normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan uji *Shapiro-Wilk*. Dimana pengujian dilakukan untuk mengetahui apakah datanya normal atau tidak. Data dikatakan normal jika  $\text{sig} > 0,05$ . berdasarkan hasil olah data, diperoleh pada Tabel 2.

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa hasil tes kemampuan gerak dasar Loncat tanpa awalan mempunyai sig. hitung  $p=0,000$ , *Dribbling zig-zag run*  $p=0,000$ , *Zig-zag run*  $p=0,002$ . semua data tersebut mempunyai nilai sig. hitung  $< \text{sig. alpha}$  sehingga ada perbedaan yang signifikan dari hasil tes kemampuan gerak dasar sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi dengan pemberian teknik dasar futsal efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar pada tuna grahita ringan. Rangkaian uji-t di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima, maka terapi dengan pemberian teknik dasar futsal efektif meningkatkan keterampilan motorik kasar tuna grahita ringan di SLB Widya Bhakti Semarang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi dengan pemberian latihan dengan teknik dasar futsal untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar pada tuna grahita ringan. Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental* dengan desain *one group pretest posttest design*. Pengambilan data dilakukan dengan tes kemampuan gerak dasar yang meliputi tiga item yaitu Loncat tanpa awalan, *Dribbling zig-zag run*, *Zig-zag run*. Data yang terkumpul kemudian di uji melalui serangkaian pengujian dengan bantuan program SPSS versi 16.

Pemberian latihan teknik dasar futsal diberikan sebagai perlakuan atau terapi kepada sampel selama satu bulan setengah dengan enam belas kali pertemuan. Sebelum dan sesudah perlakuan sampel dites keterampilan motorik kasarnya menggunakan tes keterampilan gerak dasar untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan hasil tes sebelum dan sesudah perlakuan. Berdasarkan hasil perhitungan uji *paired t-test* menggunakan SPSS 16 dapat diketahui bahwa hasil tes keterampilan gerak das-

**Tabel 2.** Uji Perbedaan hasil *Pretest* dan *Posttest* Hasil Tes Keterampilan Gerak Dasar

Hasil tes	Rerata ± SD		ΔHasil tes	p
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>		
Loncat tanpa awalan (cm)	45,58 ± 7,34	47,33 ± 7,77	1,75	0,000*
<i>Dribbling zig-zag run</i> (detik)	31,41 ± 7,02	30,05 ± 7,24	16,34	0,000*
<i>Zig-zag run</i> (detik)	12,93 ± 3,98	11,75 ± 4,09	1,093	0,002*

ar Loncat tanpa awalan mempunyai sig. hitung  $p=0,000$ , *Dribbling zig-zag run*  $p=0,000$ , *Zig-zag run*  $p=0,002$ , semua data tersebut mempunyai nilai sig. hitung  $< \text{sig. alpha}$  sehingga ada perbedaan yang signifikan dari hasil tes keterampilan gerak dasar sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi dengan pemberian latihan teknik dasar futsal efektif meningkatkan keterampilan motorik kasar pada tuna grahita ringan. Rangkuman uji-t diatas dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima, maka terapi dengan pemberian latihan teknik dasar futsal efektif meningkatkan keterampilan motorik kasar pada tuna grahita ringan di SLB Widya Bhakti Semarang.

Peningkatan keterampilan motorik yang terjadi diakibatkan oleh pemberian *treatment* berupa latihan teknik dasar futsal. Dalam latihan teknik dasar futsal terdapat gerakan-gerakan yang dapat melatih keterampilan motorik kasar pada tuna grahita ringan. *Treatment* dengan pemberian latihan teknik dasar futsal dapat meningkatkan kinerja otot karena sering digunakan untuk ber aktifitas gerak dan berlatih. Hal tersebut secara tidak langsung dapat meningkatkan kualitas gerak pada anak dan tujuan pengembangan keterampilan motorik kasar anak tuna grahita ringan dapat tercapai.

Pemberian latihan teknik dasar futsal dapat membuat anak-anak aktif bergerak dan hal ini sangat penting dalam upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar pada anak yang memiliki ketunaan khususnya tuna grahita ringan. Pemberian *treatment* yang merupakan suatu bentuk pembelajaran gerak membuat anak merasa senang dan tertantang untuk melakukan permainan futsal tersebut. Anak juga dapat berinteraksi dan dilatih untuk bekerja sama dengan temannya sehingga menumbuhkan jiwa sosial dan kontrol emosi anak itu sendiri.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Efektivitas Terapi Dengan Pemberian Latihan Teknik Dasar Futsal Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Pada Tuna Grahita ringan, dapat disimpulkan sebagai berikut: Terapi dengan pemberian teknik dasar futsal efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar tuna grahita ringan.

Saran dari penulis yang ingin di sampaikan terkait dari hasil penelitian yang telah diselesaikan yaitu: Keunikan yang dimiliki anak

tuna grahita ringan membuat mereka memerlukan perlakuan khusus, bagi seorang guru/pendidik inovasi dalam pemberian materi pembelajaran gerak sangat diperlukan agar tujuan pengembangan kemampuan motorik kasar tuna grahita ringan dapat tercapai.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada seluruh jajaran dalam Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan bimbingan dan waktunya sehingga saya mampu menyelesaikan penelitian ini, Fakultas Ilmu Keolahragaan Unnes, orang tua saya, seluruh anak-anak kelas V dan VI siswa tuna grahita ringan SLB Widya Bhakti Semarang, dan Drs Sudarna selaku kepala sekolah SLB Widya Bhakti Semarang yang bersedia Bhakti Semarang .

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rahim. 2008. *Bermain Sepakbola*. CV. Aneka Ilmu.
- Asmar Jaya. 2008. *Futsal, Gaya Hidup, Peraturan dan Tips-tips Permainan*. Pustaka Timur. Yogyakarta.
- Baltasar Taringan. 2000. *Penjasadaptif*.
- Danni Mielke. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola*. PT Intan Sejati. Jakarta.
- Depdiknas. 2008. *Pengembangan Motorik Kasar Anak di Taman Kanak-kanak*. Jakarta. Departemen Pendidikan Nasional
- Davidson, Gerald C, dkk. 2006. *Psikologi ab normal edisike 9*. Jakarta. PT Raya Gravindo Persada Jakarta.
- Dian Ramawati, Allenidekania, Basral. "Kemampuan Perawatan Diri Anak Tuna Grahita Berdasarkan Faktor Eksternal Internal Anak" Universitas Sudirman Purwokerto, Jawa Tengah 53123. Universitas Indonesia, Depok 16424.
- Gunawan, D., Utanto, Y. & Maretta, Y.A. 2017. An analysis on indonesian teachers' reasoning in resolving moral dilemmas. *Man In India*, 97(2), 829-841.
- Imandala, Lim. 2012. *Asesmen Area Kebutuhan Motorik Kasar Anak Tuna Gahita ringan*. Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat.
- Justinus Lhaksana, 2011. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Depok Penebae Swadaya Group.
- Kaplan dan Sadock. 2010. *Sinopsis psikiatri jilid 1*. Jakarta.
- Mielke Danny. 2007. *Dasar-dasarsepakbola*. PT intansejati.
- Nurain. "Fakto-faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik Kasar Anak Dalam Kegiatan Bermain Bola Pada Anak Dikelompok B TK Adenium Kecamatan Kota Selatan Kota Gorontalo" skripsi 2015 Universitas Negeri Gorontalo
- Putry Farida Shaum. "Pengaruh Permainan Tradisional Sondah Terhadap Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Tuna Grahita Ringan Di SLB Muhammadiyah Karangpawitan Garut" Universitas Pendidikan Indonesia. Repository.upi.edu .perpustakaan.upi.edu.
- Roji. 2004. *Pendidikan Jasmani jilid 2*. Ciracas, Jakarta 13740.
- ERLANGGA. Sahda Halim, 2009. *1 hari pintar main*

- futsal*. Jakarta 12620 PT. BUKU KITA.
- Samsudin.2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta.Penerbit litera
- Sandra,M. 2010. *Anak Cacat Bukan Kiamat. Metode pembelajaran dan terapi untuk anak kebutuhan khusus*. Yogyakarta. Kata hati.
- Santroek, John W. 2007. *Perkembangan Untuk Anak Edisi Kesebelas jilid I*. Ciracas, akarta 13740 ERLANGGA.
- Soedjatmiko. 2001. *Cara Praktis Membentuk Anak Sehat*.(Kompas. ED ) Jakarta.
- Sugiyanto. 2008. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta. Universitas terbuka Jakarta.
- Suharmuni, Tin. 2007. *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta :Departemen Pendidikan Nasional Jendral Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan.
- Sutji Murtiningsih. "Peningkatan Kemampuan Gerak Melalui Senam Irama Anak Tuna Grahita Kelas V di SLB/C Dharma Wanita Lebo Sidoarjo" 2013 Universitas Negeri Surabaya.
- Timo Scheneman. 2009. *Futsal For Winner*. Dioma. Malang
- Trihendradi, C. 2013. *Langkah mudah menguasai SPSS 21*. Yogyakarta. ANDI
- Widiati, CH, Sri, dan Murtadlo. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. Jakarta :Departemen Pendidikan Jendral Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan.
- Wildan Alfian Nugroho. 2015. "Efektifitas Permainan Modifikasi Bola Basket Terhadap Kemampuan MotorikKasar Tuna Grahita Ringan Di SLB Negeri Semarang". *Skripsi*.UNNES.