

Efektivitas Permainan Lompat Katak untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar bagi Siswa Tunagrahita Ringan

Novea Eka Putri, Damri Damri

Universitas Negeri Padang

E-mail: noveackaputi@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh seorang siswa tunagrahita ringan yang ditemukan di SLB Negeri 1 Linggo Sari Baganti yang mengalami masalah pada kemampuan motorik kasar yaitu pada keseimbangan tubuh saat melompat. Penelitian ini diarahkan untuk mengetahui apakah permainan lompat katak efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar bagi siswa tunagrahita ringan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu single subjek research (SSR) dengan desain A-B-A. Tes kemampuan yang dipakai tes kejadian atau tes perbuatan yaitu melakukan permainan lompat katak yang diawali dengan posisi berdiri dengan kaki rapat, melompat kedepan dengan dua kaki, melompat dengan mengayunkan tangan, melompat dengan kedua kaki sedikit ditekukkan serta kelenturan anak melakukan gerakan pada saat melompat. Hasil analisis data A_1 yaitu kondisi awal kemampuan motorik kasar mendapatkan hasil 20%, pada kondisi B siswa diberikan perlakuan melalui permainan lompat katak diperoleh hasil 60% pada kondisi A_2 pengamatan yang dilakukan setelah siswa tidak diberikan perlakuan memperoleh hasil 80% dalam penelitian tersebut siswa mengalami peningkatan menggunakan permainan lompat katak.

Kata kunci: Permainan Lompat Katak, Motorik Kasar, Tunagrahita Ringan

Abstract. This research was motivated by a mild mentally retarded student found in SLB Negeri 1 Linggo Sari Baganti who had problems with gross motor skills, namely body balance when jumping, research is directed to determine whether a leapfrog game effectively to improve gross motor skills for students mild mental retardation. The method used in this research is single subject research (SSR) with ABA design. The ability test used in the event test or action test is doing the frog jumping game which begins with a standing position with feet together, jumping forward with two legs, jumping with a swinging hand, jumping with both legs slightly bent and the child's flexibility to make movements when jumping. analysis results of data A_1 is an initial condition gross motor skills to get the 20%, on the condition B students were given treatment through play leapfrog result of 60% in conditions A_2 observation made after the student was not given treatment obtain the results 80% of the study students experienced improvement using the frog jumping game.

Keyword: Leapfrog Game, Gross Motor Skills, Mild Mental Retardation

PENDAHULUAN

Perkembangan motorik kasar siswa dipengaruhi oleh otak dan organ otot-otot besar, dimana otak sangat berperan penting dalam mengatur setiap gerakan yang dilakukan oleh manusia, jika terjadi kerusakan pada otak maka akan mempengaruhi kesulitan dalam bergerak (Diana, 2014). Perkembangan motorik siswa harus sejalan dan sesuai kematangan saraf dan ototnya, apabila perkembangan ini terhambat maka dapat merusak dan mempengaruhi aspek sosial. Sebaliknya jika berkembang dengan baik maka berpengaruh terhadap kemampuan beradaptasi dengan lingkungannya, seperti yang dinyatakan oleh (Dwanita, Malik, & Ismaryati, 2014). Apabila perkembangan motorik kasar terhambat maka berdampak rusak pada perhatian siswa terhadap lingkungannya.

Keterampilan ini berhubungan dengan kegiatan berolahraga dan dibentuk dalam pembelajaran olahraga, mereka diajarkan dan dilatih dalam bentuk aneka gerakan seperti melompat, meloncat serta melatih keseimbangan tubuh (Taufan, Ardisal, & Damri, 2013). Hal tersebut juga dialami oleh siswa berkebutuhan khusus. Siswa berkebutuhan khusus pada umumnya memiliki kebutuhan gerak yang lebih besar daripada siswa normal, karena ada hambatan yang dimiliki oleh setiap karakteristik siswa berkebutuhan khusus, baik dalam aspek sensori, motorik maupun kemampuan belajar dan tinggkah laku (Taufan, Ardisal, Damri, & Arise, 2018). Salah satu siswa berkebutuhan khusus dalam perkembangan motorik kasar yaitu siswa tunagrahita ringan.

Siswa tunagrahita ringan adalah siswa yang tergolong dalam kategori mampu didik tidak memperlihatkan kelainan fisik yang mencolok dan masih dapat dididik disekolah umum dengan perhatian khusus (Rahmawati, 2012). Siswa tunagrahita ringan merupakan siswa yang (IQnya) 50-60 dimana keahlian sosial siswa lebih mudah diajak komunikasi, namun tingkat perkembangannya lambat dari pada siswa normal seperti perkembangan motorik (Olsson, 2016). Jadi siswa tunagrahita ringan adalah siswa yang memiliki kemampuan intelektual dibawah rata-rata dari siswa normal pada umumnya dan juga mengalami keterlambatan dalam perkembangan motorik kasar yang dimiliki siswa tersebut, oleh karena itu pembentukan motorik kasar mereka pada prinsipnya dapat dilatih dan diajarkan.

Pada saat observasi lapangan salah satu sekolah luar biasa (SLB) di pesisir selatan khususnya SLBN 1 Linggo Sari Baganti. Terdapat seorang siswa yang mengalami hambatan pada perkembangan motorik kasar khususnya pada keseimbangan tubuh saat melompat. Fakta ini ditemukan pada saat siswa mengikuti pembelajaran olahraga senam bersama guru setiap pagi dilapangan sekolah. Siswa tersebut terlihat tidak terlalu menggerakkan kakinya ketika saat melompat bahkan ketika senam siswa hanya menggerakkan kakinya sedikit saja sehingga tampak gerakan yang dilakukan siswa saat senam terlihat kaku dan tidak leluasa. Dalam upaya guru untuk membantu siswa mengarahkan gerakan senam yang salah dilakukan ke gerakan yang benar.

Berdasarkan hasil asesmen yang dilakukan peneliti, terbukti ketika peneliti menginstruksikan kepada siswa untuk mengangkat kaki sebelah, siswa melakukan hal yang sama mengangkat kaki sedikit saja, lalu menjatuhkan lagi, bahkan siswa melakukan gerakan seperti menjinjitkan kaki sebelah. Sedangkan pada saat melakukan gerakan melompat kekanan, kekiri, kedepan dan kebelakang gerakan siswa yaitu seperti melakukan gerakan melompat keatas dan kaki anak bergeser sedikit saja dari tempat berdiri siswa, terlihat saat melakukan gerakan tersebut siswa berusaha keras menggerakkan badannya. Sehingga gerakan yang dihasilkan siswa terlihat kaku, tidak luwes dalam menggerakkan tubuhnya, bahkan ketika melakukan gerakan tersebut siswa mengalami kesulitan ketika menempatkan kaki untuk keseimbangan tubuh waktu mendarat. Jika perkembangan motorik kasar tidak berjalan dengan baik maka akan berakibat tidak sempurnanya kegiatan sehari-hari yang dilakukan oleh siswa seperti sulit dalam berolahraga dan senam.

Berdasarkan masalah di atas, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar pada siswa tunagrahita ringan, yaitu dengan berbagai

permainan yang melibatkan aktivitas fisik dan motorik siswa. Permainan yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar adalah permainan lompat katak. Dimana lompat katak adalah gerakan melompat dengan dua kaki bersama seperti katak, gerakannya diawali dengan berdiri dengan santai kemudian posisi tangan berada dibelakang badan pada saat melakukan lompatan dengan sikap kedua lutut ditekuk lalu berjongkok dan kedua tangan kedepan untuk keseimbangan saat melompat (Wijayanto, 2014). Melompat adalah gerakan yang mengangkat tubuh dari satu tempat ke tempat lain yang lebih jauh dan lebih tinggi ke atas melalui berlari, melayang dan mendarat (Suharnoko & Firmansyah, 2018). Serta lompat katak merupakan meloncat dengan tolakan dengan dua kaki dan mendarat dengan dua kaki bersama-sama (Samsudin, 2008)

Penelitian ini merujuk dari penelitian (Wadyastuti, 2015) bahwa permainan lompat katak berpengaruh terhadap gerakan kinestetik. Kemudian juga pada penelitian (Florentana, 2015) permainan lompat katak juga berpengaruh terhadap daya ledak otot tungkai. Dari beberapa penelitian ini peneliti menggunakan permainan lompat katak pada perkembangan motorik kasar pada bagian gerakan keseimbangan tubuh khususnya melompat.

Permainan lompat katak yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu suatu bentuk permainan yang memerlukan gerakan melompat kedepan yang dimulai dari posisi berdiri dengan kaki rapat kemudian siswa melakukan lompatan mengambil awalan dengan cara mengayunkan-ayunkan tangan, setelah ayunan dianggap dapat membantu gerakan maka siswa tersebut menolak kedua kaki kedepan jauh untuk mendapatkan hasil maksimal yang dibantu dengan media karpet yang dibuat dalam bentuk seperti jejak kaki. Permainan dilakukan secara berulang-ulang, sehingga permainan ini dapat mengembangkan perkembangan motorik kasar siswa. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti melakukan penelitian tentang efektivitas permainan lompat katak untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita ringan di SLBN 1 Linggo Sari Baganti.

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen berbentuk *Single Subject Research* (SSR). Penelitian eksperimen adalah untuk mengetahui apakah ada perubahan pada suatu keadaan dari subyek yang diselidiki dan juga membandingkan satu dengan kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan (Sugiyono, 2015). Penelitian ini menggunakan desain A-B-A, pada kondisi baseline 1 (A₁) yaitu akan dilihat kondisi awal kemampuan motorik kasar siswa dalam melompat kedepan sebelum diberikan perlakuan. Pada kondisi intervensi (B) siswa diberi perlakuan dengan permainan lompat katak. Kemudian kondisi baseline II (A₂) kondisi siswa tidak lagi diberikan perlakuan. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah permainan lompat katak dan variabel terikatnya adalah kemampuan motorik kasar. Jenis pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah posisi berdiri dengan kaki rapat, melompat dengan mengayunkan kedua tangan, melompat ke atas dengan kedua kaki sedikit ditekukkan, melompat kedepan dengan awalan berdiri tegap, melompat dengan fleksibel (tidak kaku dan luwes).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian melalui tes perbuatan, dengan cara melakukan permainan lompat katak berdasarkan aturan yang dibuat sebelum permainan dimulai (Iskandar, 2010). Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah format pengumpulan data antar kondisi yang diamati secara langsung dan alat ukur yang digunakan yaitu presentase dengan kriteria penilaian; mampu dengan bobot nilai dua, mampu dengan bantuan dengan bobot nilai satu, tidak mampu dengan bobot nilai nol. Selanjutnya untuk mengetahui presentase kemampuan siswa digunakan rumus (Purwanto, 2013) sebagai berikut.

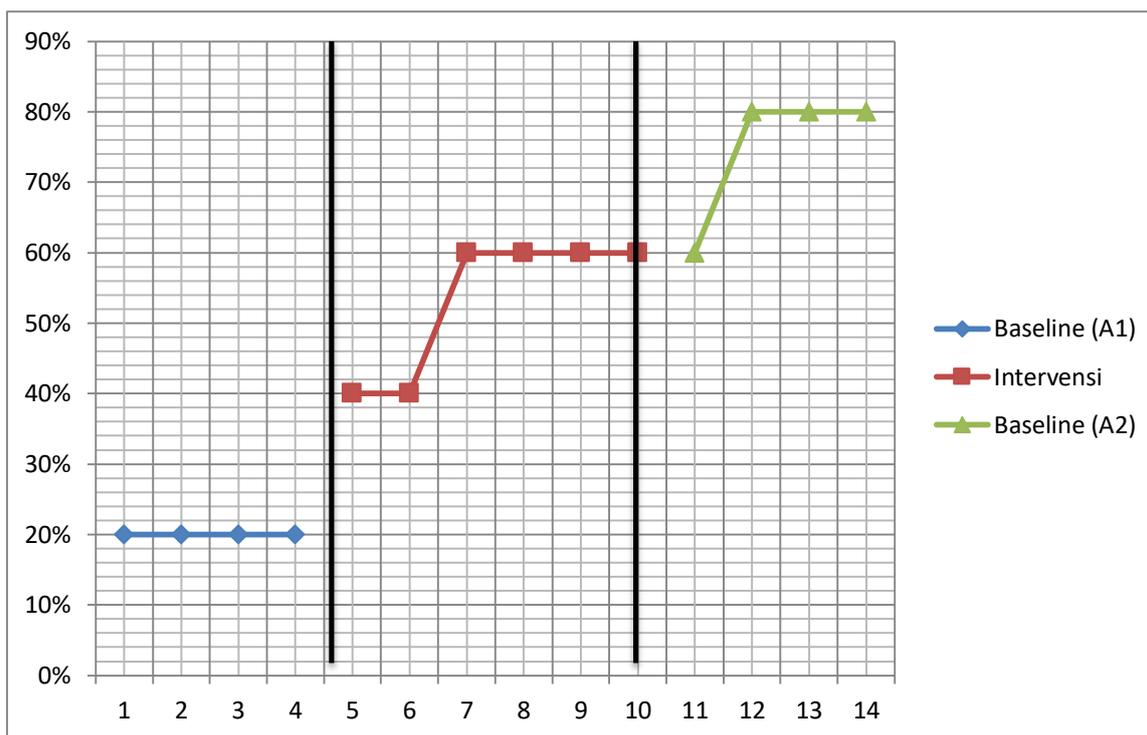
$$\text{Presentase kemampuan siswa} = \frac{\text{skor yang diperoleh siswa}}{\text{skor total seharusnya}} \times 100\%$$

Teknik analisis data merupakan tahap terakhir sebelum penarikan kesimpulan (Sunanto, 2006). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis visual grafik dengan cara mengplotkan data-data yang diperoleh kedalam grafik.

TEMUAN

Penelitian ini dianalisis menggunakan data analisis visual grafik. Data tersebut diperoleh dari hasil pengamatan kondisi baseline (A_1) sebelum diberikan perlakuan, intervensi (B) diberikan perlakuan dan (A_2) setelah tidak lagi diberikan perlakuan. Penelitian ini dilakukan selama 14 kali, pada kondisi (A_1) yaitu melakukan pengamatan pada kondisi awal pada kemampuan motorik kasar dalam keseimbangan tubuh pada saat melompat sebelum diberikan perlakuan. Pengamatan pencatatan dilakukan saat siswa melakukan senam yang biasa dilakukan setiap pagi sabtu di lapangan sekolah. Pengamatan dilakukan selama empat kali dengan hasil pengamatan kedua, ketiga, dan keempat menunjukkan hasil yang sama. Pada hari keempat ini peneliti memberhentikan pengamatan karena data yang diperoleh sudah menunjukkan kestabilan dari jumlah item yang dilakukan siswa.

Kemudian pada intervensi (B) yaitu dengan memberikan perlakuan melalui permainan lompat katak, selama enam kali pertemuan dimana didapatkan hasil mengalami peningkatan pada sesi keempat dan keenam sudah stabil. Kemudian pada kondisi (A_2) dihentikan pada pertemuan ke empat karena data yang diperoleh sudah stabil. Supaya lebih jelas dapat dilihat hasil data dan analisis penelitian pada Gambar 1.



Gambar 1. Grafik Hasil *Baseline I* (A_1), *Intervensi* (B), *Baseline II* (A_2)

Berdasarkan Gambar 1 didapatkan hasil persentase kemampuan motorik kasar pada kondisi awal siswa (A_1) dengan data tertinggi 20%, pada kondisi intervensi (B) hasil data tertinggi yaitu 60% kemudian pada kondisi baseline II (A_2) kemampuan siswa setelah tidak ada lagi diberikan perlakuan mendapatkan hasil data tertinggi 80%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pada setiap kondisi yang diberikan dengan permainan lompat katak.

Tabel 1. Rangkuman Analisis Visual dalam Kondisi

No	Kondisi	Target Behavior	A1	B	A2
1	Panjang Kondisi	Kemampuan Motorik Kasar	4	6	4
2	Estimasi Kecendrungan Arah	Kemampuan Motorik Kasar	— (=)	 (+)	 (+)
3	Kecendrungan Stabilitas	Kemampuan Motorik Kasar	20% (tidak stabil)	50% (tidak stabil)	75% (stabil)
4	Jejak Data	Kemampuan Motorik Kasar	— (=)	 (+)	 (+)
5	Level Stabilitas Dan Rentang	Kemampuan Motorik Kasar	Variabel 20%-20%	Variabel 40%-60%	Stabil 60%-80%
6	Level Perubahan	Kemampuan Motorik Kasar	0% (=)	20% (+)	20% (+)

Berdasarkan hasil rangkuman analisis visual diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar dalam melompat menggunakan permainan lompat katak efektif.

DISKUSI

Penelitian ini meneliti tentang, efektifitas permainan lompat katak untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar bagi anak tunagrahita ringan di SLBN 1 Linggo Sari Baganti. Siswa berkebutuhan khusus, salah satunya tunagrahita ringan yang memiliki kebutuhan gerak yang lebih besar dari siswa normal pada umumnya yang di karenakan siswa memiliki hambatan dalam aspek sensori, motorik, kemampuan belajar dan tingkah laku (Damri, 2018). Dari hasil pengamatan di sekolah selama 14 kali pertemuan yang dilakukan pada tiga kondisi yaitu empat kali pada kondisi *baseline* sebelum diberikan *intervensi* (A₁), enam kali pada kondisi *intervensi* (B), dan empat kali pada kondisi *baseline* setelah tidak lagi diberikan *intervensi* (A₂). Peneliti mengumpulkan data dengan memberikan tes perbuatan permainan lompat katak kepada siswa tunagrahita ringan. Hasil analisis data membuktikan bahwa pengaruh *intervensi* menggunakan permainan lompat katak efektif untuk meningkatkan motorik kasar bagi siswa tunagrahita ringan, hasilnya menunjukkan meningkat dan stabil.

Oleh karena itu, hasil penelitian yang telah peneliti lakukan terbukti bahwa permainan lompat katak dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar terutama pada keseimbangan tubuh saat melompat, karena permainan ini menggunakan gerakan melompat saat memainkannya sehingga anak bisa belajar lebih terampil cara melompat yang benar. Jadi dari hasil penelitian ini terbukti bahwa permainan lompat katak dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar bagi siswa tunagrahita ringan di SLBN 1 Linggo Sari Baganti.

SIMPULAN

Setelah peneliti melaksanakan penelitian di SLBN 1 Linggo Sari Baganti pada siswa tunagrahita ringan kelas II, peneliti merasakan belum sempurna karena keterbatasan penelitian yang peneliti temui dilapangan, diantaranya dalam pemberian *intervensi*, peneliti melaksanakan penelitian disaat terjadinya Covid-19, yang mengakibatkan siswa belajar dari rumah atau daring. Siswa hanya mengantarkan tugas setiap hari senin sehingga peneliti melaksanakan penelitian satu kali disekolah dan selanjutnya peneliti melakukan penelitian dirumah siswa. Selain itu, karena penelitian dilakukan di rumah, membuat siswa malas untuk belajar dan peneliti membutuhkan waktu yang lama untuk mengajak siswa belajar.

Bagi guru, diharapkan dapat memberikan permainan lompat katak dalam menangani siswa berkebutuhan khusus yang mengalami masalah pada perkembangan motorik kasar terutama pada keseimbangan tubuh pada saat melompat, karena permainan lompat katak efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada siswa tunagrahita ringan. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini bisa jadi sumber referensi dan juga menambah wawasan serta ilmu pengetahuan yang bermanfaat. Penelitian ini juga menjadi rujukan apabila menggunakan permainan lompat katak.

REFERENSI

- Diana, H. (2014). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Melompat Melalui Gerak Irama Bagi Anak Tunagrahita Sedang Kelas 1/C1 di SLB N 1 Padang (Single Subject Research Kelas 1/C1 SLB N 1 Padang)* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).
- Dwanita, Z., Malik, E. A., & Ismaryati, I. (2014). Meningkatkan Potensi Gerak Kasar Anak Tunadaksa Ringan Melalui Pendekatan Bermain. *Jurnal Rehabilitasi dan Remediasi*, 23(1). 39–49.
- Iskandar. (2010). *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Olsson, L. (2016). *Children with mild intellectual disability and their families – needs for support , service utilisation and experiences of support. Thesis.*
- Purwanto, N. (2013). *Prinsip-prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya.
- Rahmawati, S. W. (2012). Penanganan anak tunagrahita (Mental Retardation) dalam Program Pendidikan Khusus. *Jurnal Psiko Utama*, 1(1), 1–23.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Suharnoko, F., & Firmansyah, G. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Melompat Melalui Permainan Lompat Cermin Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 145-158.
- Sunanto, J. (2006). *Penelitian dengan Subyek Tunggal*. Bandung: UPI Press.
- Taufan, J., Ardisal, & Damri. (2013). *Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Bagi Anak Cerebral Palsy di Sekolah Dasar Penyelenggara Pendidikan Inklusif*.
- Taufan, J., Ardisal, A., Damri, D., & Arise, A. (2018). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi Anak dengan Hambatan Fisik dan Motorik. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 2(2), 19-24.
- Wadyastuti, F. (2015). *Upaya Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Melalui Permainan Lompat Katak Kelompok B 1 di RA An-Nisa 2 Dulang Wonokerso Kedawung Sragen Tahun Pelajaran 2014/2015* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Wijayanto, A. T. (2014). Model-Model Pembelajaran Gerak Dasar Loncat Melalui Permainan Loncat Katak Bagi Siswa Kelas V SD Negeri Kadengan 02 Kecamatan Randublatung Kabupaten Blora Tahun 2013. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(1), 855–862.