

UPAYA MENINGKATKAN GERAK LOKOMOTOR ANAK TUNAGRAHITA RINGAN MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL ENGLEK MODIFIKASI

Rahmi Fajar Linda¹, Muhamad Sazeli Rifki²
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Padang, Padang,
Indonesia

Rahmifajar65@gmail.com, msr_rifki@fik.unp.ac.id

Abstract

Based on observations of the basic locomotor motion skills of children is still lacking, this is evidenced when doing gymnastics the child is experiencing difficulties or stiffness when following the motion instructions and the lack of school efforts to improve movement skills this can be seen from the absence of a special learning model to improve children's movements. This study aims to improve the locomotor motion skills of mild retarded children through the traditional game of crank modification at SLB Kasih Umami, Padang City. The method used in this research is Classroom Action Research with collaborative methods. The data collection technique was carried out by means of observation, using the instrument of the observation board. The population in this study were mild retarded students at SLB Kasih Umami Padang City and the sample in this study were five grade mild retarded students. The results of the study showed that locomotor motion skills could be improved through the traditional game activities of modified crickets. Improvements can be seen in the first cycle obtained 20% or 1 of 5 children in the BSB criteria, 20% or 1 in 5 children in the BSH criteria, 40% or 2 of 5 children in the MB criteria and 20% or 1 in 5 children in the BM criteria . In cycle II the increase to 40% or 2 out of 5 children is in the BSB criteria, 40% or 2 out of 5 children in BSH criteria, and 20% or 1 in 5 children in the MB criteria.

Keywords: Locomotor Motion Skills, Engklek Traditional Games

Abstrak

Berdasarkan observasi keterampilan gerak dasar lokomotor anak masih kurang hal tersebut dibuktikan pada saat melakukan senam anak mengalami kesulitan atau kaku pada saat mengikuti instruksi gerak serta masih kurangnya upaya sekolah dalam meningkatkan keterampilan gerak hal ini terlihat dari belum adanya model khusus pembelajaran untuk meningkatkan gerak anak. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak tunagrahita ringan melalui permainan tradisional engklek modifikasi di SLB Kasih Umami Kota Padang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Penelitian Tindakan Kelas dengan metode kolaboratif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, dengan menggunakan instrument lembar observasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa tunagrahita ringan di SLB Kasih Umami Kota Padang dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa tunagrahita ringan kelas V sebanyak lima siswa.. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan gerak lokomotor dapat ditingkatkan melalui kegiatan permainan tradisional engklek modifikasi. Peningkatan dapat dilihat pada siklus I diperoleh 20% atau 1 dari 5 anak pada kriteria BSB, 20% atau 1 dari 5 anak pada kriteria BSH, 40% atau 2 dari 5 anak pada kriteria MB dan 20% atau 1 dari 5 anak pada kriteria BM.



Pada siklus II peningkatan menjadi 40% atau 2 dari 5 anak berada pada kriteria BSB, 40% atau 2 dari 5 anak pada kriteria BSH, dan 20% atau 1 dari 5 anak pada kriteria MB.

Kata kunci: Keterampilan Gerak Lokomotor, Permainan Tradisional Engklek

Pendahuluan

American Association of Mental Deficiency (AAMD) mengatakan tunagrahita adalah *"Mental retardation refers to significantly subaverage general intellectual functioning existing concurrently with deficit in adaptive and manifested during development period"*. (AAMD) mendefinisikan bahwa tunagrahita ialah mereka yang memiliki intelektual dibawah rata-rata pada umumnya dan mengalami keterbatasan dalam menyesuaikan perilaku adaptif dan hal ini berlangsung pada masa perkembangannya (Hermawan, 2013). Sama dengan pendapat (Maria J. Wantah, 2007:2) tunagrahita ialah anak yang IQ berada dibawah rata-rata, sehingga anak tersebut mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Anak tunagrahita merupakan salah satu anak berkebutuhan khusus yang mengalami keterbelakangan mental sehingga anak tersebut memiliki intelektual dibawah rata-rata anak normal pada umumnya dengan keterbatasan yang dimilikinya menimbulkan permasalahan-permasalahan yang dihadapi yaitu permasalahan dalam motorik, sensori, emosi dan sosial. (Delphie 2007:66) mengatakan tunagrahita pada umumnya mempunyai kelemahan pada segi motorik sehingga mengalami keterbatasan dalam keterampilan gerak, fisik yang kurang sehat, koordinasi gerak, kurangnya perasaan terhadap situasi dan keadaan sekeliling. Anton komaini (2019:7) menyatakan keterampilan gerak dasar anak sangat penting dikembangkan karena hal ini dapat berperan dalam perkembangan fisiologis, sosio-emosional, dan kognitif anak.

Pendidikan jasmani adaptif merupakan salah satu kurikulum bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani serta mengembangkan keterampilan gerak bagi anak berkebutuhan khusus tak terkecuali bagi anak tunagrahita. Dari berbagai macam model pembelajaran olahraga jasmani adaptif permainan tradisional merupakan salah satu bentuk pendekatan pembelajaran yang dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak. Hal ini diungkapkan oleh Yuniar dan Nanik (2015) terdapat peningkatan yang signifikan dalam aktifitas gerak dasar lokomotor siswa tunagrahita ringan setelah dilakukan perlakuan menggunakan permainan tradisional.

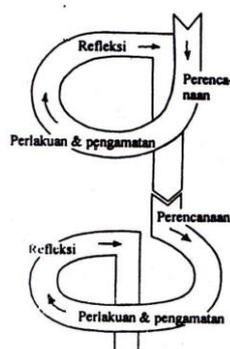


Berdasarkan hal diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak anak tunagrahita sangat penting dikembangkan atau ditingkatkan, hal tersebut sangat dibutuhkan anak dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil pengamatan serta wawancara peneliti dalam pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif bagi anak tunagrahita di SLB Kasih Ummi Padang, peneliti menemukan keterampilan gerak dasar lokomotor anak tunagrahita di SLB ini masih kurang hal tersebut dibuktikan pada saat melakukan senam anak mengalami kesulitan atau kaku pada saat mengikuti instruksi gerak. Masih kurangnya upaya sekolah dalam meningkatkan keterampilan gerak hal ini terlihat dari belum adanya model khusus pembelajaran untuk meningkatkan gerak anak dan sekolah ini juga tidak terdapat guru khusus membidangi pelajaran olahraga jasmani adaptif sehingga kegiatan pembelajaran ini kurang optimal dan tidak sesuai kebutuhan anak.

Oleh karena itu peneliti tertarik meningkatkan keterampilan gerak lokomotor melalui permainan tradisional engklek yang telah dimodifikasi. Modifikasi merupakan perubahan bentuk, fungsi cara penggunaan dan manfaat dari keadaan lama ke keadaan baru tanpa sepenuhnya menghilangkan karakteristik semula (Lautan, 1997:9). Modifikasi ini membantu pembelajaran disekolah lebih menarik dan lebih bervariasi sehingga membuat anak tidak bosan dengan variasi dan bentuk-bentuk itu saja.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian tindakan kelas (*Action Research*). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas dengan model Kemmis dan Mc. Taggart. Adapun desain penelitian model Kemmis & Mc. Taggart sebagai berikut:



Gambar 1. Desain penelitian Kemmis & Mc. Taggart

(Sumber: Suharsimi Arikunto, 2008: 84)

Subjek penelitian adalah siswa tunagrahita ringan kelas V di SLB Kasih Ummi Kota Padang. Penelitian dilakukan selama dua Siklus, setiap satu Siklus terdapat 4 tahapan yaitu: 1) Perencanaan; 2) Pelaksanaan; 3) Pengamatan; dan 4) Refleksi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Analisis data yang dipakai adalah teknik analisis data deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Rumus yang digunakan untuk mencari persentase dalam penelitian ini menurut Acep Yoni (2010: 177) Data yang dihasil oleh peneliti dikumpulkan dianalisis untuk mengetahui target pencapaian pembelajaran dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal ideal}} \times 100\%$$

Menurut Suharsimi Arikunto (2005: 44), data tersebut di intepretasikan ke dalam kriteria dengan persentase :

1. Sangat baik, apabila nilai yang diperoleh anak 81%-100%.
2. Baik, apabila nilai yang diperoleh anak 61-80%.
3. Cukup, apabila nilai yang diperoleh anak 41%-60%.
4. Kurang, apabila nilai yang diperoleh anak 21%-40%.
5. Kurang sekali, apabila nilai yang diperoleh anak 0-20%

Hasil Penelitian

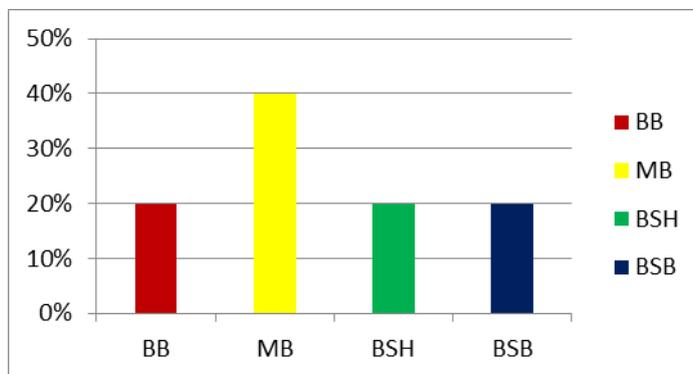
Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dalam permainan tradisional engklek modifikasi, penilaian yang didapatkan dari siklus pertama dan siklus kedua dapat ditampilkan dalam table dibawah ini.

Tabel. 1 rekapitulasi dan hasil observasi siklus I

No	Kriteria	Jumlah Anak	Persentase (%)
1	BSB	1	20
2	BSH	1	20

3	MB	2	40
4	BB	1	20

Berdasarkan table diatas maka dapat dijelaskan bahwa keterampilan gerak lokomotor anak tunagrahita ringan SLB Kasih Ummi Kota Padang ketika Siklus 1 anak yang berada pada kriteria BB yaitu 1 anak dari 5, anak pada kriteria MB yaitu 2 anak dari 5 anak, pada kriteria BSH terdapat 1 dari 5 anak dan terdapat 1 dari 5 anak dengan kriteria BSB. Berikut adalah grafik persentase hasil oservasi Siklus 1:



Gambar 2. grafik data kumulatif hasil observasi siklus I

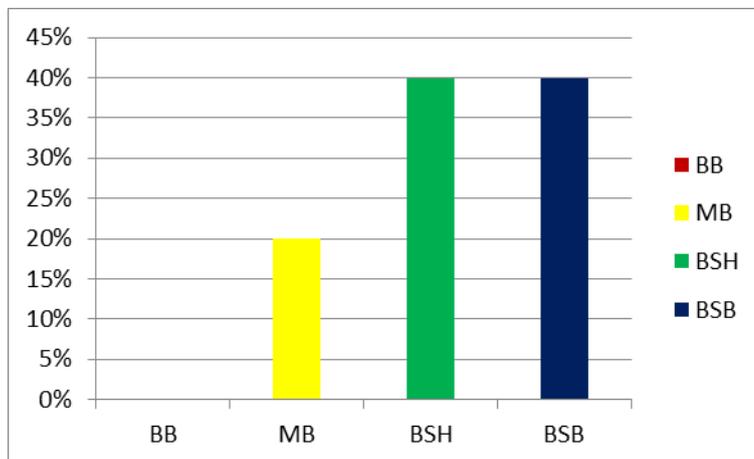
Berdasarkan persentase yang tergambar pada grafik di atas, anak yang berada pada kriteria BSB ada 1 anak dari 5 anak atau 20%, hal tersebut dikarenakan keterampilan gerak lokomotor anak sudah sangat baik saat bermain permainan tradisional engklek modifikasi. Pada kriteria BSH ada 1 anak dari 5 anak atau 20%, Hal tersebut dikarenakan keterampilan gerak lokomotor anak sudah baik sehingga saat bermain permainan tradisional engklek modifikasi anak bermain sesuai harapan. Pada kriteria MB terdapat 2 dari 5 anak atau 40%, hal tersebut dikarenakan keterampilan gerak lokomotor anak sudah cukup mampu melakukan gerakan yang ada di permainan tradisional engklek modifikasi. Dan pada kriteria BB ada 1 anak dari 5 anak atau 20%, hal tersebut dikarenakan keterampilan gerak lokomotor anak kurang berkembang sehingga pada saat bermain permainan tradisional engklek modifikasi anak mengalami kesulitan saat melakukan gerakan yang ada.

Tabel. 2 rekapitulasi dan hasil observasi siklus II

No	Kriteria	Jumlah Anak	Persentase (%)
----	----------	-------------	----------------

1	BSB	2	40
2	BSH	2	40
3	MB	1	20
4	BB	-	-

Berdasarkan table diatas maka dapat dijelaskan bahwa keterampilan gerak lokomotor anak pada saat Siklus II anak yang berada pada kriteria BSB yaitu 2 anak dari 5 anak, pada kriteria BSH yaitu 2 anak dari 5 anak, pada kriteria MB terdapat 1 dari 5 anak dan tidak terdapat anak dengan kriteria BB pada siklus ini. Berikut adalah grafik persentase hasil observasi Siklus II :



Gambar 3. grafik data kumulatif hasil observasi siklus 1

Berdasarkan persentase yang tergambar pada grafik di atas, anak yang berada pada kriteria BSB ada 2 anak dari 5 anak atau 40%, hal tersebut dikarenakan keterampilan gerak lokomotor anak sudah sangat baik saat bermain permainan tradisional engklek modifikasi. Pada kriteria BSH ada 2 anak dari 5 anak atau 40%, hal tersebut dikarenakan keterampilan gerak lokomotor anak sudah baik sehingga saat bermain permainan tradisional engklek modifikasi anak bermain sesuai harapan. Pada kriteria MB terdapat 1 dari 5 anak atau 20%, hal tersebut dikarenakan keterampilan gerak lokomotor anak sudah cukup mampu melakukan gerakan walaupun masih berulang-ulang dan dibarengi contoh yang ada di permainan tradisional engklek modifikasi. Dan tidak ada pada kriteria BB pada siklus II ini.

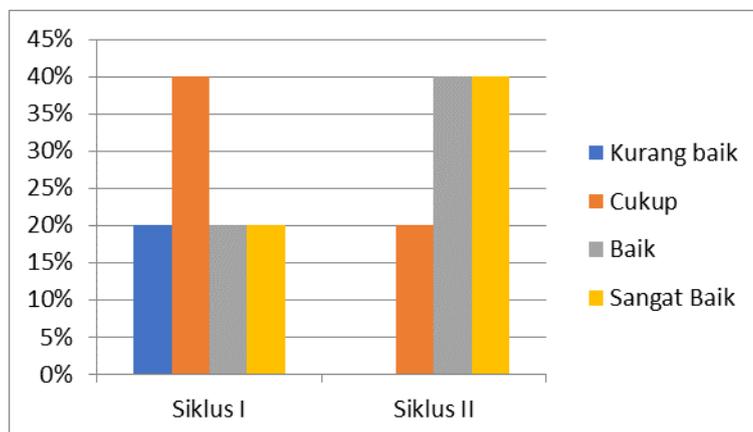
Pembahasan

Penelitian tindakan kelas yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor anak tunagrahita ringan melalui permainan tradisional engklek modifikasi di SLB Kasih Ummi Kota Padang selama II siklus menunjukkan adanya peningkatan, hal ini dapat dilihat pada table di bawah ini.

Tabel. 3 Perbandingan hasil observasi Siklus I dan Siklus II

Siklus I			Siklus II		
Kriteria	Jumlah Anak	Persentase	Kriteria	Jumlah Anak	Persentase
	1	20%	Sangat baik	2	40%
Baik	1	20%	Baik	2	40%
Cukup	2	40%	Cukup	1	20%
Kurang baik	1	20%	Kurang baik	-	-

Berdasarkan uraian perbandingan hasil observasi Siklus I dan Siklus II pada table diatas, maka dapat digambarkan pada grafik berikut ini :



Gambar. 4 Grafik perbandingan hasil observasi siklus I dan siklus II

Berdasarkan diagram di atas hasil pelaksanaan tindakan siklus I dapat terlihat hasilnya banyak anak yang masih kaku dan kurang mahir dan kurang bersemangat hal tersebut dapat dilihat ketika melakukan gerakan anak banyak keluar dari garis yang telah ditentukan dan masih kurang mampunya anak melakukan sebuah gerakan dalam melakukan kegiatan permainan tradisional engklek modifikasi dan dapat dilihat dari hasil

observasi hanya 40% atau 2 dari 5 anak yang berada pada kriteria baik. Berdasarkan hasil data tersebut maka dilaksanakan perbaikan tindakan selanjutnya karena belum mencapai peningkatan yang baik. Pada Siklus II menunjukkan bahwa keterampilan gerak lokomotor anak tunagrahita ringan di SLB Kasih Ummi Kota Padang. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi yang menunjukkan 80% atau 4 anak dari 5 berada pada kriteria baik. Pemberian contoh berulang serta memberikan berulang kali percobaan sebelum melakukan permainan dan Pemberian reward pada anak berupa sebuah makanan serta minuman maupun ucapan semangat dan pujian sangat membantu dalam meningkatkan keterampilan dan semangat anak dalam melakukan permainan tradisional engklek modifikasi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan permainan tradisional engklek yang telah dimodifikasi mampu meningkatkan keterampilan gerak lokomotor. Peningkatan yang terjadi dapat terlihat dari tahap Siklus I dan Siklus II. Hal ini berdasarkan hasil data observasi yang diperoleh, keterampilan gerak lokomotor anak dalam setiap siklus mengalami peningkatan. Pada Siklus I keterampilan gerak lokomotor anak diperoleh 40% atau 2 anak dari 5 berada pada kriteria baik dan baik sekali, 40% 2 anak dari 5 berada pada kriteria cukup, bahkan 20% atau 1 anak dari 5 berada pada kriteria kurang. Kemudian Siklus II meningkat menjadi 80% atau 4 anak dari 5 berada pada kriteria baik dan baik sekali, 20% atau 1 anak dari 5 berada pada kriteria cukup. Maka dari itu keterampilan gerak lokomotor melalui permainan tradisional engklek modifikasi mengalami peningkatan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh sehingga penulis menyarankan untuk lebih mengembangkan modifikasi permainan tradisional engklek ini serta diperkenalkan di berbagai pihak utamanya pada anak tunagrahita ringan.

Daftar Rujukan

- Acep Yoni, dkk. 2010). *Menyusun Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Familia
- Apriyanto, Nunung. 2012. *Seluk- Beluk Tunagrahita dan Strategi Pembelajarannya*. Jogjakarta: Javalitera
- Arikunto Suharsimi.2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Ciptra.
- Bakhtiar S dan Seprinaldi. (2015). *Teori Belajar Motorik*. Padang: UNP Press
- Delphie, B. 2007. *Pembelajaran Anak Tunagrahita*. Bandung : PT Refika Aditama.



- Gusril. 2015. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Padang : UNP Press
- Komaini, Anton. 2019. *Kemampuan Motorik Aanak Usia Dini*. Depok : Rajawali Pers.
- Lutan, R. 1988. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pendidikan Akademi.
- Maria J, wantah. (2007). *Pengembangan Kemandirian Anak Tunagrahita Mampu Latih*. Jakarta: Ditjen Dikti Depdiknas
- Mulyani, Sri. 2013. *45 Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Langensari Publishing.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Litera
- Sumekar, Ganda. 2009. *Anak Berkebutuhan Khusus Cara Membantu Mereka Agar Berhasil Dalam Pendidikan Inklusif*. Padang : UNP Press.
- Hermawan, C. 2013. *Perilaku Adaptif Anak Tunagrahita di Sekolah Dasar Inklusif Hikmah Teladan Kota Cimahi*. Jurnal Pendidikan; 2(3)
- Lindawati D dan Siti M. 2013. *Pengaruh Permainan Tradisional engklek Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Lompat Satu Kaki di Kelompok A TK Pembina Srengat Blitar*. Jurnal PAUD Teratai.
- Yulingga N dan Sugito. 2015. *Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional*. 1(1). Hlm 62-63
- Yuniar dan Nanik Indahwati. (2015). "Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Lokomotor Anak Tunagrahita Ringan Melalui Permainan Tradisional (Pada Siswa- Siswi Sekolah Dasar Luar Biasa Tunas Mulya Surabaya)" Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan 3(II). Hlm. 279 - 282