



## Model Permainan Halang Rintang untuk Meningkatkan Gerak Lokomotor Siswa Tunagrahita

Afridha Rahadatul Aisyi<sup>1</sup>, Budi Susetyo<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Pendidikan Indonesia

E-mail: [afriidha@upi.edu](mailto:afriidha@upi.edu)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2024-06-23 Revised: 2024-07-21 Published: 2024-08-02	Students with special needs experience obstacles or disorders that cause them to experience limitations and are likely unable to participate in the entire physical education program. There are problems in locomotor movement skills in grade 1 mentally retarded children at SLBN Purnama Asih, such as when walking children are often seen walking on tiptoes, children are seen walking with wide strides. During sports lessons, every time there is running practice, children always collide because they are less able to walk and run straight and find it difficult to stop. This research method uses a type of quantitative research with a pre-experimental design "one-group pretest-posttest design". The data that has been entered will be processed using the Wilcoxon signed rank test. The obstacle course model is one of the basic non-locomotor movement learning models that is used to improve locomotor movement in mentally retarded children.
<b>Keywords:</b> <i>Obstacle Model;</i> <i>Locomotor Movement;</i> <i>Mental Retardation.</i>	
<b>Artikel Info</b>	<b>Abstrak</b>
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2024-06-23 Direvisi: 2024-07-21 Dipublikasi: 2024-08-02	Siswa berkebutuhan khusus mengalami hambatan atau gangguan yang menjadikan mereka mengalami suatu keterbatasan dan kemungkinan besar tidak mampu mengikuti program pendidikan jasmani secara keseluruhan. Terdapat permasalahan dalam keterampilan gerak lokomotor pada anak tunagrahita kelas 1 di SLBN Purnama Asih seperti ketika berjalan anak sering terlihat berjalan jinjit, anak terlihat dengan berjalan dengan langkah kaki yang lebar. Saat Pelajaran olahraga, setiap ada latihan lari anak selalu bertabrakan karena kurang mampu untuk berjalan dan berlari lurus dan sulit untuk berhenti. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan preeksperimental "one-group pretest-posttest design". Data yang sudah masuk akan diolah menggunakan uji Wilcoxon signed rank test. Model halang rintang merupakan salah satu model pembelajaran gerak dasar non lokomotor yang digunakan untuk meningkatkan gerak lokomotor pada anak tunagrahita.
<b>Kata kunci:</b> <i>Model Halang Rintang;</i> <i>Gerak Lokomotor;</i> <i>Tunarungu.</i>	

### I. PENDAHULUAN

Dikatakan bahwa perkembangan fisik erat kaitannya dengan perkembangan motorik anak. Keterampilan motorik merupakan elemen yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan. Keterampilan motorik memungkinkan anak bersenang-senang dan mengembangkan rasa gembira. Jika perkembangan motorik normal, anak dapat bermain dan bersosialisasi dengan teman sebayanya, begitu pula sebaliknya. Ketika perkembangan motorik tidak normal, anak-anak terhambat dalam berinteraksi dengan teman sebayanya dan bahkan mungkin menjadi terisolasi atau dikucilkan. Motorik adalah proses dimana individu mengembangkan kemampuan geraknya menjadi respon yang terkoordinasi, terkontrol, dan teratur. Kemampuan motorik merupakan kemampuan untuk melakukan koordinasi kerja saraf motorik yang dilakukan oleh pusat untuk melakukan kegiatan. Motorik kasar sendiri

terbagi menjadi 3 jenis, yaitu; Lokomotor, Non lokomotor, dan dasar yang harus dimiliki oleh anak adalah lokomotor. Lokomotor sendiri berisi empat keterampilan, yaitu; berjalan, berlari, melompat, dan meloncat.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa (Samsudin, 2008:2-3). Adang Suherman (2000: 22-23) mengatakan tujuan pendidikan jasmani yaitu meningkatkan perkembangan fisik, perkembangan gerak dan perkembangan mental. Sedangkan menurut (Samsudin, 2008:3) tujuan pendidikan jasmani salah satunya adalah meningkatkan partum-

buatan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif. Dari dua pengertian tersebut pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan fisik peserta didik saja, namun pembelajaran penjas dapat mengembangkan seluruh ranah pembelajaran yaitu perkembangan kognitif, afektif dan psikomotor.

Siswa berkebutuhan khusus mungkin mempunyai keterbatasan karena kecacatan atau gangguan yang mungkin menghalangi mereka untuk berpartisipasi penuh dalam program pendidikan jasmani. Oleh karena itu, untuk mengatasi tantangan yang dihadapi siswa berkebutuhan khusus dalam memberikan pelayanan pendidikan yang bermutu dan merata kepada seluruh siswa siswa berkebutuhan khusus yang biasa disebut dengan pendidikan jasmani adaptif, maka perlu dilakukan beberapa penyesuaian terhadap pendidikan jasmani anda.

Berdasarkan hasil observasi di SLBN Purnama Asih permasalahan motorik yang dialami oleh anak tunagrahita di kelas 1 adalah kurang terampilnya gerak dasar lokomotor seperti ketika berjalan anak sering terlihat berjalan jinjit, anak terlihat dengan berjalan dengan langkah kaki yang lebar. Saat Pelajaran olahraga, setiap ada latihan lari anak selalu bertabrakan karena kurang mampu untuk berjalan dan berlari lurus dan sulit untuk berhenti. Melihat permasalahan tersebut, maka untuk mengoptimalkan gerak dasar anak tunagrahita diperlukan adanya media permainan yang dapat mendukung anak tunagrahita dalam melatih gerak dasar. Salah satu bentuk media permainan yang dapat digunakan sebagai latihan gerak dasar adalah permainan rintangan. Permainan rintangan merupakan format permainan yang menggabungkan beberapa jenis permainan gerak menjadi satu kesatuan. Gerakan permainan rintangan dapat melatih dan mengembangkan kemampuan motorik dasar anak tunagrahita khususnya kemampuan berjalan dan berlari.

## II. METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan preeksperimental "one-group pretest-posttest design". Bertujuan untuk menguji ada atau tidaknya pengaruh permainan halang rintang terhadap gerak dasar lokomotor anak tunagrahita. Jenis penelitian pre-eksperimental merupakan penelitian semu yang digunakan untuk mengadakan penelitian dibidang pendidikan. Penelitian ini digunakan hanya satu kelompok saja yang diberi perlakuan tanpa

adanya kelompok kontrol atau kelompok pembanding. Di dalam desain ini dilakukan tes sebelum treatment (O1) dan sesudah treatment (O2). Sehingga hasilnya dapat dibandingkan antara (O1) dan (O2) untuk menemukan tingkat efektifitas perlakuan (X). Jika O1 dan O2 signifikan maka dapat disimpulkan bahwa perbedaan tersebut akibat perlakuan (X).

Populasi dalam penelitian ini adalah subjek yang berpotensi menjadi sumber pengumpulan data, namun dalam bentuk yang masih umum dan luas. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik tunagrahita kelas 1 SDLB SLB Purnama Asih Kota Bandung berjumlah 6 peserta didik. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling purposive*. Menurut Sugiyono (2009 hal. 124) *sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan pemilihan sampel disesuaikan dengan tujuan dari penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Adapun kriteria untuk menjadi sampel diantaranya:

1. Peserta didik tunagrahita kelas 1 SDLB di SLB Purnama Asih Kota Bandung yang tidak mengalami hambatan majemuk
2. Peserta didik tunagrahita kelas 1 SDLB di SLB Purnama Asih yang tidak mengalami hambatan motorik

Instrumen adalah alat ukur, alat bantu yang digunakan dalam mengumpulkan data penelitian (Amos Neolaka, 2014: 112). Instrumen berfungsi untuk mengetahui secara jelas dan pasti data apa saja yang dapat dikumpulkan guna keberlangsungan penelitian. Adapun langkah-langkah dalam menyusun instrumen penelitian sebagai berikut:

1. Membuat Kisi-Kisi Instrument Penelitian

Kisi-kisi merupakan rancangan awal sebelum menyusun instrumen. Kisi-kisi disusun berdasarkan target perilaku yang ingin dicapai yang disesuaikan dengan kemampuan awal subyek.

**Tabel 1.** Kisi-kisi Insrumen Penelitian

Dimensi	Aspek yang Diukur	Indikator
Gerakan dasar lokomotor	Kemampuan dalam melakukan gerak dasar lokomotor	Dapat melakukan gerakan loncat Dapat melakukan gerakan berlari Dapat melakukan gerakan merangkak

2. Penyusunan butir instrumen penelitian kemampuan gerak lokomotor dengan menggunakan model permainan halang rintang

**Tabel 2.** Butir instrumen penelitian

No	Kemampuan gerak lokomotor	Score		
		2	1	0
1	Peserta didik dapat melakukan gerakan loncat			
2	Peserta didik dapat melakukan gerakan berlari			
3	Peserta didik dapat melakukan gerakan merangkak			

Data yang sudah masuk akan diolah menggunakan uji Wilcoxon *signed rank test*. Menurut Budi Susetyo (2010 hal. 228) Uji Wilcoxon merupakan metode statistika yang dipergunakan untuk menguji perbedaan dua buah data yang berpasangan dengan jumlah sampel datanya selalu sama banyaknya. Prosedur uji peringkat bertanda Wilcoxon untuk data berpasangan (Wilcoxon signed rank test for paired observation) pada dasarnya sama seperti uji peringkat bertanda Wilcoxon pada populasi tunggal. Perbedaannya terletak pada data yang diuji. Pada pengujian data berpasangan, yang digunakan adalah data selisih data yang berpasangan. Uji Wilcoxon dalam penelitian ini untuk mencari pengaruh media kantong bilangan terhadap kemampuan menghitung penjumlahan ribuan pada anak tunarungu. Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

- Memberi harga mutlak pada selisih pasangan data ( $X - Y$ ). Harga mutlak diberikan dari yang terkecil hingga terbesar atau sebaliknya. Harga mutlak terkecil diberi nomor urut atau rangking 1, kemudian selisih berikutnya diberikan nomor unsur atau rangking 2 dan seterusnya.
- Setiap selisih pasangan ( $X - Y$ ) diberikan tanda positif dan negative.
- Hitunglah jumlah rangking yang bertanda positif dan negative.
- Selisih tanda rangking yang terkecil atau sesuai dengan arah hipotesis, diambil sebagai harga mutlak dan diberi huruf j. Harga mutlak atau huruf j dijadikan dasar untuk pengujian hipotesis dengan melakukan perbandingan dengan tabel yang dibuat khusus untuk uji Wilcoxon

Pengujian hipotesis dengan kriteria pengemabilan keputusan:  $H_0$  ditolak apabila  $J \text{ Hitung} \leq J \text{ Tabel}$   $H_0$  diterima apabila  $J \text{ Hitung} > J \text{ Tabel}$ .

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain *One-Group Pretest- Posttest Design* yaitu terdapat tes awal (pre-test) untuk mengetahui keadaan awal, setelah itu diberi tes akhir (post-test) untuk mengetahui pengaruh model berbasis lingkungan terhadap hasil belajar siswa setelah diberi perlakuan atau *treatment*.

- Hasil Preetest

**Tabel 3.** Hasil Pretest

Nama	Nilai Pre Test	Keterangan
TP	100	Independent Level
PW	83	Independent Level
C	66	Instruction Level
AG	30	Frustration Level
AB	83	Independent Level
MR	83	Independent Level
Jumlah	445	$M_x = 74.16$

- Hasil Post test

**Tabel 4.** Hasil Post Test

Nama	Nilai Pre Test	Keterangan
TP	100	Independent Level
PW	100	Independent Level
C	83	Independent Level
AG	66	Instruction Level
AB	100	Independent Level
MR	100	Independent Level
Jumlah	549	$M_x = 91,5$

Metode "Halang Rintang" memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan gerak lokomotor pada siswa tunagrahita kelas 1 SD. Dapat dibuktikan dengan hasil pretest dan posttest peserta didik. Sebelum diberikan perlakuan menggunakan permainan halang rintang total skor rata-rata pre test yang diperoleh 74,16 sedangkan sesudah diberikan perlakuan menggunakan permainan halang rintang memperoleh nilai skor rata-rata post test 91,5 dari skor total 100. Berdasar hasil pengolahan data dengan menggunakan teknik analisis statistik non parametrik dengan rumus uji tanda. Diperoleh  $Z_h = 2,05$  sedangkan  $Z_{tabel} = 1,96$ . Apabila  $Z_h > Z_{tabel}$ , maka membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan halang rintang terhadap gerak dasar lokomotor anak tunagrahita.

#### **IV. SIMPULAN DAN SARAN**

##### **A. Simpulan**

Model halang rintang merupakan salah satu model pembelajaran gerak dasarnon lokomotor yang digunakan untuk meningkatkan gerak lokomotor pada anak tunagrahita. Model halang rintang digunakan untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar non lokomotor pada anak tunagrahita, termasuk gerakan lokomotor. Permainan ini membantu mengoptimalkan gerak dasar lokomotor anak tunagrahita dan memperkenalkan atau melatih motorik kasar, seperti gerakan melangkah, jalan, loncat, merangkak, dan meningkatkan kemampuan mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi.

Metode "Halang Rintang" memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan gerak lokomotor pada siswa tunagrahita kelas 1 SD. Dapat dibuktikan dengan hasil pretest dan posttest peserta didik. Sebelum diberikan perlakuan menggunakan permainan halang rintang total skor rata-rata pretest yang diperoleh 74,16 sedangkan sesudah diberikan perlakuan menggunakan permainan halang rintang memperoleh nilai skor rata-rata posttest 91,5 dari skor total 10.

##### **B. Saran**

Pembahasan terkait penelitian ini masih sangat terbatas dan membutuhkan banyak masukan, saran untuk penulis selanjutnya adalah mengkaji lebih dalam dan secara komprehensif tentang Model Permainan Halang Rintang untuk Meningkatkan Gerak Locomotor Siswa Tunagrahita.

##### **DAFTAR RUJUKAN**

- Annisa, F. (2023, Juli 11). Gerak Locomotor: Pengertian, Contoh, Dan Manfaatnya. *Sport, I.* (2021, Desember 9). Permainan Halang Rintang: Jenis, Manfaat, Dan Kelebihannya.
- Arifin, S., Oenfiati, S. Permainan Halang Rintang Terhadap Gerak Dasar Locomotor Anak Tunagrahita Sedang
- Rizqita, A.J. (2022). Efektivitas Strategi Pembelajaran Know Want Learned (Kwl) Terhadap Peningkatan Kemampuan Membaca Pemahaman Pada Peserta Didik Tunarungu.
- Saleh S, Statistik Nonparametrik Edisi 2. Bpfe-Yogyakarta
- Utama, K. M. (2019). Model Level Game Untuk Meningkatkan Gerak Locomotor Siswa Tunarungu Kelas Bawah Di Slb Widya Bhakti Semarang Tahun 2019.