

**PENGARUH PERMAINAN DALAM METODE FUNDAMENTAL MOTOR SKILL  
TERHADAP PENINGKATAN GERAK DASAR PADA ANAK TUNAGRAHITA  
RINGAN DI SLB-C TUNAS HARAPAN KARAWANG**

Falah Fadhlurrahman Khalil<sup>1</sup>, Akhmad Dimiyati<sup>2</sup>, Tedi Purbangkara,<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>PJKR FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang

<sup>1</sup>2010631070132@student.unsika.ac.id, <sup>2</sup>akhmad.dimiyati@fkip.unsika.ac.id,

<sup>3</sup>tedi.purbangkara@fkip.unsika.ac.id

**ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine the effect of games in the Fundamental Motor Skill on the improvement of basic movements in children with mild tunagrahita SLB-C Tunas Harapan Karawang. The method used is experimental with a quantitative approach. The study population consisted of 20 grade 3 students, who were taken using purposive sampling technique. This research design uses Pre-Experiment with One-Group Pretest-Posttest model. The instrument used for data collection is a basic motion test, with a mean pretest value of 20.64 and a mean posttest value of 25.65, Hypothesis testing using Paired Sample t-test gives a significance value (2-tailed) of  $0.001 < 0.005$ , indicating a significant influence between the values before and after treatment. Thus, it can be concluded that the fundamental motor skill method has a positive influence on improving basic movements in activity activities at SLB-C Tunas Harapan Karawang.*

**Keywords:** *fundamental motor skills, basic movement, games*

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh Permainan Dalam Fundamental Motor Skill Terhadap Peningkatan Gerak Dasar Pada Anak Tunagrahita Ringan SLB-C Tunas Harapan Karawang. Metode yang digunakan adalah eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian terdiri dari 20 peserta didik kelas 3, yang diambil menggunakan menggunakan teknik purposive sampling. Desain penelitian ini menggunakan Pre-Eksperimen dengan model One-Group Pretest-Posttest. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data adalah tes gerak dasar, dengan nilai mean pretest 20,64 dan nilai mean posttest 25,65, Uji hipotesis menggunakan Paired Sample t-test memberikan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar  $0,001 < 0,005$ , menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara nilai sebelum dan sesudah perlakuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode fundamental motor skill memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan gerak dasar dalam kegiatan aktivitas disekolah SLB-C Tunas Harapan Karawang.

**Kata Kunci:** fundamental motor skill, gerak dasar, permainan

### **A. Pendahuluan**

pendidikan dapat dijelaskan dari beberapa sudut pandang yang dibahas dalam artikel ini. dengan UU No. 20 Tahun 2003, "usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara" (Annisa, 2022).

Dalam observasi yang dilakukan peneliti di SLB C Tunas Harapan Karawang pada 21 Mei 2024, peneliti melakukan kegiatan wawancara dengan guru olahraga. Dari kegiatan wawancara tersebut, disimpulkan bahwa siswa kelas 2 SLB C Tunas Harapan Karawang tahun ajaran 20223-2024 sebanyak 18 orang dengan kategori tuna grahita ringan. Siswa melakukan kegiatan olahraga setiap satu kali seminggu. Olahraga yang dilakukan siswa merupakan olahraga senam irama, olahraga yang menggunakan media, seperti melompat, melempar

bola dan menangkap bola. Dengan metode bermain, siswa sangat aktif mengikuti arahan dari guru olahraga.

Namun, Olahraga permainan yang dijalankan sering terhambat, karena koordinasi gerak siswa lamban sehingga mengganggu jalannya permainan. Contohnya adalah ketika bermain bola kecil, siswa kesulitan untuk menerima operan bola dari temannya dan masih banyak siswa yang belum bisa berjalan lurus sehingga masih perlu bantuan dari orang tua.

Dari kesimpulan wawancara ini, peneliti berasumsi bahwa permainan yang dilakukan siswa tunagrahita tersebut menggunakan keterampilan gerak dasar, karena meliputi aspek penggunaan media untuk bergerak. Selain itu, peneliti juga berasumsi bahwa koordinasi keterampilan gerak dasar siswa SLB C Tunas Harapan

Karawang tersebut masih kurang dan lamban karena sering terjadi kesalahan dalam melakukan permainan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengembangkan koordinasi keterampilan gerak dasar siswa SLB C Tunas Harapan Karawang melalui modifikasi

permainan koordinasi. Beberapa permainan koordinasi adalah berjalan diatas garis, melompat kedepan menggunakan alas kotak permainan lempar tangkap bola.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk membuat suatu penelitian tentang bagaimana cara meningkatkan koordinasi gerak dasar anak tunagrahita dengan mengembangkan modifikasi permainan pembelajaran olahraga adaptif. Dengan demikian, peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Permainan Dalam Metode Fundamental *Motor Skill* Terhadap Peningkatan Gerak Dasar Pada Anak Tunagrahita Ringan".

Tunagrahita termasuk dalam golongan anak berkebutuhan khusus (ABK). Pendidikan secara khusus untuk penyandang tunagrahita lebih dikenal dengan sebutan sekolah luar biasa (SLB). Pengertian tunagrahita pun bermacam-macam. Tunagrahita ialah istilah yang digunakan untuk menyebut anak yang mempunyai kemampuan intelektual di bawah rata-rata. Istilah lain untuk tunagrahita ialah sebutan untuk anak dengan hendaya atau penurunan kemampuan atau berkurangnya

kemampuan dalam segi kekuatan, nilai, kualitas, dan kuantitas (Siborong-borong, 2019).

Konsep anak berkebutuhan khusus digunakan untuk memberikan arahan kepada anak-anak yang mengalami pertumbuhan dan perubahan yang berbeda secara fisik, mental, emosional, dan sosial. Anak-anak ini memerlukan layanan pendidikan yang disesuaikan dengan gaya belajar dan kebutuhan unik mereka. "Berkebutuhan khusus" merujuk pada anak-anak dengan masalah kesehatan mental, gangguan perilaku, sindrom perkembangan, sindrom sensorik, atau disabilitas intelektual. Untuk membantu anak-anak ini mencapai potensi terbaik mereka, pendekatan pendidikan yang disesuaikan dan sumber daya belajar khusus diperlukan. (Amelia & Azizah, 2023).

Gerak dasar atau fundamental motor skill merupakan keterampilan yang harus dipelajari dan dikuasai oleh semua manusia Menurut (Alfarisi et al., 2023). Gerak dasar terdiri dari tiga aspek yaitu gerak dasar non lokomotor (gerak memutar badan), gerak lokomotor (jalan, lari, lompat) dan gerak dasar manipulatif (melempar, menangkap)

menurut (Nata et al., 2023). Keterampilan tersebut terdiri dari gerak lokomotor yaitu keterampilan gerak yang dimiliki seseorang yang ditandai dengan perpindahan tempat (seperti berjalan, berlari, dan melompat) (Fres, 2022). Gerak nonlokomotor yaitu keterampilan gerak yang dimiliki seseorang dengan menggerakkan anggota tubuh tanpa berpindah tempat (seperti menekuk siku, menekuk lutut, dan mengayunkan tangan/kaki) serta gerak manipulatif, yaitu keterampilan gerak seseorang yang dilakukan dengan melibatkan benda di luar tubuh (seperti menangkap, melempar, menendang, memukul bola, dan lain-lain).

Tunagrahita adalah keadaan keterbelakangan mental, keadaan ini dikenal juga retardasi mental (mental retardation). Anak tunagrahita memiliki IQ di bawah rata-rata anak normal pada umumnya, sehingga menyebabkan fungsi kecerdasan dan intelektual mereka terganggu yang menyebabkan permasalahan permasalahan lainnya yang muncul pada masa perkembangannya menurut (Dimiyati et al., 2022).

Permainan adalah aktivitas yang dilakukan untuk tujuan rekreasi,

hiburan, atau pembelajaran. Permainan sering melibatkan aturan yang harus diikuti, interaksi antara peserta, serta tujuan tertentu yang ingin dicapai. Permainan dapat dimainkan secara individu atau dalam kelompok, dan seringkali melibatkan elemen kompetisi atau kerjasama. Tujuan utama dari permainan adalah untuk menyenangkan para peserta dan memberikan pengalaman positif. Permainan dapat memiliki manfaat dalam pengembangan keterampilan, kreativitas, serta interaksi sosial (Herliza & Mawardah, 2023).

Bermain merupakan frase yang tidak asing dalam kehidupan kita. Mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, sampai lanjut usia, baik yang didengarkan, dibacakan, bahkan tidak sedikit telah terlibat secara langsung dengan sejumlah pengalaman yang disebut bermain (Taufiqurrahman et al., 2024).

Jenis permainan dapat dibagi menjadi dua jenis (Febriana Sulistya Pratiwi., 2022) yaitu: (1). Permainan Tradisional: Ini adalah permainan yang dimainkan oleh anak-anak di suatu wilayah secara tradisional. Tradisi ini berarti permainan ini telah diwariskan dari generasi ke generasi. Beberapa contoh permainan

tradisional yang dapat meningkatkan gerak dasar pada anak tunagrahita: (2). Permainan Modern: Permainan modern biasanya lebih elektris dan menarik karena diproduksi menggunakan teknologi canggih dan mesin. Akibatnya, permainan tradisional adalah permainan elektronik. Permainan elektronik, seperti berbagai mainan untuk anak-anak, biasanya digerakkan oleh arus searah.

Dari 2 jenis permainan diatas, ada beberapa permainan modifikasi yang dapat membantu meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada anak tunagrahita. Berikut beberapa contoh permainan modifikasi yang dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar pada anak tunagrahita: 1) *Sprint Goal*, 2) Lompat Dadu (Permainan menggunakan dadu), 3). Lesti (Lempar Kasti, permainan melempar tangkap bola kasti), 4) Lompat Tali (Modifikasi Permainan Lompat Tali), 5) Estafet Bola (Permainan estafer terdiri dari 3 orang menggunakan satu bola secara bergantian), 6) *Jump Block* (permainan melompat menggunakan rintangan balok), 7) *Circle ball* (permainan melompat menggunakan

rintangan balok), 8) Engklek (permainan melompat menggunakan satu kaki dan dua kaki secara bergantian melewati kotak yang sudah disediakan).

*Fundamental Motor Skill* (Keterampilan Motorik Dasar) adalah serangkaian keterampilan motorik yang esensial dan menjadi dasar bagi perkembangan keterampilan motorik yang lebih kompleks. Keterampilan ini mencakup kemampuan dasar seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, menendang, dan memukul. *Fundamental motor skill* penting karena keterampilan ini digunakan dalam berbagai aktivitas fisik dan permainan sehari-hari.

*Fundamental motor skill* (FMS) atau keterampilan gerak dasar penting dimiliki anak. Keterampilan gerak dasar merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak lebih kompleks. Sehingga gerakan-gerakan ini terjadi atas dasar gerakan refleks yang berhubungan dengan badannya, merupakan bawaan sejak lahir dan terjadi tanpa melalui latihan, tetapi dapat diperhalus lebih baik lagi dengan latihan (Gallahue & Donnelly, 2003)

## **B. Metode Penelitian**

Metode penelitian merupakan tahapan-tahapan yang akan dilaksanakan oleh peneliti dalam rangka untuk mengumpulkan informasi atau data yang telah didapat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif metode eksperimen. Penelitian eksperimen menggunakan pre test dan post test sebagai instrument untuk mengumpulkan informasi mengenai pengaruh permainan dalam metode fundamental motor skill terhadap peningkatan gerak dasar pada anak tunagrahita.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SDLB C Tunas Harapan Karawang yang berjumlah 60 siswa dan pengambilan sampel ini merujuk pada (Sugiyono, 2021) teknik sampling dalam penelitian ini adalah *Purposive sampling* ini karena sesuai untuk digunakan sebagai penelitian kuantitatif, atau penelitian-penelitian yang tidak melakukan generalisasi

Desain penelitian dalam penelitian ini yaitu *Pre-experimental design* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Dengan instrument penelitiannya yaitu tes gerak dasar dengan instrumen

diantaranya, 1). Tes lari cepat dengan jarak 40 meter untuk mengukur kecepatan. 2). Tes melempar bola tangan sejauh-jauhnya untuk mengukur koordinasi mata dan tangan. 3). Tes melompat dari atas balok setinggi 15 cm untuk mengukur power. 4). Tes lompat jauh tanpa awalan untuk mengukur power. 5). Tes berdiri di atas satu kaki selama 10 detik untuk mengukur keseimbangan.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengolah data melalui tahapan uji normalitas dan uji homogenitas yang bertujuan untuk mengetahui data normal dan homofenitas, kemudian pengujian terakhir akan dilakukan uji hipotesis untuk membuktikan adanya peningkatan pada penerapan permainan gerak dasar dengan metode fundamental motor skill pada siswa SDLB C Tunas Harapan Karawang.

## **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Penjabaran hasil data yang diperoleh dalam penelitian mengenai penerapan permainan gerak dasar dengan metode fundamental motor skill untuk meningkatkan motorik

gerak dasar pada siswa. Untuk mengetahui hasil dari tes gerak dasar.

	Sig	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,593	Normal
<i>Posttest</i>	0,416	Normal

Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan uji Shapiro-Wilk sebab sampel yang digunakan dalam penelitian ini <100. Berdasarkan hasil pengujian yang memperoleh hasil signifikan >0.005. Untuk selanjutnya akan dilakukan uji homogenitas untuk mengetahui hasil dari tes gerak dasar yang bersifat homogen atau tidak.

	Sig	Keterangan
<i>Pretest</i>	0.732	Normal
<i>Posttest</i>		

Hasil uji homogenitas hasil nilai signifikansi lebih besar dari 0.005 yaitu sebesar 0,732 maka harga signifikansi >0.005 maka hipotesis yang menyatakan bahwa data diperoleh dari populasi yang homogen dan dapat diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini berasal dari populasi yang homogen.

	Mean	$T_{Hitung}$	Sig(2-tailed)	Keterangan
<i>Pretest</i>	6.50	17.782	0.001	Signifikan
<i>Posttest</i>	10.70			

Melalui klasifikasi data diatas diketahui ada dampak dari penerapan permainan gerak dasar dengan metode fundamental motor skill pada siswa SDLB C Tunas Harapan Karawang. Pernyataan tersebut diketahui dari nilai sig yang memperoleh hasil 0,001 yang diartikan sebagai nilai sig <0.005.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan yang telah dikemukakan oleh peneliti pada bab sebelumnya, Kesimpulan dalam penelitian ini sebagai berikut: "terdapat pengaruh permainan dalam metode fundamental motor skill terhadap peningkatan gerak dasar pada anak tunagrahita ringan di SLB C Tunas Harapan Karawang". Perlakuan dengan permainan fundamental motor skill (gerak dasar) ternyata mampu meningkatkan gerak dasar peserta didik SLB C Tunas Harapan Karawang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa perlakuan

bermain merupakan salah satu upaya yang tepat untuk peningkatan gerak dasar pada anak tunagrahita ringan di SLB C Tunas Harapan Karawang.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adnyana, I. M. D. M. (2021). Populasi dan Sampel. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, 14(1), 103–116.
- Alfarisi, M. F., Bakhtiar, S., Asnaldi, A., & Wulandari, I. (2023). Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa SDNegeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 6(2), 67–73.
- Ali, M. M., Hariyati, T., Pratiwi, M. Y., & Afifah, S. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Penerapannya dalam Penelitian. *Education Journal*.2022, 2(2), 1–6.
- Amanullah, A. S. R. (2022). Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus: TunaGrahita, Down Syndrom Dan Autisme. *Jurnal Almutaja: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 1–14. <http://ejournal.iaitabah.ac.id/index.php/almurtaja/article/view/1793/1113>
- Amelia, E., & Azizah, N. (2023). Implementasi Pembelajaran Keterampilan Vokasional untuk Anak Berkebutuhan Khusus: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 6127–6140.

<https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.4180>

- Annisa, D. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(1980), 1349–1358.
- Ardianto, R. (2019). *TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK TUNAGRAHITA DI SLB BAKTI PUTRA NGAWIS KABUPATEN GUNUNGKIDUL THE LEVELS OF GROSS MOTOR ABILITY OF MENTALLY RETARDED CHILDREN IN SLB BAKTI PUTRA NGAWIS GUNUNGKIDUL REGENCY.*
- Ariwibowo, G. (2020). *PENGARUH PERMAINAN LOM MPAT KARDUS TERHADAP PENINGKATAN TINGKAT LOM MPATAN PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMA NEGERI 1 PADANG GUNUNGKIDUL T. August.*
- Chrissandy, Y. C. D. (2019). Efektivitas Pembelajaran Berbantuan Trainer Komponen Aktif Untuk Meningkatkan Kompetensi Analisis Sifat Komponen Aktif Pada Mata Pelajaran Dasar Listrik Dan Elektronika Siswa Kelas X Toi Di Smk Kristen 1 Klaten. *Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta*, 2, 1–13. <https://eprints.uny.ac.id/63590/>
- Dewi, Kusuma, Arum, W. (2020). *PENGARUH PERMAINAN SEPAKBOLA MODIFIKASI DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP PENINGKATAN*

KERJASAMA PESERTA DIDIK  
KELAS VIII SMP NEGERI 2  
DEPOK. *PENGARUH  
PERMAINAN SEPAKBOLA  
MODIFIKASI DALAM  
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN  
JASMANI TERHADAP  
PENINGKATAN KERJASAMA  
PESERTA DIDIK KELAS VIII  
SMP NEGERI 2 DEPOK, 7, 1–25.*

Dimiyati, A., Priyanti, E., Dewi, R. R.  
K., Iqbal, R., & Julianti, R. R.  
(2022). Workshop Model  
Permainan Olahraga Untuk Anak  
Disabilitas Tunagrahita di SLB C  
Tunas Harapan Karawang. *Jurnal  
Pengabdian Masyarakat  
Progresif Humanis Brainstorming*,  
5(3), 484–488.  
[https://doi.org/10.30591/japhb.v5i  
3.3866](https://doi.org/10.30591/japhb.v5i3.3866)