



# Efektivitas Permainan Lompat Tali Karet untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar pada Anak Tunagrahita Ringan di SLB Hikmah Reformasi Padang

Niza Fitria Auliani, Ardisal

Received: 01 08 2019 / Accepted: 11 08 2016 / Published online: 12 08 2019

© 2019 Association of Indonesian Islamic Kindergarten Teachers Education Study Program

**Abstrak** Penelitian ini mengungkap tentang anak tunagrahita ringan di SLB Hikmah Reformasi Padang yang mengalami masalah pada kemampuan manipulatif motorik kasar pada keseimbangan tubuh saat melompat. Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui apakah permainan lompat tali karet efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita ringan. Metode penelitian yang digunakan yaitu *single subject research* dengan desain A-B-A. Kemampuan yang diukur berupa tes perbuatan yaitu melakukan permainan lompat tali karet diawali dengan berdiri tegak, melompat dengan dua kaki sebagai tolakan, gerakan melayang di udara dengan kedua kaki sedikit ditekukkan, mengatur keseimbangan tubuh ketika mendarat, serta fleksibilitas anak dalam melakukan gerakan melompat. Kemudian peneliti melakukan analisis data yaitu pada A1 kondisi awal kemampuan motorik kasar anak memperoleh hasil 22,22%, pada kondisi B anak diberikan perlakuan melalui permainan lompat tali karet diperoleh hasil 88,88%. Pada kondisi A2 pengamatan kemampuan anak setelah tidak diberikan permainan (perlakuan) memperoleh hasil 88,88%. Dari hasil tersebut diketahui kemampuan anak mengalami peningkatan menggunakan permainan lompat tali karet.

**Kata kunci:** permainan lompat tali karet, motorik kasar, tunagrahita ringan

**Abstract** This research reveals that the child is mental retardation in the SLB of Hikmah Reformasi Padang that has problems with the rough motor capability that is the balance of the body when jumping. The research is aimed at finding out if the elastic rope jumping game is effective for enhancing the rough motor skills in the child is mental retardation. The research method used is *single subject research* using A-B-A design. Tests given in the form of action tests are performing a rubber rope jumping game starting with standing upright, jumping with two legs as a rejection, the movement hovering in the air with both legs slightly attached, regulating the balance of the body when And the flexibility of the child in the jumping movement. Then the researcher conducting data analysis ie at A1 the initial condition of the rough motor ability of the child to obtain the result 22.22%, on condition B given the child treatment through the game of rubber rope jump obtained yield 88.88%. Next on condition A2 observations of child ability after not given the game (treatment) obtained the result 88.88%. From these results known children's abilities have improved using a rubber dance jumping game.

**Keywords:** rubber dance jumping game, rough motor, mental retardation

## Pendahuluan

Perkembangan fisik yang dimiliki oleh setiap individu erat kaitannya dengan perkembangan motorik. Perkembangan motorik merupakan unsur perkembangan dari kematangan dan pengendalian gerak tubuh, pusat pengendaliannya berada di dalam otak manusia (Hasanah,

2016; Agustin & Sari, 2017). Jadi, perkembangan motorik erat kaitannya dengan kematangan dan pengendalian gerak tubuh yang berpusat di otak. Perkembangan motorik berkembang sejalan dengan proses bertambahnya usia secara bertahap, mulai dari gerakan sederhana sampai gerakan yang kompleks. Bagi anak usia pra sekolah perlu sekali diajarkan dan dilatih perkembangan motorik kasar diantaranya keterampilan berolahraga dan berbagai permainan yang meaktifkan gerakan motorik kasar (Yusuf, 2015). Salah satu bagian dari perkembangan motorik kasar yang dibutuhkan adalah otot dan syaraf yang pengendaliannya terjadi di otak (Febriani, 2016; Aghnaita, 2017).

Gerakan motorik kasar merupakan gerakan berbagai bagian tubuh yang diperintahkan oleh otak serta mengatur gerakan tubuh terhadap pengaruh dari luar dan dalam tubuh anak (Ramandani, 2018). Gerakan motorik kasar yang baik dapat meningkatkan minat dan daya tarik anak terhadap pembelajaran di sekolah. Upaya dalam mengembangkan motorik kasar dapat dilakukan dengan berbagai hal seperti senam dan permainan yang melibatkan motorik kasar. Adapun gerakan-gerakan yang melibatkan aktivitas motorik kasar dalam kehidupan sehari-hari seperti berjalan, berlari, melompat, melompat, menendang dan memanjat memerlukan keseimbangan tubuh dalam setiap aktivitas tersebut. Kemampuan motorik kasar dapat dibagi kedalam tiga kategori yaitu kemampuan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif (Rohendi & Seba, 2017).

Kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan gerak otot-otot besar dalam melakukan pengendalian gerak tubuh yang didasari oleh keseimbangan tubuh. Keseimbangan tubuh merupakan kemampuan tubuh dalam melakukan pengontrolan terhadap masa tubuh dan gravitasi terhadap bidang tumpu yang membuat tubuh mampu melakukan kegiatan dengan baik dan efisien saat posisi tegak (P & NK, 2015). Selain itu, keseimbangan diartikan juga sebagai kemampuan seseorang dalam mengendalikan tubuh dalam melakukan gerakan motorik kasar seperti pada saat tolakan dan saat melayang di udara (Tahir, 2018). Jadi, keseimbangan adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengendalikan tubuh terhadap bidang tumpuan ketika melakukan gerakan motorik kasar.

Apabila salah satu fungsi dari aspek motorik kasar tidak berjalan dengan baik maka akan berakibat tidak sempurnanya kegiatan sehari-hari yang dilakukan oleh anak. Hal tersebut juga dialami oleh anak berkebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus memiliki kebutuhan gerak yang lebih besar dari pada anak normal pada umumnya, hal ini disebabkan karena hambatan yang dimiliki oleh setiap karakteristik anak berkebutuhan khusus dalam aspek motorik, sensori, intelektual, dan tingkah laku (Ardisal, Taufan, Damri, & Arise, 2018). Salah satu dari anak berkebutuhan khusus yang mengalami hambatan dalam perkembangan motorik kasar adalah anak tunagrahita ringan.

Anak tunagrahita adalah anak yang mengalami keterbelakangan mental dalam perkembangannya yang disertai dengan ketidakmampuan dalam mengikuti pembelajaran dengan anak seusianya dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya (Iswari, 2008). Anak tunagrahita ringan adalah kondisi yang kompleks menunjukkan kemampuan intelektual yang rendah dan mengalami hambatan dalam perilaku adaptif atau kemampuan seseorang dalam memikul tanggung jawab sosial menurut ukuran norma tertentu (Endang & Abidin, 2005). Jadi, anak tunagrahita ringan adalah anak yang memiliki kemampuan intelektual di bawah rata-rata dari anak normal pada umumnya dan juga mengalami keterlambatan dalam perkembangan motorik yang dimiliki anak tersebut.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SLB Hikmah Reformasi Padang pada tanggal 8 sampai 10 Januari 2019, peneliti menemukan seorang anak tunagrahita ringan yang mengalami masalah pada perkembangan motorik kasar. Pada waktu senam pagi anak

tersebut bermasalah pada bagian gerakan yang memerlukan keseimbangan tubuh seperti melompat. Pada saat melakukan senam terlihat anak tidak terlalu menggerakkan kakinya, bahkan anak ketika senam hanya menggerak-gerakan kakinya sedikit saja. Sehingga tampak gerakan yang dilakukan anak saat senam terlihat kaku dan tidak luwes. Hal tersebut terlihat lagi ketika gerakan melompat dan mengangkat kaki sebelah atau gerakan yang memerlukan keseimbangan tubuh. Upaya guru dalam membantu anak mengarahkan gerakan senam yang salah dilakukan ke gerakan yang benar. Namun anak tetap melakukan gerakan yang sama dengan gerakan sebelumnya.

Berdasarkan hasil *asesmen* yang dilakukan peneliti, terbukti ketika peneliti menginstruksikan kepada anak untuk mengangkat kaki sebelah, anak melakukan hal yang sama mengangkat kaki sedikit saja, lalu menjatuhkan lagi, bahkan anak melakukan gerakan seperti menjinjitkan kaki sebelah. Sedangkan pada saat melakukan gerakan melompat kekanan, kekiri, kedepan dan kebelakang gerakan anak yaitu seperti melakukan gerakan melompat keatas dan kaki anak bergeser sedikit saja dari tempat berdiri anak, terlihat saat melakukan gerakan tersebut anak berusaha keras menggerakkan badannya. Sehingga gerakan yang dihasilkan anak terlihat kaku, tidak luwes dalam menggerakkan tubuhnya, bahkan ketika melakukan gerakan tersebut anak mengalami kesulitan ketika menempatkan kaki untuk keseimbangan tubuh waktu mendarat.

Setelah melakukan hal tersebut di atas, peneliti menemui guru kelas untuk mengkonsultasikan masalah yang penulis temukan pada anak. Guru mengatakan bahwa anak masih mengalami masalah pada saat menggerakkan kaki ketika senam. Hal tersebut dikarenakan anak masih mengalami masalah pada bagian motorik kasar yaitu melompat, meloncat. Terutama pada keseimbangan tubuh, anak masih sulit melakukan aktivitas yang berkaitan dengan keseimbangan tubuh waktu melompat, contohnya saat senam pagi anak tidak terlalu menggerakkan kakinya ketika gerakan yang memerlukan keseimbangan tubuh. Guru terus berupaya untuk memperbaiki gerakan yang dilakukan anak. Guru dapat berperan dalam pengembangan motorik anak, terutama dalam kegiatan bermain (Wahyu, 2018). Hal itu bertujuan untuk meningkatkan keseimbangan tubuh anak dan kebugaran jasmani anak dan mempersiapkan diri anak sebelum pembelajaran dimulai, karena tubuh yang sehat dapat meningkatkan daya kerja otak anak.

Berdasarkan permasalahan di atas, upaya yang dapat dilakukan dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita ringan adalah dengan berbagai permainan yang melibatkan aktivitas fisik dan motorik anak. Bermain merupakan suatu aktivitas yang memberikan kesenangan terhadap diri anak karena saat bermain anak dapat meluapkan emosi, perasaan dan pikirannya sepanjang aktivitas bermain dapat merasakan dirinya terhibur (Setyoningsih, 2013; Purnama, *et al*, 2019). Sedangkan permainan merupakan suatu kegiatan yang paling murni dan spiritual dari diri manusia karena permainan dapat memberikan kesenangan, kepuasan, kebebasan serta kebahagiaan lahir batin bagi yang pemain (Hendrayana, 2003). Permainan juga diartikan sebagai suatu alat yang dapat menstimulus perkembangan anak dilakukan secara sadar dan sukarela tanpa paksaan dalam batas waktu, tempat, dan ikatan peraturan tertentu (Ramandani, 2018). Secara alamiah bermain dapat meluapkan semua hal yang dirasakan anak, sedangkan permainan adalah sifat alamiah dari diri anak untuk menggunakan suatu alat untuk bermain dan diikat oleh suatu aturan permainan.

Salah satu permainan yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar adalah permainan lompat tali karet. Permainan lompat tali karet adalah salah satu permainan yang melibatkan aktivitas motorik kasar dalam memainkannya. Permainan lompat tali merupakan permainan melompat dengan rintangan tali yang terbuat dari karet, dirajut menjadi panjang

(Anggraeni, 2014). Melompat adalah kegiatan melakukan tolakan dengan bertumpu pada kaki (Decaprio, 2017). Permainan ini dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak, karena di dalam permainan ini anak akan melakukan gerakan yang melibatkan semua gerakan tubuh. Gerakan yang dilakukan dalam permainan ini adalah gerakan melompat dan keseimbangan tubuh disaat melakukan gerakan melompat. Aturan dalam permainan lompat tali biasanya diatur bersama oleh pemain. Permainan berhenti jika melanggar aturan permainan yang telah dibuat, misalnya tidak boleh mengenai tali saat melompat (Askalin, 2013).

Permainan lompat tali yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu permainan lompat tali karet berbentuk persegi panjang dimainkan dengan tali karet yang di anyam memanjang dibuat berbentuk persegi panjang dengan cara mengikatkan setiap ujung karet dan pemain bermain dengan membuat bentuk persegi panjang untuk arena tempat melakukan lompatan. Permainan ini diawali dengan lima kali lompatan dengan gerakan yang sama. Sehingga permainan ini dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak, karena perkembangan motorik kasar merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kepercayaan diri pada anak dan tolak ukur yang digunakan untuk mengetahui capaian keterampilan dan ketangkasan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari, baik anak normal maupun anak berkebutuhan khusus.

## Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen berbentuk *Single Subject Research (SSR)*. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya akibat hubungan dari sebab akibat (Arikunto, 2005). Penelitian ini menggunakan desain A-B-A. Desain ini merupakan desain lanjutan dari desain A-B, karena telah menunjukkan sebab akibat antara variabel (Sunanto, 2005). Pertama target *behavior* diukur secara cermat pada kondisi *baseline* (A1), kemudian pada intervensi (B), selanjutnya pada fase kontrol setelah dilakukan intervensi pada kondisi *baseline* (A2). Pada penelitian ini yang menjadi kondisi *baseline* (A1) adalah kemampuan awal motorik kasar anak tunagrahita ringan, pada kondisi intervensi (B) perlakuan yang diberikan kepada anak menggunakan permainan lompat tali karet, dan untuk kondisi *baseline* (A2) yaitu sebagai kontrol setelah dilakukan intervensi terhadap kemampuan motorik kasar anak.

Kemampuan motorik kasar perlu dikembangkan untuk meningkatkan rasa percaya diri anak dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Selain itu dapat meningkatkan kesehatan jasmani anak dan mempersiapkan diri anak sebelum pembelajaran dimulai di sekolah. Adapun variabel dari penelitian ini yaitu terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi variabel terikat, sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang di pengaruhi oleh variabel bebas. Variabel bebas pada penelitian ini adalah permainan lompat tali karet dan variabel terikatnya adalah kemampuan motorik kasar.

Jenis pengukuran yang digunakan dalam mengukur kemampuan motorik kasar adalah mampu mengatur keseimbangan tubuh saat melakukan gerakan melompat, meliputi berdiri tegak, melompat dengan kedua kaki sebagai tolakan, melayang di udara dengan kedua kaki sedikit ditekukkan, mendarat dengan lutut sedikit dibengkokkan dan fleksibilitas anak dalam melakukan gerakan melompat, sehingga anak mampu menggerakkan motorik kasar bagian kaki secara luwes dan tidak kaku saat melakukan gerakan melompat.

Sebagai subjek pada penelitian ini adalah seorang anak tunagrahita ringan kelas 3 SD di SLB Hikmah Reformasi Padang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah observasi, wawancara, studi dokumentasi dan tes (Iskandar, 2010). Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan studi dokumentasi yang diamati langsung. Tes digunakan untuk mengukur ada atau tidaknya perubahan yang diteliti (Arikunto, 2005) adalah tes

perbuatan dengan cara melakukan permainan lompat tali karet berdasarkan aturan yang dibuat sebelum permainan dimulai. 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 anak digunakan rumus (Purwanto, 2013) sebagai berikut:

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

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.

### Hasil Penelitian dan Analisis

Penelitian ini dilakukan dalam tiga tahap yaitu tahap pertama dilakukan pengamatan pada kondisi awal anak sebelum diberikan perlakuan terhadap motorik kasar anak melalui permainan lompat tali karet disebut dengan *baseline* 1 (A1), selanjutnya tahap kedua pengamatan dilakukan pada target *behavior* adalah setelah diberikan perlakuan atau intervensi (B) dengan menggunakan permainan lompat tali karet, kemudian tahap ketiga peneliti melakukan pengamatan terhadap kemampuan anak dalam motorik kasarnya setelah tidak diberikan permainan atau intervensi/perlakuan disebut *baseline* 2 (A2).

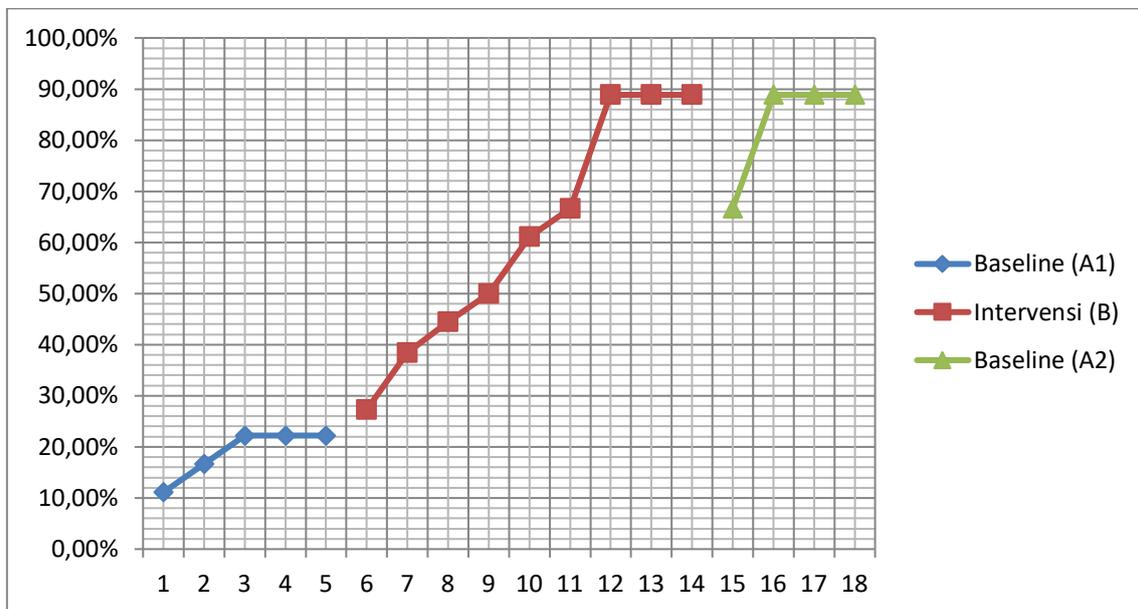
Pada kondisi *baseline* (A1) yaitu melakukan pengamatan pada kondisi awal kemampuan motorik kasar anak dalam keseimbangan tubuh saat melompat sebelum diberikan perlakuan. Pengamatan dan pencatatan dilakukan saat anak melakukan senam yang biasa dilakukan setiap pagi disekolah. Pengamatan dilakukan selama lima kali dengan hasil pengamatan pertama memperoleh dari sembilan item anak mampu melakukan satu item dengan hasil 11,11%, pengamatan kedua memperoleh dari sembilan item anak mampu melakukan satu item dan mampu dengan bantuan satu item hasil 16,67%, dan pengamatan ketiga sampai kelima memperoleh dari sembilan item anak mampu melakukan dua item hasil 22,22%. Pada hari kelima peneliti menghentikan pengamatan karena data yang diperoleh sudah menunjukkan kestabilan dari jumlah item yang dilakukan anak. Hasil pengamatan yang peneliti lakukan pada *baseline* (A1) didapatkan hasil bahwa anak masih bermasalah pada kemampuan motorik kasar dalam keseimbangan tubuh saat melompat.

Kemudian pada kondisi intervensi (B) anak diberikan perlakuan dengan menggunakan permainan lompat tali karet. Permainan ini dilakukan secara berulang-ulang sebanyak dua kali permainan, jika anak merasa bosan dan lelah, maka permainan dihentikan. Pengamatan dan pencatatan kemampuan motorik kasar anak kembali di ukur kesembilan item dalam keseimbangan tubuh saat melompat pada waktu berdiri tegak dengan kaki sedikit diregangkan, melompat dengan dua kaki sebagai tolakan meliputi melompat keatas/ditempat dan melompat kedepan, anak melakukan gerakan melayang di udara dengan kedua kaki sedikit ditekukkan ketika melompat meliputi melompat keatas/ditempat dan melompat kedepan, mengatur keseimbangan tubuh ketika mendarat dengan lutut sedikit dibengkokkan meliputi melompat keatas/ditempat dan melompat kedepan, serta anak mampu melakukan gerakan melompat secara fleksibel meliputi melompat keatas/ditempat dan melompat kedepan. Pengamatan pada kondisi ini dilakukan selama sembilan kali pengamatan dengan hasil yaitu pengamatan pertama memperoleh hasil 27,28%, pengamatan kedua memperoleh hasil 38,39%, pertemuan ketiga memperoleh hasil 44,44%, pengamatan keempat memperoleh hasil 50%,

pengamatan kelima memperoleh hasil 61,11%, pengamatan keenam memperoleh hasil 66,67%, dan pengamatan ketujuh sampai sembilan memperoleh hasil 88,88%. Peneliti memberhentikan pengamatan pada hari kesembilan karena hasil data yang diperoleh sudah stabil dan terlihat kemampuan motorik kasar anak dalam keseimbangan tubuh waktu melompat sudah mengalami peningkatan.

Selanjutnya pada kondisi *baseline* (A2) peneliti meminta anak melakukan gerakan motorik kasar tanpa perlakuan yaitu kondisi anak setelah diberikan *intervensi* atau perlakuan. Pada kondisi ini terlihat bahwa kemampuan motorik kasar anak mulai bisa digerakan dengan baik, luwes dan tidak kaku. Pengamatan pada kondisi ini dilakukan selama empat kali dengan hasil yaitu pada pengamatan pertama diperoleh hasil 66,67% dan pada pengamatan kedua sampai keempat diperoleh hasil 88,88%. Berdasarkan hasil pengamatan tersebut terlihat bahwa kemampuan motorik kasar anak sudah berkembang dengan baik meskipun pada pertemuan pertama *baseline* (A2) anak mengalami penurunan, namun di hari kedua kemampuan motorik kasar anak meningkat lagi sampai hari keempat, sehingga pada hari keempat diperoleh data kestabilan.

Perbandingan hasil yang diperoleh pada kondisi *baseline* (A1), *intervensi* (B), dan *baseline* (A2) dapat dilihat pada grafik berikut:

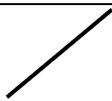


Gambar 1. Grafik Hasil *Baseline* (A1), *Intervensi* (B), *Baseline* (A2)

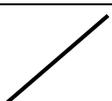
Berdasarkan grafik di atas terlihat presentase kemampuan anak pada kondisi *baseline* (A1) hasil data tertinggi 22,22%. Kemudian pada kondisi *intervensi* (B) presentase kemampuan anak tertinggi 88,88% dengan memberikan perlakuan permainan lompat tali karet, selanjutnya pada *baseline* (A2) presentase kemampuan anak selama tidak lagi diberikan perlakuan 88,88%. Hal ini membuktikan bahwa kemampuan motorik kasar anak dalam keseimbangan tubuh saat melompat sudah mulai berkembang dengan baik, gerakan anak sudah mulai luwes dan tidak kaku lagi dalam melakukan gerakan melompat.

Kemudian dari hasil data yang telah diperoleh dianalisis data dalam kondisi dan analisis data antar kondisi. Hasil dari analisis data dalam kondisi dan antar kondisi dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Rangkuman Analisis Visual dalam Kondisi

No	Kondisi	Target behavior	A1	B	A2
1	Panjang kondisi	Kemampuan motorik kasar	5	9	4
2	Estimasi kecenderungan arah	Kemampuan motorik kasar	 (+)	 (+)	 (=)
3	Kecenderungan stabilitas	Kemampuan motorik kasar	20% (Tidak Stabil)	55,55% (Tidak Stabil)	100% (Stabil)
4	Jejak data	Kemampuan motorik kasar	 (+)	 (+)	 (=)
5	Level stabilitas dan rentang	Kemampuan motorik kasar	Variabel 11,11%- 22,22%	Variabel 27,28%- 88,88%	Stabil 66,67%- 88,88%
6	Level perubahan	Kemampuan motorik kasar	22,22% - 11,11% = 11,11% (+)	88,88% - 27,28% = 61,6% (+)	88,88% - 66,667% = 22,21% (+)

Tabel 2. Rangkuman Hasil Analisis antar Kondisi

No	Kondisi	Target behavior	A1/B/A2
1	Jumlah variabel yang berubah	Kemampuan motorik kasar	1
2	Perubahan kecenderungan arah	Kemampuan motorik kasar	 (+)
			 (+)
			 (=)
3	Perubahan kecenderungan stabilitas	Kemampuan motorik kasar	Variabel ke variabel ke stabil
4	Level perubahan	Kemampuan motorik kasar	27,28 - 22,22 = 5,06 (+)
			88,88 - 27,28 = 61,6 (+)
5	Presentase	Kemampuan motorik kasar	0%                      33,33%

**Pembahasan**

Penelitian ini membahas tentang anak berkebutuhan khusus yaitu tunagrahita ringan yang memiliki masalah pada kemampuan motorik kasar. Anak tunagrahita ringan memiliki kebutuhan gerak yang lebih besar dari pada anak normal umumnya, hal tersebut dikarenakan anak memiliki hambatan dalam aspek motorik, sensori, intelektual, dan tingkah laku (Ardisal et al., 2018). Penelitian dilakukan selama 18 kali pengamatan yang dilaksanakan pada tiga kondisi yaitu *baseline* (A1) lima kali pengamatan, intervensi (B) sembilan kali pertemuan, dan *baseline* (A2) empat kali pengamatan. Pada kondisi *baseline* (A1) skor tertinggi yang diperoleh anak adalah 22,22%, selanjutnya pada kondisi intervensi skor tertinggi yang diperoleh anak 88,88%,

kemudian pada kondisi *baseline* (A2) skor tertinggi yang diperoleh anak 88,88%. Hal tersebut membuktikan setiap kondisi kemampuan anak meningkat dan stabil.

Hasil analisis datapun membuktikan bahwa pengaruh intervensi permainan lompat tali karet dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita ringan. Hal ini membuktikan bahwa desain A-B-A adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dengan variabel bebas (Sunanto, 2005). Pada *baseline* (A1) mendapatkan hasil bahwa kemampuan motorik kasar anak mengalami kenaikan dan stabil. Kemudian pada kondisi intervensi menggunakan permainan lompat karet, intervensi setiap pengamatan meningkat dan tiga pertemuan terakhir mendapatkan hasil yang sama, maka intervensi dihentikan karena sudah mendapatkan hasil yang stabil. Selanjutnya pada *baseline* (A2) setelah tidak diberikan permainan lompat tali karet hasil pengamatan menunjukkan meningkat dan stabil.

Kegiatan ini bertujuan untuk membantu anak dalam meningkatkan kemampuan motorik kasarnya dalam keseimbangan tubuh saat melompat. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk dijadikan salah satu pedoman dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak terutama anak berkebutuhan khusus yang mengalami masalah pada perkembangan motorik kasar. Hal ini dikarenakan pada umumnya anak berkebutuhan khusus memiliki masalah pada perkembangan motorik kasar, salah satunya anak tunagrahita ringan.

Oleh karena itu, hasil penelitian yang telah peneliti lakukan terbukti bahwa permainan lompat tali karet 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 tali karet dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita ringan di SLB Hikmah Reformasi Padang.

### **Simpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada anak tunagrahita ringan di SLB Hikmah Reformasi bertujuan untuk mengetahui apakah permainan lompat tali karet efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita ringan. Hasil yang diperoleh permainan lompat tali karet efektif untuk kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan. Hal tersebut terbukti dengan meningkatnya kemampuan motorik kasar dalam keseimbangan tubuh saat melompat pada anak awalnya tidak berkembang dengan baik menjadi baik dan dapat dilihat pada grafik analisis data yang telah dibuat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa permainan lompat tali karet efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita ringan di SLB Hikmah Reformasi Padang. Oleh karena itu, pendidik dapat memberikan permainan lompat tali karet dalam anak berkebutuhan khusus yang bermasalah pada perkembangan motorik kasar terutama keseimbangan tubuh saat melompat.

### **Daftar Rujukan**

- Anggraeni, D. (2014). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar melalui Permainan Tradisional Lompat Tali bagi Anak Tunagrahita Sedang Kelas III SDLB di SLB C Wiyata Dharma II Tempel, (September). Online: <https://core.ac.uk/download/pdf/78028343.pdf>
- Aghnaita. (2017). Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak), *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 3 (2), pp. 219-234. DOI: <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-09>

- Agustin, T., & Sari, A. P. I. (2017). The Influence Of Traditional Games and Age Against The Abominabel Motorik Ability Of Childhood Tunagrahita. Online: <http://eprints.binadarma.ac.id/id/eprint/3825>.
- Ardisal, Taufan, J., Damri, & Arise. (2018). Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif bagi anak dengan hambatan fisik dan motorik, 2(2003), 19–24. Online: <http://jpkk.ppj.unp.ac.id/index.php/jpkk/article/view/496>
- Arikunto, S. (2005). *Manajemen Penelitian*. PT. Asdi Mahastya: Jakarta.
- Askalin. (2013). *100 Permainan dan Perlombaan Rakyat*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Decaprio, R. (2017). *Panduan Mengembangkan Kecerdasan Motorik Siwa*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Endang, R., & Abidin, Z. (2005). *Pengembangan Program Pembelajaran bagi Anak Tunagrahita*. Jakarta: Depennas.
- Febriani, E. (2016). Upaya Meningkatkan Pengembangan Motorik Kasar (Melompat) Anak melalui Permainan Lompat Tali pada Kelompok B TK Al-hidayah Palaosan Tahun Pelajaran 2015-2016, (November 2015), 35–40. Online: <https://www.jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/pip/article/view/7498>
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 2 (1), pp. 115-134. Online: <http://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/index.php/alathfal/article/view/1232>.
- Hendrayana, Y. (2003). *Pembelajaran Permainan Dasar*. Bandung: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Iskandar. (2010). *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Iswari, M. (2008). *Kecakapan Hidup bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Padang: UNP Press.
- P, A. M. D., & NK, K. D. (2015). Optimalisasi Kelenturan (Flexibility), Keseimbangan (Balance), dan Kekuatan (Strength) Tubuh Manusia Secara Instan dengan Menggunakan, (2000), 40–50. Online: <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/virgin/article/view/50>
- Purnama, S., Hijriyani, Y.S., dan Heldanita. (2019). *Pengembangan Alat Permainan Edukatif Anak Usia Dini*. Bandung: Rosda.
- Purwanto, N. (2013). *Prinsip-prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya.
- Ramandani, T. (2018). Pengaruh Permainan Lompat Tali terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok A di RA Raden Fatah Podorejo Sumbergempol Tulungagung, (April). Online: <http://repo.iain-tulungagung.ac.id/id/eprint/8853>
- Rohendi, A., & Seba, L. (2017). *Perkembangan Motorik: Pengantar Teori dan Implikasinya dalam Belajar*. Bandung: alfabeta.
- Setyoningsih, M. (2013). Peran Terapi Bermain pada Perkembangan Motorik Kasar Anak Tunagrahita. Online: <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/1787>
- Sunanto, J. (2005). *Pengantar Penelitian dengan Subyek Tunggal*. Bandung: UPI Press.
- Sunanto, J. (2006). *Penelitian dengan Subyek Tunggal*. Bandung: UPI Press.

- Tahir, I. (2018). Pengaruh Kecepatan, Keseimbangan dan Motivasi terhadap Kemampuan Lompat Jauh Siswa SMA Negeri 1 Sidrap. Online: <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/10711>
- Yusuf, S. (2015). *Paikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Wahyu. (2018). Peran Guru Menggunakan Alat Permainan Edukatif dalam Proses Pembelajaran Anak Usia Dini. *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education*, 3 (2), pp. 215-224. Online: <http://journal.pps-pgra.org/index.php/Ijiece/article/view/119>.