

PENERAPAN PERMAINAN ENKLEK UNTUK MELATIH KESEIMBANGAN ANAK TUNAGRAHITA RINGAN SMPLB DHARMA BHAKTI UNGARAN

Deny Effendi

Denyeffendi98@gmail.com

Abstract

The background of this research is that the traditional hopscotch game is a game that requires a good level of balance, therefore the traditional hopscotch game is considered effective for training balance. This study aims to improve the balance ability of mild mentally retarded children at SMPLB Dharma Bhakti Ungaran.

This study uses a quantitative experimental method. The instruments in this study were the standing stork test and the blind standing stork test. The population in this study were mild mentally retarded children at SMPLB Dharma Bhakti Ungaran. The sample is 12 children. The research results obtained that the average balance ability of mentally retarded children obtained an increase percentage of 18.8%. The normality value for pretest and posttest data was more than the value $\alpha = 0.05$ or obtained a Sig value of $0.330 > 0.05$ in the pretest obtained a sig value of $0.206 > 0.05$ on the posttest, the data is concluded to be normal, while the homogeneity value of the Sig value is greater, $p > 0.05$ or $0.187 > 0.05$, so the data can be concluded to be homogeneous. The conclusion in this study is that after being given treatment with traditional hopscotch games it has increased, this is proven after being given a paired sample t-test hypothesis test on pretest data and posttest data and obtained a Sig value of $0.002 < 0.05$ so it can be concluded that there is a significant effect of application of the traditional hopscotch game to the balance of mild mentally retarded children at SLB Dharma Bhakti Ungaran. Suggestions for mentally retarded children at SLB Dharma Bhakti Ungaran balance is not only needed when playing hopscotch but balance is very important in daily activities and every human activity cannot be separated off balance.

Keywords: *Learning, hopscotch game, balance of mentally retarded children.*

Abstrak

Latar belakang penelitian ini adalah bahwa permainan tradisional engklek merupakan permainan yang membutuhkan tingkat keseimbangan yang baik oleh karena itu permainan tradisional engklek dinilai efektif untuk melatih keseimbangan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan keseimbangan anak tunagrahita ringan di SMPLB Dharma Bhakti Ungaran. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen kuantitatif. Instrumen dalam penelitian ini adalah standing stork tes dan standing stork tes blind. Populasi dalam penelitian ini adalah anak Tunagrahita ringan SMPLB Dharma Bhakti Ungaran. Sampelnya adalah 12 anak. Hasil Penelitian data diperoleh rata-rata kemampuan keseimbangan anak tunagrahita memperoleh persentase peningkatan sebesar 18,8%. Nilai normalitas untuk data pretest dan posttest lebih dari nilai $\alpha = 0,05$ atau diperoleh nilai Sig $0,330 > 0,05$ pada pretest diperoleh nilai sig $0,206 > 0,05$ pada posttest maka data disimpulkan normal, Sedangkan nilai homogenitas nilai Sig lebih besar $p > 0,05$ atau $0,187 > 0,05$ maka data dapat disimpulkan homegen. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah Setelah diberikan treatment dengan permainan tradisional engklek mengalami peningkatan, hal ini terbukti setelah diberikan uji Hipotesis paired sample t-test pada data pretest dan data posttest dan diperoleh nilai Sig $0,002 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan permainan tradisional engklek terhadap keseimbangan anak tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran. Saran untuk para anak tunagrahita di SLB Dharma Bhakti Ungaran keseimbangan tidak hanya diperlukan pada saat bermain engklek saja tetapi keseimbangan sangat penting dalam kegiatan sehari-hari dan setiap kegiatan manusia tidak bisa terlepas dari keseimbangan.

Kata kunci : Pembelajaran, permainan engklek, keseimbangan anak tunagrahita.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu aktifitas pembelajaran yang dilakukan agar peserta didik dapat aktif belajar dan mengembangkan setiap potensi yang dimiliki dalam dirinya yaitu dari segi aspek kecerdasan, pengetahuan dan kepribadian. Dalam UU nomor 20 tahun 2003 terkait SISDIKNAS yaitu “Pendidikan adalah 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 ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Era sekarang ini olahraga tidak hanya diperuntukan bagi orang yang normal fisiknya tetapi juga diperuntukan bagi orang yang berkebutuhan khusus. Pendidikan SLB merupakan pendidikan yang khusus diperuntukan untuk anak berkebutuhan khusus. Mengacu pada pasal 1 ayat 16 UU Sistem Keolahragaan Nasional terkait olahraga penyandang cacat yakni “olahraga yang khusus dilakukan sesuai dengan kondisi kelainan fisik dan/atau mental seseorang”. Sedangkan pendidikan luar biasa menurut Encyclopaedia Britannica, ialah pendidikan yang ditujukan pada anak yang berbeda secara mental dan fisik sehingga mereka membutuhkan modifikasi secara pembelajaran dan praktik dari sekolah yang biasa. Pendidikan luar biasa dalam PP No. 72 Tahun 1991 yaitu “pendidikan yang khusus diberikan kepada peserta didik yang menyandang kelainan pada fisik dan mental”.

Anak yang mempunyai perbedaan secara intelektual dan mental berbeda dengan anak pada umumnya merupakan anak tunagrahita. Sedangkan anak tunagrahita menurut (Hermawan, 2013 dan Maria J. Wantah 2007:2) yakni anak yang mempunyai IQ di bawah rata-rata, dimana anak tersebut mengalami kesulitan untuk berinteraksi dengan orang lain. American Association of Mental Deficiency (AAMD) berpendapat bahwa tunagrahita ialah anak yang mempunyai intelektual di bawah rata-rata anak pada umumnya, sehingga mengalami keterbatasan dalam menyesuaikan perilaku adaptif yang terjadi pada masa perkembangannya anak.

Pendidikan jasmani adaptif merupakan pendidikan jasmani yang ditujukan kepada anak berkebutuhan khusus tak terkecuali anak tunagrahita. Dari model pembelajaran pendidikan jasmani adaptif salah satu pendekatan pembelajaran melalui permainan tradisional dengan bertujuan siswa memiliki daya tarik untuk aktif mengikuti pembelajaran. Seperti yang dikatakan Linda dan Rifki (2020:13) setelah diterapkan permainan tradisional terdapat peningkatan yang signifikan terhadap gerak dasar lokomotor siswa tunagrahita ringan. Permainan yang sejak zaman dahulu sudah ada dengan menggunakan alat seadanya dan berkembang di daerah tertentu yang diajarkan turun temurun. Menurut Susanti (2022:42) mengatakan permainan tradisional merupakan aktifitas permainan yang tumbuh dan mengandung nilai-nilai budaya serta tatanan kehidupan masyarakat yang berkembang di daerah tertentu. Sedangkan menurut rahmawati

(2022:3) bermain merupakan keperluan mendasar bagi anak. Melalui permainan, anak-anak dapat menggabungkan keterampilan dan pengetahuan. Kelereng adalah jenis permainan tradisional kreatif yang menuntut anak lebih fokus serta melatih anak agar memberikan penghargaan atas pencapaian teman dan melatih anak untuk percaya diri. Contoh permainan tradisional yaitu petak umpet, gobak sodor, bentengan, dan engklek. Dengan permainan ini maka peneliti menggunakan permainan tradisional untuk melatih keseimbangan anak tunagrahita ringan melalui modifikasi menggunakan permainan tradisional engklek sebagai pembelajaran pendidikan jasmani. Berdasarkan observasi pembelajaran di SMPLB Dharma Bhakti Ungaran belum menggunakan modifikasi permainan tradisional hal ini dikemukakan oleh guru PJOK bapak Sigit Selaku guru SMPLB Dharma Bhakti Ungaran. Pembelajaran keseimbangan di SMPLB Dharma Bhakti Ungaran belum menggunakan modifikasi pembelajaran, pembelajaran materi keseimbangan hanya dengan menggunakan sikap pesawat terbang. Dari hasil observasi di atas ada beberapa anak tunagrahita ringan yang dianggap memiliki keseimbangan yang masih kurang baik, disini peneliti berharap dapat meningkatkan kemampuan keseimbangan siswa melalui modifikasi permainan tradisional. Dari permasalahan yang sudah dipaparkan di atas, penulis bisa menentukan judul ‘Penerapan permainan engklek untuk melatih keseimbangan anak tunagrahita ringan di SMPLB Dharma Bhakti Ungaran’.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen semu, sebab subjek penelitian yang digunakan yaitu manusia. Metode penelitian eksperimen semu dipakai guna menemukan pengaruh dari sebuah perlakuan pada keadaan yang dikendalikan (Sugiyono, 2010:72)..

Menurut Sugiyono (2005:55) populasi adalah suatu objek ataupun subjek yang mempunyai kualitas serta karakteristik yang ditentukan oleh peneliti yang selanjutnya akan disimpulkan. Populasinya penelitian ini ialah siswa tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan tes perbuatan yang berupa pengukuran keseimbangan anak tunagrahita kategori sedang. Data hasil penelitian bisa dipengaruhi oleh dua hal menurut Sugiyono (2017:137) yakni kualitas pengumpulan data serta instrument penelitian.

Tujuan utamanya penelitian adalah untuk memperoleh data, sehingga teknik pengumpulan data sangatlah perlu untuk diperhatikan. Cara yang bisa dilakukan untuk mengumpulkan data yaitu dengan observasi, angket ataupun tes. Namun, penelitian ini menggunakan cara *pretest* dan *posttest* serta observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini yaitu di SMP Luar Biasa Dharma Bhakti Ungaran. Pengambilan data mengenai pengaruh permainan tradisional engklek terhadap keseimbangan anak tuna grahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran. Pemberian perlakuan dengan permainan tradisional engklek dilaksanakan sebanyak 11 kali pertemuan.

Dari hasil perhitungan kemampuan keseimbangan anak tuna grahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran sebelum diberikan treatment permainan tradisional engklek diperoleh hasil pretest dengan skor standar deviasinya (simpangan baku) sebanyak 1,46, skor terendahnya 2, skor tertingginya 8, nilai jumlahnya (sum) sebanyak 74, skor tengahnya atau median sebanyak 6 serta skor rata-ratanya (mean) sebanyak 6,17. Sementara itu hasil posttest sesudah diberikan treatment dengan permainan tradisional engklek diperoleh hasil skor standar deviasinya (simpangan baku) sebanyak 2,10, skor terendahnya 2, skor tertingginya 10, skor jumlahnya (sum) sebanyak 88, skor tengahnya (median) sebanyak 8 serta skor rata-ratanya (mean) sebanyak 7,33.

Tabel 4.1 Pengkategorian posttest keseimbangan anak tuna grahita

Kategori	Interval		Frekuensi		Persentase	
	Putra	Putri	Putra	Putri	Putra	Putri
Sangat baik	>15	>14	1	0	8,3%	0%
Diatas rata-rata	12-15	11-14	5	2	41,7%	16,2%
Rata-rata	8-11	7-10	1	2	8,3%	16,2%
Dibawah rata-rata	4-7	3-6	0	0	0%	0%
Buruk	<3	<2	1	0	8,3%	0%
Total			12		100%	

Sumber: Hasil Analisis Data (2022)

Dari hasil pengkategorian diperoleh hasil posttest dari keseluruhan siswa di SLB Dharma Bhakti Ungaran yang memiliki keseimbangan pada kategori sangat baik untuk putra 1 siswa atau 8,3% untuk putri 0 siswa atau 0%, selanjutnya yang menunjukkan pada kategori diatas rata-rata

yang terdapat putra 5 siswa atau 41,7% untuk putri 2 siswa atau 16,2%, untuk kategori rata-rata terdapat putra 1 siswa atau 8,1% untuk putri 2 siswa atau 16,2%, pada kategori dibawah rata-rata terdapat putra 0 siswa atau 0% untuk putri 0 siswa atau 0%, dan siswa yang memiliki keseimbangan berada pada kategori buruk terdapat putra 1 siswa atau 8,3% untuk putri 0 siswa atau 0%

1. Hasil Uji Prasyarat

Penganalisisan data bertujuan guna menjawab permasalahan yang diajukan serta menguji hipotesis penelitian. Sehingga prasyarat penganalisisan seperti uji homogenitas serta normalitas harus terpenuhi terlebih dahulu sebelum dilakukannya pengujian.

a. Uji Normalitas

Tujuan dilakukannya uji normalitas ialah guna mengetahui beberapa variabel didalam penelitian apakah memiliki sebaran data yang terdistribusi normal ataupun tidak. Uji normalitas dihitung memakai rumus *Kolmogorov Smirnov* dengan menggunakan bantuan software SPSS, dimana hasil yang didapatkan adalah:

Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas

Data	<i>Asymp.Sig.(2 tailed)</i>	<i>Test statistic</i>	α =sig	Keterangan
Pretest	0,330	0,371	0,05	NORMAL
Posttest	0,206	0,291	0,05	NORMAL

Sumber : Hasil Analisis Data (2022)

Atas dasar data diatas didapatkan *Asymp. Sig.(2 tailed)* untuk keseluruhan data *posttest* serta *pretest* dengan skor $\alpha = 0,05$ maupun diperoleh skor *Asymp. Sig. (2 tailed)* $0,330 > 0,05$ pada pretest dan pada *posttestnya* didapatkan skor *Asymp. Sig.(2 tailed)* $0,206 > 0,05$, maka bisa ditarik kesimpulan bahwasanya keseluruhan data memiliki distribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Tujuan dilakukannya uji homogenitas ialah untuk menguji ataupun mengetahui kesamaan variasi berdasarkan data yang didapatkan apakah berasal dari populasi yang homogen ataupun tidak. Apabila skor sig $> 0,05$ maka variasi dinyatakan homogeny. Hasil pengujian homogenitasnya penelitian ini ialah:

Tabel 4.3 Hasil Uji Homogenitas

Kelompok	df1	df2	<i>Asymp.Sig.(2 tailed)</i>	α =sig	Ket
Pretets & Posttest	1	22	0,187	0,05	Homogen

Sumber : Hasil Analisis Data (2022)

Hasil pengujian homogenitas dalam penelitian mengatakan bahwasanya data terdistribusi homogeny dengan skor sig lebih besar $p > 0,05$ atau $0,187 > 0,05$. Sehingga bisa ditarik kesimpulan bahwa data penelitian dinyatakan homogen.

c. Uji Hipotesis

Tujuan dilakukannya pengujian hipotesis ialah guna mengetahui apakah terdapat peningkatan kemampuan motorik kasar keseimbangan anak tuna grahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran melalui permainan engklek yang diuji sesuai dengan hipotesis penelitian. Hipotesis nol (H_0) yang berarti nilai dari T-hitung ($0,000$) $>$ T-tabel atau skor signifikan (2-tailed) lebih sedikit daripada nilai alfa 5% jadi H_0 ditolak. Jika H_0 ditolak, maka hipotesisi kerja (H_a) diterima yang berbunyi “terdapat pengaruh yang signifikan dalam penerapan permainan tradisioanl engklek untuk melatih keseimbangannya anak tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran.”

a. Uji Perbedaan Hasil Pretest dan Posttest

Tujuan dilakukannya uji beda hasil data pretest dengan posttest ialah guna mengetahui apakah permainan tradisional engklek yang diberikan mempengaruhi peningkatan kemampuan keseimbangan anak tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran. Hasil pengujian hipotesis yang mempergunakan Uji-t atau (*paired sample t-test*) bisa dilihat dibawah ini:

Tabel 4.4 Uji Perbedaan Pretest dan Posttest

Data	Df	Rata-rata selisih	T hitung	Sig.(2-tailed)	Ket
Pretest	11	-1,167	-3,924	0,002	Signifikan
Posttest					

Sumber : Hasil Analisi Data (2022)

Hipotesis yang digunakan untuk uji beda data *posttest* dan *pretest* yaitu:

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dalam penerapan permainan tradisioanl engklek untuk melatih keseimbangan anak tunagrahita di SLB Dharma Bhakti Ungaran ?

H_a :ada pengaruh yang signifikan dalam penerapan permainan tradisioanl engklek untuk melatih keseimbangan anak tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran ?

Dengan tingkat kepercayaan = 95% atau (\checkmark) Sesuai hasil analisis, diperoleh nilai t hitung pretest dan posttest adalah sebesar -3,924 dengan skor Sig.(2-tailed) 0,002 maka bisa ditarik kesimpulan bahwa H_a diterima, dan dapat dijelaskan bahwasanya ada peningkatan perbedaaan yang signifikan terhadap kemampuan keseimbangan anak tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran antara sebelum dan setelah diberikan permainan tradisional engklek, maksudnya

ialah ada pengaruh yang signifikan didalam penerapan permainan tradisioanl engklek untuk melatih keseimbangan anak tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran.

B. Pembahasan

Bisa ditarik kesimpulan bahwasanya berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan mengenai pengaruh permainan tradisional engklek terhadap keseimbangan anak tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran dapat disimpulkan ada pengaruh dari kemampuan keseimbangan anak tunagrahita ringan di SLB Dharma Bhakti Ungaran setelah diberikan permainan tradisional engklek dimana peningkatan skor rata-rata atau *mean* pretestnya sebanyak 6,17 menjadi 7,33 ketika dilakukan posttest dengan kata lain mengalami peningkatan sebesar 18,8%. Untuk pengkategorian pada kategori sangat baik untuk putra 1 siswa dan putri 0, pada kategori diatas rata-rata yang terdapat putra 5 siswa putri 2 siswa, untuk kategori rata-rata terdapat putra 1 siswa putri 2 siswa, pada kategori dibawah rata-rata terdapat putra 0 dan putri 0 siswa, dan siswa yang memiliki keseimbangan berada pada kategori buruk terdapat putra 1 siswa dan putri 0