

**PENGARUH SENAM IRAMA CERIA TERHADAP KEMAMPUAN
GERAK DASAR PESERTA DIDIK TUNAGRAHITA SLB KINASIH
PONTIANAK**

ARTIKEL PENELITIAN

**OLEH:
RIZKI NUR HOLIJAH
NIM. F1102151031**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PONTIANAK
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH SENAM IRAMA CERIA TERHADAP KEMAMPUAN GERAK DASAR PESERTA DIDIK TUNAGRAHITA SLB KINASIH PONTIANAK

ARTIKEL PENELITIAN

RIZKI NUR HOLLAH
NIM F1102151031

Disetujui,

Pembimbing Utama



Eka Supriatna, M.Pd
NIP. 197711122006041002

Pembimbing Pendamping



Fitriana Puspa Hidasari, M.Or, AIFO
NIP. 199004262015042003

Mengetahui,

Ketua Jurusan PENJAS



Eka Supriatna, M. Pd
NIP. 197711122006041002



Dr. H. Martono, M.Pd
NIP. 196803161994031014

PENGARUH SENAM IRAMA CERIA TERHADAP KEMAMPUAN GERAK DASAR PESERTA DIDIK TUNAGRAHITA SLB KINASIH PONTIANAK

Rizki Nur Holijah, Eka Supriatna, Fitriana Puspa Hidasari

Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Untan Pontianak

Email: rizki.nur.holijah@gmail.com

Abstract

The problem that occurs in this study is the slowness of motoric skills that occur in mentally retarded children. The form of the study used is a pre-experimental design using one-group pretest-posttest design. The data collection tool is in the form of an assessment sheet with the number of 5 tests submitted. Based on the results of data analysis obtained, the average pretest value is 88.25 and the average posttest value is 111.25 with a 26% increase. With the calculation of the pretest normality test results on sig. (4.34) > α (0.05) and posttest on sig. (4.79) > α (0.05), so that the pretest and posttest data are normally distributed. The calculation of homogeneity test with pretest and posttest results on sig. (1,09) > α (0,05) is said that the variant of two or more data population groups is the same. Then the result of the sig t-test. 28.22 > 2.35336 which indicates that H_0 is rejected and H_a is accepted means that it can be concluded that there is an effect of joyful rhythmic gymnastics on the basic motion capability of students with mental impairments at SLB Kinasih in Pontianak city before and after being given treatments.

Keywords: *Basic Motion Capability, Mentally Impaired, Rhythmic Gymnastics*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adaptif merupakan salah satu pendidikan yang penting dilakukan di sekolah luar biasa. Pendidikan jasmani sendiri merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan, sedangkan adaptif berasal dari kata adaptasi yang berartikan menyesuaikan. Pendidikan jasmani adaptif adalah pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan serta disesuaikan atau di modifikasi dengan sedemikian rupa sehingga dapat dipelajari, dilaksanakan dan memenuhi kebutuhan pendidikan bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

Menurut Dinie Ratri Desiningrum (2016) anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan

dan kelainan yang dialami anak. Jika dikaitkan dengan istilah *disability*, maka anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan dalam salah satu atau beberapa kemampuan baik itu bersifat fisik seperti tunanetra dan tunarungu, maupun yang bersifat psikologis autisme, ADHD dan Tunagrahita. Perkembangan kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan. Dimana faktor pertumbuhan merupakan perubahan kuantitatif organ tubuh yang diukur dalam panjang (centimeter) dan berat (kilogram), atau dalam satuan ukuran isi. Sedangkan faktor perkembangan merupakan proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh kearah keadaan yang makin terorganisasi dan terspealisasi.

Menurut Michael Johanes (2016) Tunagrahita atau yang disebut IDD (intellectual Developmental Disorder) atau gangguan perkembangan intelektual adalah anak yang mengalami gangguan pada masa periode perkembangan yang meliputi intelektual dan keterbatasan fungsi adaptif dalam konseptual, sosial, dan keterampilan adaptif. Seperti data yang dirilis dari hasil penelitian oleh Michael Johanes. H louk (2016) “ yaitu adaptasi dalam aktifitas fisik dan kegiatan jasmani anak normal dengan anak tunagrahita ringan, terdapat keterlambatan gerak motorik pada anak tunagrahita yang di bandingkan dengan gerak motorik anak normal”. Anak tunagrahita juga memiliki keterbatasan dalam penguasaan bahasa. Mereka bukannya mengalami kerusakan artikulasi akan tetapi pusat pengolahan (perbendaharaan kata) yang kurang berfungsi sebagaimana mestinya. Karena alasan itu mereka membutuhkan kata-kata konkret yang sering didengarnya. Selain itu perbedaan dan persamaan harus ditunjukkan secara berulang-ulang.

Selain itu, anak tunagrahita kurang mampu untuk mempertimbangkan sesuatu, membedakan antara yang baik dan buruk, dan membedakan yang benar dan salah. Ini semua karena kemampuannya terbatas sehingga anak tunagrahita tidak dapat membayangkan terlebih dahulu konsekuensi dari suatu perbuatan

Menurut Bandi Dhelphie (2007) “anak-anak Tunagrahita secara umum mempunyai tingkat intelektual yang di bawah rata-rata dan secara bersamaan memiliki hambatan perilaku adaptif, dapat diketahui dari keterlambatan masa perkembangan kemampuan motorik dari mulai 0 tahun sampai dengan 18 tahun.

Dengan adanya data yang sudah diuraikan sebelumnya terkait ABK Tunagrahita, maka dari itu diperlukan suatu metode untuk membantu ABK Tunagrahita dalam perkembangan motorik kasarnya. Pada dasarnya pencapaian belajar gerak dipengaruhi oleh beberapa faktor adalah:

(1) Memahami apa saja yang harus dipelajari, (2) kesempatan untuk merespon, (3) Adanya umpan balik, dan (4) reinforcement antara umpan balik dan penguatan (Moch. Asmawi, 2006). Berdasarkan uraian di atas, dalam proses belajar gerak perlu memperhatikan batasan-batasan dalam pengembangan gerak anak. Hal ini demi tercapainya perubahan perilaku yang berhubungan dengan gerak. Menurut Muhajir (2007) senam irama bermanfaat dalam mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak (*motor ability*) yang mencakup perkembangan daya tahan otot, kelentukan, koordinasi, keseimbangan dan kelincahan, sehingga kemampuan-kemampuan yang dikembangkan pada saat kegiatan senam bersifat sangat fundamental terhadap gerak secara umum. Gerakan-gerakan dasar fundamnetal merupakan pola gerakan yang menjadi dasar dalam ketangkasan gerak yang lebih kompleks. Gerakan-gerakan tersebut terjadi atas dasar gerakan refleks yang berhubungan dengan badanya, yang merupakan bawaan dari lahir dan terjadi tanpa melalui latihan, tetapi dapat diperhalus lebih baik lagi dengan latihan.

Performa yang baik dari pola gerak ini bersifat penting karena menjadi starting point untuk pengembangan kemampuan perseptual dan fisik anak, serta tidak kalah pentingnya untuk pengembangan keterampilan gerak olahraga.

Pengertian modifikasi secara umum berarti merubah bentuk dengan penyesuaian. modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP (Development Appropriate Practice). DAP (Development Appropriate Practice) itu sendiri merupakan pemberian tugas ajar yang harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong

perubahan tersebut, terutama bila pembelajaran dilakukan di Sekolah Luar Biasa (SLB).

SLB Kinasih merupakan salah satu sekolah luar biasa di Kota Pontianak yang diperuntukan bagi anak yang berkebutuhan khusus. Peserta didik yang berada di SLB Kinasih yang Berjumlah 19 orang siswa/i, yang terdiri dari SDLB 14 orang dan SMPLB 1 orang dan SMALB 4 orang. Dalam observasi yang dilakukan oleh peneliti di SLB Kinasih Kota Pontianak pada 11 April 2018 berkaitan dengan penelitian yang akan di buat, peneliti memperoleh informasi tentang pemberian materi pendidikan jasmani itu sendiri. Di sekolah tersebut memiliki Guru yang terbatas sehingga satu Guru dapat merangkap dalam memberikan beberapa pembelajaran, sehingga materi pembelajaran penjas itu sendiri di berikan oleh kepala sekolah SLB Kinasih Kota Pontianak.

Pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani dilapangan terdapat siswa yang kurang aktif dalam mengikuti intruksi dari guru yang mengajar, dan masih terdapat siswa yang diam pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani di lapangan. Selain itu terdapat siswa Tunagrahita yang belum bisa melakukan gerakan berjalan, melompat dan berlari saat aktivitas jasmani dilapangan dengan tepat . Oleh karena itu, pembelajaran Pendidikan Jasmani itu sendiri masih belum mencapai hasil yang optimal.

Terdapat data yang menunjukan penyerapan informasi dalam pemberian stimulus pada anak tunagrahita yang mengalami kesulitan dalam merespon apa yang di instruksikan oleh guru yang mendampingi. Data awal yang dapat diketahui ialah pengambilan data melompat dari garis start ke depan lurus sejauh-jauhnya dan dilakukan dengan tiga kali pengulangan, seperti yang sudah dilakukan anak pertama yang melompat awalnya sejauh 1,10m di lanjutkan lompatan kedua dan ketiga lompatan menurun menjadi 1,09m, anak kedua melakukan lompatan

yang pertama sejauh 0,5m disusul dengan lompatan kedua sejauh 0,7m namun setelah lompatan ketiga menurun kembali menjadi 0,5m seperti lompatan awal, setelah itu disusul anak ketiga yang sama mengalami naik dan menurun nilai lompatannya dari lompatan pertama 1,2m disusul lompatan kedua 1,4m dan lompatan ketiga menurun kembali 1,2m, anak yang terakhir yang melakukan lompatan dengan cukup baik dengan setiap lompatan yang meningkat hasilnya dari lompatan pertama 1m, lompatan kedua 1,10 m dan lompatan ketiga 1,20m.

Dari data di atas dapat di jelaskan bahwa anak tunagrahita yang diambil data melompat sejauh-jauhnya pada saat diarahkan dalam melompat masih menggunakan bimbingan dari guru yang ikut serta dalam pengambilan nilai karna dalam melakukannya harus di arahkan melompat dengan sejauh-jauhnya dengan diarahkan dalam setiap kali lompatan dalam rentang tiga kali uji lompatan, masih terdapat penyerapan stimulus yang kurang baik sehingga mengakibatkan anak tunagrahita tersebut kurang merespon apa yang di instruksikan oleh guru yang ikut mendampingi karna masih terdapat anak yang melompat dari uji lompatan yang pertama dan lompatan berikutnya masih menurun hasil lompatan yang di lakukan karena keterlambatan kemampuan intelegensi yang dimiliki anak tunagrahita tersebut, dan pada saat pemberian instruksi pada tahap melompat seperti kaki harus dengan keadaan kedua kaki melompat bersamaan namun masih ada diantaranya yang melakukan hanya dengan satu kaki dan juga pada saat pendaratan melakukan hal yang sama mendarat dengan kaki jatuh tidak serempak.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, penulis tertarik untuk membuat suatu penelitian dan mengetahui lebih jauh tentang pelaksanaan pendidikan jasmani pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Tunagrahita, yang dilaksanakan di SLB Kinasih dengan judul penelitian “Pengaruh Senam Irama Ceria III Terhadap

Kemampuan Gerak Dasar Pesrerta didik Tunagrahita SLB Kinasih Kota Pontianak.

METODE PENELITIAN

Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Jenis penelitian eksperimen ini menggunakan *Pre-experimental Design* (Sugiyono, 2011). Disebut pre-experimen karena *design* ini belum merupakan desain sungguh-sungguh. Masih terdapat variabel luar yang berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu akan semata-mata di pengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dikarenakan tidak adanya variabel kontrol

dan sampel tidak dipilih secara random. Maka dengan metode eksperimen penelitian ini bermaksud untuk mengungkapkan ada tidaknya pengaruh senam irama ceria III terhadap kemampuan motorik siswa tunagrahita SLB Kinasih Kota Pontianak. Bentuk rancangan *pre-experimental* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One-Group pretest-Posttest Design* yaitu design yang menggunakan pretest sebelum di beri perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan *One-Group Pretest-Posttest Design* dengan pola sebagai berikut:

Tabel 1. Pola One-Group Pretest-Posttest Design

<i>Pretest</i>	<i>Perlakuan</i>	<i>Posttest</i>
O ₁	X	O ₂

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i tunagrahita SLB Kinasih Kota Pontianak yang berjumlah 4 orang. sampel yang diambil dalam penelitian ini ialah seluruh siswa tunagrahita SLB Kinasih Kota Pontianak dengan jumlah 4. Teknik penggunaan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan sampling jenuh. Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2011). Teknik pengumpulan data ini dilakukan dengan menggunakan tes keterampilan gerak dasar siswa dengan tujuan untuk mengukur pengaruh senam irama. (1) Test Awal (*pre-test*) adalah tes yang digunakan sebelum diberi perlakuan. *Pre-test* dilakukan untuk mengetahui hasil awal kemampuan motorik peserta didik sebelum diberikan perlakuan guna untuk mencapai hasil yang diinginkan, Tes yang digunakan ialah tes keterampilan gerak lokomotor. (2) Perlakuan (*treatment*) Perlakuan merupakan stimulus yang di berikan kepada siswa dimana perlakuan ini bertujuan untuk mengarahkan siswa

melakukan keterampilan gerak selanjutnya berdasarkan acuan pola gerak senam irama. Adapun tata cara pelaksanaannya siswa di bekali kemampuan bergerak dengan diringi musik guna melatih kemampuan otak dan kemampuan motorik-nya. (3) Tes Akhir (post-test) posttest dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh senam irama pada kemampuan motorik peserta didik yang telah diberikan perlakuan (*treatment*), tes akhir yang digunakan di berikan tes keterampilan gerak lokomotor. Adapun instrumen penelitian ini berupa tes kemampuan gerak dasar sebagai berikut : Berjalan kedepan 1 meter, Berjalan kebelakang 1 meter & Berjalan kesamping, Berlari dengan jarak 3m, Melompat secara vertikal (lurus ke atas), instrument ini diambil dari Ani Supriatni (2017). Penelitian ini diawali dengan pemberian perlakuan pada siswa dan apabila eksperimen telah selesai dilakukan maka diakhiri dengan pengamatan dan pengukuran terhadap hasil eksperimen yang dilakukan, kemudian dilanjutkan dengan tabulasi data. Penelitian ini diawali dengan

pemberian perlakuan pada siswa dan apabila eksperimen telah selesai dilakukan maka diakhiri dengan pengamatan dan pengukuran terhadap hasil eksperimen yang dilakukan, kemudian dilanjutkan dengan tabulasi data. Untuk menguji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan yaitu : (1) Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data yang berdistribusi normal atau tidak. Data yang berdistribusi normal jika nilai signifikansi $> 0,05$ begitu juga sebaliknya, jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tersebut tidak normal. Untuk perhitungan uji normalitas disini menggunakan rumus Chi Kuadrat. (2) Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui beberapa varian populasi data adalah sama atau tidak. Sebagai kriteria pengujian jika nilai signifikansi lebih dari $0,05$ maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok data adalah sama. Untuk perhitungan uji homogenitas disini menggunakan rumus Uji F. (3) Uji "t" atau biasa disebut Test T adalah salah satu test statistik yang dipergunakan untuk menguji kebenaran atau kepaluan hipotesis nihil yang menyatakan bahwa diantara dua buah mean sampel yang di ambil secara random dari populasi yang sama, tidak

terdapat perbedaan yang signifikan (sudjiono,2010).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Setelah dilakukan kegiatan pretest-perlakuan dan posttest diperoleh klasifikasi kemampuan gerak dasar dalam pretest ialah pada perhitungan klasifikasi anak A diperoleh nilai 94 dengan persentase 71%, untuk perhitungan klasifikasi Anak B diperoleh nilai 83 dengan persentase 62%, sedangkan untuk perhitungan klasifikasi Anak C diperoleh nilai 85 dengan persentase 64%, dan untuk perhitungan klasifikasi Anak D diperoleh nilai 91 dengan persentase 68%. Selanjutnya dalam posttest pada klasifikasi Anak A diperoleh nilai 117 dengan persentase 88%, untuk klasifikasi Anak B diperoleh nilai 104 dengan persentase 78%, untuk klasifikasi Anak C diperoleh nilai 110 dengan persentase 83%, dan klasifikasi Anak D diperoleh nilai 114 dengan persentase 86%, dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Klasifikasi Kemampuan gerak dasar peserta didik tunagrahita di SLB Kinasih Kota Pontianak

	Pretest		Posttest	
	Nilai	Persentase	Nilai	Persentase
Anak A	94	71%	117	88%
Anak B	83	62%	104	78%
Anak C	85	64%	110	83%
Anak D	91	68%	114	86%
Jumlah	353	265%	445	335%

Data hasil penelitian *pretest* dan *posttest* disajikan dalam bentuk Dari perhitungan data pretest dan posttest yang didapat rata-rata nilai pretest 88,25 skor minimal 83, skor maksimal 94, dengan standar deviasi 5,12.

Sedangkan rata-rata nilai posttest didapat rata-rata 111,25 skor minimal 104, skor maksimal 117, dengan standar deviasi 5,61 dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Data Deskriptif Pretest dan Posttest Sekolah Luar Biasa Kinasih Kota Pontianak

Deskripsi	Mean	Min nilai	Max nilai	Std. Deviasi
Tes awal (<i>Pretest</i>)	88,25	83	94	5,12
Tes akhir (<i>Posttest</i>)	111,25	104	117	5,61

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi pada tahap pretest dan posttest masing-masing 4,34 dan 4,79. Data dikatakan berdistribusi normal jika $Sig \geq 0,05$ dengan nilai X^2 table = 3,84146 sehingga data pretest dan posttest berdistribusi normal. Selanjutnya berdasarkan uji homogeitas data hasil pretest dan posttest dengan uji F diperoleh nilai signifikansi sebesar 1,09 ($Sig < 0,05$) dengan begitu data berdistribusi homogen. Berdasarkan Uji t-test maka didapat nilai t_{hitung} yaitu sebesar 28,22 dengan melihat tabel statistika dimana pada derajat kebebasan $db=(N-1)$ adalah $4-1= 3$ dan pada taraf signifikansi 5% atau 0.05 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,35336. Dengan demikian nilai $t_{test} = 28,22$ lebih besar dari nilai $t_{tabel} = 2.35336$ artinya hipotesis diterima yaitu terdapat pengaruh senam irama ceria terhadap kemampuan motorik di Sekolah Luar Biasa Kinasih Kota Pontianak, adapun persentase peningkatan sebesar 26%.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian di atas dapat diketahui hasil pretest dengan nilai rata-rata adalah 88,25 sedangkan nilai rata-rata *posttest* adalah 111,25 dengan persentase pengaruh 26%, hal ini sejalan dengan kajian teori yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya bahwa senam irama adalah salah satu kegiatan utama yang bermanfaat dalam mengembangkan kemampuan fisik dan kemampuan *motor ability* karena di dalam kegiatan tersebut mengandung unsur gerak dasar, sehingga kegiatan tersebut dapat

membantu mengatasi permasalahan gerak dasar yang di alami oleh sebagian anak yang memerlukan stimulus khusus dalam kemampuan gerak dasar-nya.

Adapun klasifikasi kemampuan gerak dasar pada saat *pretest* yang di peroleh yaitu klasifikasi anak A, anak B, anak C dan anak D diperoleh persentase yang kurang baik, dalam hal ini pada saat pengambilan nilai pretest anak masih terdapat kesulitan dalam melakukan gerak dasar yang diberikan karena kurangnya kemampuan gerak yang dimiliki oleh anak tersebut sehingga rata-rata persentase nilai yang diperoleh masih belum maksimal. Selanjutnya klasifikasi kemampuan gerak dasar pada saat *posttest* yang diperoleh anak A, anak B, anak C dan anak D sudah meningkat dalam hal ini pada saat pengambilan nilai posttest anak sudah mulai memahami dan mampu dalam melakukan gerak dasar yang diberikan sehingga persentase nilai yang diperoleh sangat baik.

Adapun prosedur pelaksanaan penelitian dilakukan pretest kepada 4 anak tersebut dengan memberikan tes kemampuan gerak dasar yang berupa berjalan, berlari dan melompat. Setelah dilaksanakan pretest maka di lanjutkan dengan pemberian perlakuan pada pertemuan selanjutnya yang diberikan sebanyak 16 kali treatment yang diberikan berupa senam irama ceria III yang mengandung unsur gerak dasar, dan setelah itu dilakukan pengukuran kembali terhadap gerak dasar peserta didik yang menjadi sampel untuk mengetahui apakah terjadi pengaruh perlakuan terhadap gerak dasar peserta didik, tahapan ini disebut dengan

postest, yang bertujuan untuk membandingkan hasil awal dan hasil akhir dari pengukuran gerak dasar peserta didik. Keberhasilan penelitian ini dapat dilihat dalam kesesuaian antara teori dengan hasil penelitian, hal ini dapat dilihat dari pemberian perlakuan senam irama merupakan kegiatan utama yang bermanfaat dalam mengembangkan kemampuan fisik dan kemampuan dalam motor ability.

Hasil analisis uji *t-test* didapat nilai t_{hitung} yaitu sebesar 28,22 dengan melihat tabel statistika dimana pada derajat kebebasan $db = (N-1)$ adalah $4-1=3$ dan pada taraf signifikan 5% atau 0,05 diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,35336 (dilihat pada lampiran 11, hal 81). Dengan demikian nilai dari $t_{hitung} = 28,22$ lebih besar dari nilai $t_{tabel} = 2,35336$ artinya hipotesis diterima yaitu terdapat pengaruh senam irama terhadap kemampuan gerak dasar peserta didik SLB Kinasih Kota Pontianak. Hal ini sesuai dengan teori pada bab sebelumnya bahwa tahapan senam irama ceria III mengandung unsur kemampuan, kematangan, dan pengendalian gerak sehingga terjadi pengaruh setelah adanya treatment yang diberikan pada peserta didik tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian yang berkaitan dengan kemampuan gerak dasar anak tunagrahita yang dilakukan oleh Supriatni, Ani. 2017. *Pengaruh Senam Semaphore Terhadap Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Tunagrahita Sedang Di SLB ABCYPLAB Lembang*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia. dari hasil penelitian yang telah diperoleh serta didukung oleh penelitian-penelitian yang relevan sebelumnya dapat diartikan bahwa senam irama memiliki peranan dan fungsi dalam kebugaran jasmani.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik

kesimpulan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada pemberian senam irama ceria III terhadap kemampuan gerak dasar peserta didik tunagrahita SLB Kinasih Kota Pontianak dengan perolehan nilai *t-test* sebesar = 28,22 dan persentase pengaruh yang terjadi 26%. Dengan uji normalitas pretest sebesar 4,34 dan posttest 4,79 nilai $sig > 0,05$ sehingga data berdistribusi normal, dan dilanjutkan uji homogenitas dengan nilai F_{hitung} sebesar $1,09 < F_{tabel}$ sehingga data berdistribusi homogen.

Saran

Berdasarkan kesimpulan dan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, beberapa saran yang peneliti dapat sampaikan antara lain: (1) Guru diharapkan dapat lebih mengkombinasikan berbagai pembelajaran gerak dasar dengan kegiatan senam irama karena dapat membantu peningkatan gerak dasar pada anak. (2) Kepada sekolah diharapkan menyediakan media yang lebih bervariasi untuk mendukung kegiatan pembelajaran gerak dasar. (3) peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberi khasanah tentang alternatif metode gerak dasar anak dan dapat mengembangkan metode pembelajaran gerak dasar lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Johanes, M, Sukoco, P. (2016). Pengembangan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Keterampilan Motorik Kasar Pada anak Tunagrahita Ringan. *Journal Keolahragaan*. 4 (1): 24-33.
- Dhempie, B. (2007). *Ilmu dan Aplikasi Pendidikan*. Bandung:IMTIMA .
- Desiningrum, D.R. (2016). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Psikosain.
- Moch A. (2006). Dimensi Pembelajaran Keterampilan Gerak Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Olahraga* hal 136.
- Muhadjir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Bandung: PT. Ghalia Indonesia Printing .

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan Penekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.

Sujiono. B. (2008). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Supriatni , A. (2017). Pengaruh Senam Semaphore Terhadap Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Tunagrahita Sedang Di SLB ABCYPLAB Lembang. Bandung: Univrsitas Penididikan Indonesia