



**EFEKTIVITAS PERMAINAN MODIFIKASI BOLA BASKET
TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR
TUNAGRAHITA RINGAN DI SLB
NEGERI SEMARANG**

SKRIPSI

diajukan dalam rangka menyelesaikan studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Sains
pada Universitas Negeri Semarang

oleh

Wildan Alfia Nugroho
6211411036

**ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2015**

ABSTRAK

Wildan Alfia Nugroho. 2015. Efektivitas permainan Modifikasi Bola Basket terhadap Kemampuan Motorik Kasar Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang. Skripsi. Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Drs. Prapto Nugroho, M. Kes.

Kata Kunci: Motorik Kasar, Modifikasi, Bola Basket, Tunagrahita.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas permainan modifikasi bola basket dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar tunagrahita ringan di SLB Negeri Semarang dengan memberikan *treatment* berupa permainan modifikasi bola basket selama dua belas kali pertemuan.

Metode penelitian menggunakan *pre-experimental* dengan *one group pre-test post-test design*. Variabel penelitian yaitu (1) variabel bebas: permainan modifikasi bola basket (2) variabel terikat: kemampuan motorik kasar. Populasi berjumlah 11 orang dengan menggunakan teknik *total sampling* diperoleh 11 sampel. Instrumen penelitian menggunakan tes kemampuan gerak dasar (*Barrow Test Ability*). Penelitian dilakukan pada bulan Mei sampai Juni tahun 2015. Teknik analisis data menggunakan *paired t-test* dengan program SPSS versi 16.

Hasil tes kemampuan gerak dasar *standing broad jump* mempunyai nilai $p=0.000$, *shoot put test with softbal* $p=0,000$, dan *zig zag run* $p=0,000$, semua data tersebut mempunyai nilai $p < 0,05$ sehingga ada perbedaan yang signifikan dari hasil tes kemampuan gerak dasar sebelum dan sesudah di beri perlakuan.

Simpulan penelitian adalah permainan modifikasi bola basket efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar tunagrahita ringan di SLB N Semarang. Saran yang dapat diberikan yaitu inovasi dalam pemberian materi pembelajaran gerak sangat diperlukan agar tujuan pengembangan motorik kasar anak tunagrahita dapat tercapai.

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul "Efektivitas Permainan Modifikasi Bola Basket terhadap Kemampuan Motorik Kasar Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang" telah disetujui untuk diajukan dalam sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari :

Tanggal :

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Drs. Prpto Nugroho, M.Kes.
NIP. 195412301985031004

ketua Jurusan IKOR



Drs. Said Junaidi, M.Kes.
NIP. 19690715 1994031001

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Wildan Alfia Nugroho NIM 6211411036 program studi Ilmu Keolahragaan judul Efektivitas Permainan Modifikasi Bola Basket Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang telah dipertahankan dihadapan sidang panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Senin, tanggal 21 September 2015.

Panitia Ujian



Ketua Panitia
Dr. H. Harry Pramono, M.Si.
NIP. 195910191985031001

Sekretaris



Drs. Said Junaidi, M.Kes.
NIP. 196907151994031001

Dewan Penguji

1. Prof. Dr. Soegiyanto KS., M.S.
NIP. 195401111981031002

(Ketua)

2. dr. Anies Setiowati, M.Gizi
NIP. 197704132005012003

(Anggota)

3. Drs. Prpto Nugroho, M.Kes
NIP. 195412301985031004

(Anggota)

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Wildan Alfia Nugroho

Nim : 6211411036

Jurusan : Ilmu keolahragaan

Fakultas : Ilmu keolahragaan

Judul skripsi : Efektivitas Permainan Modifikasi Bola Basket terhadap Kemampuan Motorik Kasar Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, Agustus 2015

Yang menyatakan,



Wildan Alfia Nugroho

6211411036

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

- *“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum hingga mereka mengubah diri mereka sendiri”. (Q.S. Ar-Ra’d: 11)*
- Tidak ada yang terlalu tinggi untuk dicapai manusia, tapi ia harus memanjatnya dengan hati-hati dan penuh keyakinan. (H.C Anderson)
- *If you don’t take a risk, you can’t create a future.* (Monkey.D. Luffy)
- Kepribadian manusia dibentuk dari apa yang mereka hadapi. (Wildan Alfia Nugroho)

Persembahan:

1. Kedua Orangtuaku Nasikhin, S.pd dan Kusmiyati, S,pd
2. Adikku tersayang Annisa Berlianti dan Anfasa Falyu Lizama
3. Seluruh Keluarga
4. Keluarga besar CHIBA FC dan STRATA FC
5. Keluarga besar IKOR 2011
6. Almamater UNNES

PRAKATA

Assalamualaikum Wr.Wb

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis mendapat kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini. Dalam penyusunan skripsi ini banyak pihak yang telah memberi bantuan yang sangat berharga. Oleh sebab itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberi izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
2. Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan yang selalu memberikan dorongan semangat dan strategi untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini.
3. Bapak dan ibu dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah mendidik dan memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis selama belajar di bangku perkuliahan.
4. Drs. Prpto Nugroho, M.Kes sebagai dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dengan penuh kesabaran dan ketelitian serta memberikan arahan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi.
5. Kepala Sekolah SLB N Semarang yang telah memberi izin penelitian.
6. Guru olahraga dan Guru Kelas V C SLB N Semarang yaitu Pak Edi dan Pak Joko yang telah membantu dalam penelitian.
7. Sampel penelitian, siswa kelas V C SLB N Semarang yang telah bersedia membantu dalam penelitian sehingga saya dapat melakukan penelitian.

8. Seluruh teman-teman saya, teman di kontrakan, CHIBA FC, Angkasa FC, Strata FC, dan teman di Universitas Negeri Semarang khususnya teman seperjuangan Jurusan Ilmu Keolahragaan angkatan 2011, yang telah memberikan do'a, semangat dan dukungan yang positif.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu atas bantuan yang telah diberikan dalam penyusunan skripsi.

Disadari masih banyak kekurangan dalam skripsi ini, disebabkan oleh keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang penulis miliki, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan para pembaca.

Wassalamualaikum.Wr.Wb

Semarang, Agustus 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN.....	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
PRAKATA.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Batasan Masalah.....	6
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS.....	8
2.1 Landasan teori.....	8
2.1.1 Pengertian Motorik.....	8
2.1.2 Pengertian Motorik Kasar.....	8
2.1.3 Unsur-unsur Keterampilan Motorik Kasar.....	9
2.1.4 Pengertian Perkembangan Motorik Kasar.....	10
2.1.5 Tujuan Pengembangan Motorik Kasar.....	11
2.1.6 Fungsi Pengembangan Motorik Kasar.....	12
2.1.7 Karakteristik Perkembangan Motorik Anak Sekolah Dasar.....	12
2.1.8 Pengertian bermain.....	14
2.1.9 Manfaat Bermain Bagi Anak.....	16
2.1.10 Bermain Bola.....	18
2.1.11 Permainan Modifikasi Bola Basket.....	19
2.1.12 Pengertian Tunagrahita.....	26
2.1.13 Jenis Tunagrahita.....	27
2.1.14 Ciri-ciri Anak Tunagrahita.....	27
2.1.15 Penyebab Tunagrahita.....	28
2.2 Kajian Penelitian Yang relevan.....	28
2.3 Kerangka berfikir.....	30
2.4 Hipotesis.....	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	32
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	32
3.2 variabel penelitian.....	33
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
3.4 Instrumen Penelitian.....	36
3.5 Prosedur Penelitian.....	38
3.6 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penelitian.....	39

3.7 Uji Prasyarat analisis	40
3.8 Teknik Analisi Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
4.1 Hasil Penelitian	41
4.2 Pembahasan.....	47
4.3 Keterbatasan Penelitian	49
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	50
5.1 Simpulan.....	50
5.2 Saran	50
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 Deskripsi Nilai Hasil Hes kemampuan Gerak Dasar	43
4.2 Uji Normalitas Data	44
4.3 Uji Homogenitas	45
4.4 Uji Perbedaan Hasil Tes Kemampuan Gerak Dasar	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Gambar Urutan Teknik <i>Chest Pass</i>	21
2.2 Gambar Cara Melakukan <i>Bounce Pass</i>	22
2.3 Gambar Cara Melakukan <i>Overhead Pass</i>	23
2.4 Kerangka Berfikir	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Usulan Dosen Pembimbing	53
2. Surat Penetapan Dosen Pembimbing	54
3. Surat Ijin Observasi	55
4. Surat Keterangan selesai Observasi	56
5. Surat Ijin Penelitian	57
6. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	58
7. Daftar Hadir Sampel Penelitian	59
8. Program Latihan Permainan Modifikasi Bola Basket.....	60
9. Hasil Pengukuran Tes Kemampuan Gerak dasar <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	62
10. Hasil Analisis Data SPSS.....	64
11. Dokumentasi.....	68

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Ilmu keolahragaan adalah salah satu cabang keilmuan yang mengkaji fenomena gerak manusia. Fenomena gerak ini dalam konteks keolahragaan menjadi sangat kompleks karena mengandung muatan biologis, psikologis, dan antropologis. Olahraga adalah bentuk perilaku gerak manusia yang spesifik, karena arah dan tujuan orang berolahraga termasuk waktu dan lokasi kegiatan yang dilaksanakan sedemikian beragam. Ini menunjukkan bahwa olahraga merupakan fenomena yang *relevan* dengan kehidupan sosial dan ekspresi budaya. Sedangkan sifat universalitas menunjukkan keanekaragaman olahraga yang dipengaruhi oleh keragaman sosial budaya dan kondisi geografis yang spesifik (Haag, 1994: 13). Fenomena olahraga hadir di masyarakat dan terkontrol di bawah restu nilai dan norma disamping terikat langsung oleh kapasitas biologik (Rusli dan Sumardianto, 2000: 2).

Fungsi ilmu keolahragaan adalah mengkaji persoalan berdasarkan masalah yang telah diidentifikasi dan mengungkapkan pengetahuan sebagai jawabannya secara ilmiah. Berkaitan dengan objek formalnya, maka medan pengkajian ilmu keolahragaan mencakup spektrum aktivitas pendidikan jasmani yang cukup luas, yang meliputi bermain (*play*), berolahraga (*sport*), pendidikan jasmani dan kesehatan (*physical and health education*), rekreasi (*recreation*), dan tari (*dance*). Hal ini tampak jelas dari sisi praktis atau layanan profesional yang pada gilirannya menjadi lahan subur bagi pengembangan batang tubuh ilmu keolahragaan itu sendiri (KDI Keolahragaan, 2000: 9).

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pelaksanaan orientasi pembelajaran pendidikan jasmani harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan uraian materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan. Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar pendidikan jasmani (Samsudin, 2008).

Pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya yaitu hubungan dari perkembangan tubuh fisik dengan pikiran dan jiwanya. Tujuan pendidikan jasmani tidak hanya meningkatkan aspek kemampuan seseorang baik dari segi jasmani atau aspek fisiknya melainkan dari segi berfikirnya (kognitif) dan nilai-nilai yang ada dalam masyarakat seperti keterampilan bekerjasama dengan orang lain (Dwi, 2012). Setiap anak Indonesia berhak mendapat pengajaran pendidikan jasmani agar perkembangan pikiran dan jiwanya seimbang dengan perkembangan fisiknya. Semua anak memiliki hak yang sama dalam memperoleh pengajaran pendidikan jasmani, termasuk anak dengan kebutuhan khusus.

Salah satu bentuk program pendidikan jasmani yang sesuai anak yang dengan kebutuhan khusus adalah program pendidikan jasmani adaptif. Pendidikan jasmani adaptif adalah pendidikan jasmani yang telah dimodifikasi untuk mempertemukan kebutuhan-kebutuhan anak yang menyandang ketunaan (Mulyono, 2009). Pendidikan jasmani adaptif memiliki peran dan makna yang sangat berharga bagi anak dengan kebutuhan khusus melalui pola gerak tertentu yang memungkinkan otot-otot tubuh dapat dilatih untuk dapat menghasilkan

kualitas gerak yang lebih baik. Kekuatan otot-otot tersebut, khususnya yang menunjang persendian tubuh, memungkinkan optimalisasi gerakan tubuh sesuai dengan fungsi setiap anggota tubuh, sehingga perkembangan kognitif dan sosial anak dapat berkembang secara menyeluruh dan seimbang (Bandi, 2009).

Pendidikan jasmani adaptif merupakan suatu sistem penyampaian layanan yang bersifat menyeluruh (*comprehensif*) dan dirancang untuk mengetahui, menemukan, dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor (Meimulyani, 2013: 24). Pendidikan jasmani adaptif digunakan dalam pembelajaran gerak bagi anak berkebutuhan khusus yang dalam hal ini terbagi menjadi berbagai kelas yaitu kelas A untuk tunanetra, kelas B untuk tunarungu, kelas C untuk tunagrahita, kelas D untuk tunadaksa, dan kelas E untuk tunalaras.

Widiati dan Murtadho (2007: 61) berpendapat bahwa tunagrahita adalah suatu keadaan perkembangan mental yang terhenti atau tidak lengkap yang ditandai oleh kendala keterampilan selama masa perkembangan sehingga berpengaruh terhadap semua tingkat intelegensia, antara lain kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial. Tuna grahita adalah anak yang memiliki fungsi intelektual yang sangat dibawah rata-rata, kurangnya perilaku adaptif, dan terjadi di usia kurang dari 18 tahun. Tunagrahita merupakan suatu jenis anak berkebutuhan khusus yang berkaitan dengan keterbatasan fungsi intelektual dan adaptasi, juga dalam aspek perkembangan motorik lebih lambat dibandingkan dengan anak normal.

Menurut Kaplan dan Sadock (2010: 43) menyatakan anak tunagrahita memiliki kekurangan di dalam melakukan koordinasi gerak sensorinya, rendahnya rasa toleransi, memusatkan perhatian, kesulitan dalam berbahasa, dan melakukan pekerjaan. Menurut Davidson (2006: 708) menyatakan bahwa

tunagrahita dikelompokkan menjadi 4 (empat) yaitu tunagrahita ringan, tunagrahita sedang, tunagrahita berat, dan tunagrahita sangat berat. Tunagrahita ringan adalah anak yang memiliki IQ (*intelligence quotient*) sekitar 50-75, tunagrahita sedang 35-50, tunagrahita berat 20-35, dan tunagrahita sangat berat <20. Untuk tunagrahita sangat berat tidak mampu menerima pendidikan secara akademis karena sepanjang hidupnya perlu asuhan dan pengawasan.

Menurut Imandala (2012: 6) bahwa segi fisik yang kurang normal pada anak tunagrahita ringan mengakibatkan permasalahan pada motorik kasar yang meliputi lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Motorik kasar adalah aktivitas menggunakan otot-otot besar, meliputi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif (Samsudin, 2005: 22). Untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar dapat dilakukan dengan berbagai cara, misalnya dengan permainan.

Bermain akan meningkatkan aktivitas fisik anak. Sujiono (2010: 117) menyatakan bahwa aktivitas fisik akan meningkatkan pula rasa keingintahuan anak dan membuat anak-anak memperhatikan benda-benda, menangkapnya, mencobanya, melemparkannya atau menjatuhkannya, mengamil, dan meletakkan kembali benda-benda kedalam tempatnya. Kegiatan yang meningkatkan pengembangan fisik motorik dapat dilakukan melalui permainan dengan alat atau tanpa alat, Montolalu (2009: 218). Salah satu permainan yang dapat melatih dan meningkatkan kemampuan motorik kasar anak adalah permainan modifikasi bola basket.

Permainan modifikasi merupakan salah satu inovasi pembelajaran dalam pendidikan jasmani dalam motorik kasar yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak yang selalu ingin bergerak, susah untuk diam, mempunyai rasa ingin tahu yang kuat, senang bereksperimen dan menguji, mampu

mengekspresikan diri secara kreatif, mempunyai imajinasi dan senang berbicara (Sujiono, 2008: 211).

Permainan modifikasi adalah suatu versi khusus dari permainan yang beberapa aturannya telah berubah untuk disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan pemainnya, pengalaman khusus para pemain, fasilitas, dan perlengkapan yang tersedia. Permainan modifikasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu permainan yang sudah baku tetapi dirubah disesuaikan dengan karakteristik anak tunagrahita kelas kecil, baik itu dari segi bentuk permainan, peralatan, jumlah pemain, peraturan, dan luas lapangan. Permainan modifikasi yang diaplikasikan dalam penelitian ini adalah permainan basket.

Bola basket adalah olahraga yang dimainkan secara berkelompok dan tidak mengandung unsur kekerasan. Alasan pemilihan bola basket dalam penelitian ini dikarenakan permainan bola basket dapat melatih meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita, gerakan-gerakan yang terdapat di dalam permainan bola basket merupakan gerakan yang sangat penting bagi aktivitas sehari-hari, membuat anak untuk aktif bergerak, dan anak dapat berinteraksi dengan teman-temannya selama permainan berlangsung.

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan sebelumnya menjadi alasan peneliti mengambil judul: "EFEKTIVITAS PERMAINAN MODIFIKASI BOLA BASKET TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR TUNAGRAHITA RINGAN DI SLB NEGERI SEMARANG".

1.2 Identifikasi Masalah

Peneliti ingin mengetahui berbagai permasalahan yang dialami oleh anak tunagrahita ringan. Adapun masalah-masalah yang ingin diteliti adalah menyangkut perkembangan gerak yang dilewati oleh anak tunagrahita, serta berkaitan dengan hal-hal yang menyangkut dengan kondisi fisiknya, sehingga mereka membutuhkan suatu latihan gerak dalam upaya meningkatkan kemampuan geraknya yang meliputi gerak motorik kasar dan motorik halus.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan, seperti kurangnya aktivitas gerak pada anak terutama gerak yang melibatkan seluruh anggota tubuh, maka hal tersebut mengakibatkan penurunan keterampilan gerak dan kemampuan motorik kasarnya, padahal mereka sangat membutuhkan tingkat kemampuan gerak motorik kasar yang baik untuk dapat melakukan segala aktivitas dalam upaya mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya dengan lebih baik.

1.3 Batasan masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah di uraikan sebelumnya, serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian ini, maka dibuat batasan permasalahan. Permasalahan dalam penelitian ini hanya membahas tentang “Efektivitas Permainan Modifikasi Bola Basket terhadap Kemampuan Motorik Kasar Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan hal-hal yang telah dipaparkan sebelumnya, dan agar peneliti memiliki sasaran yang jelas, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

“Apakah permainan modifikasi bola basket efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita ringan di SLB Negeri Semarang”

1.5 Tujuan Penelitian

Setiap penelitian yang dikerjakan selalu mempunyai tujuan akhir untuk memperoleh gambaran yang jelas dan bermanfaat bagi yang menggunakannya. Adapun tujuan penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui efektifitas permainan modifikasi bola basket dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan di SLB Negeri Semarang.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang objektif mengenai pengaruh permainan modifikasi bola basket terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.1.1 Bagi penulis penelitian ini dapat memberikan pengalaman serta wawasan mengenai bagaimana mengetahui peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan setelah diberikan perlakuan modifikasi permainan bola basket.

1.6.1.2 Bagi guru serta pendidik hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan potensi dalam diri anak yang berkaitan dengan kemampuan motorik kasarnya.

BAB II

LANDASAN TEORI, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Pengertian Motorik

Motorik merupakan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otak, dan *spinal cord*. Perkembangan motorik terbagi menjadi dua yaitu motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar adalah aspek yang berhubungan dengan pergerakan dan sikap tubuh, misalnya kemampuan untuk duduk, menendang, melempar, berlari, dan lainnya. Motorik halus adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak mengamati sesuatu, melakukan kegiatan yang berkaitan dengan bagian-bagian tubuh tertentu dan dilakukan otot-otot kecil, tetapi memerlukan koordinasi yang cermat. Misalnya memindahkan benda dari tangan, mencoret, menyusun, menggunting, dan menulis (Dessy Ariyana R, 2009: 11-20).

2.1.2 Pengertian Motorik Kasar

Motorik kasar (Samsudin, 2005: 22) adalah aktivitas yang menggunakan otot-otot besar, meliputi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Otot-otot besar yang terlibat dalam gerak motorik kasar tergantung pada gerakan yang dilakukan. Misalnya untuk gerakan berlari otot yang dominan bekerja adalah otot ekstremitas inferior yang meliputi semua otot skelet yang melekat pada tungkai, contohnya *biceps femoris*, *gastrocnemius*, *quadrisep femoris*, *soleus* dll. Dalam sebuah gerakan otot tidak dapat bekerja secara sendiri dibutuhkan koordinasi antara otot dan tulang, otot dan sendi, bahkan antar otot itu sendiri. Hasil belajar yang dicapai melalui permainan modifikasi terhadap

kemampuan motorik kasar anak adalah berupa penguasaan tugas gerak terhadap, lari, lompat, loncat, melempar, dan menangkap.

2.1.3 Unsur-Unsur Keterampilan Motorik Kasar

Keterampilan motorik kasar setiap orang pada dasarnya berbeda-beda tergantung dari banyaknya gerakan yang dikuasainya. Memperhatikan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa unsur-unsur keterampilan motorik kasar identik dengan unsur-unsur yang dikembangkan dalam kebugaran jasmani pada umumnya. Hal ini sesuai pendapat Depdiknas (2004: 1) bahwa perkembangan motorik merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh.

Ada hubungan yang saling mempengaruhi antara kebugaran tubuh, keterampilan, dan kontrol motorik. Musfiroh (2000: 3) menyatakan bahwa kebugaran jasmani dapat dikelompokkan menjadi tiga yaitu: (a) kebugaran statistik, (b) kebugaran dinamis, (c) kebugaran motoris. Sujiono (2007:3) mengemukakan bahwa unsur-unsur kebugaran jasmani meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, kelenturan, koordinasi, ketepatan, dan keseimbangan. Lebih lanjut Sujiono (2007: 13) menyatakan bahwa gerakan yang timbul dan terjadi pada motorik kasar merupakan gerakan yang terjadi dan melibatkan otot-otot besar dari bagian tubuh, dan memerlukan tenaga yang cukup besar.

Sujiono (2009: 121) menyatakan bahwa unsur-unsur keterampilan motorik kasar terdiri atas: kekuatan, kecepatan, power, ketahanan, kelincahan, keseimbangan, fleksibilitas, dan koordinasi.

2.1.4 Pengertian Perkembangan Motorik Kasar

Setiap anak memiliki tingkat perkembangan yang berbeda-beda, ada anak yang mengalami perkembangan motoriknya sangat baik seperti yang dialami para atlet, tetapi ada juga anak yang mengalami keterbatasan. Selain itu perkembangan motorik kasar juga dipengaruhi oleh jenis kelamin. Perkembangan motorik anak usia sekolah dasar adalah perubahan baik dari segi fisik maupun psikis sesuai dengan masa pertumbuhannya, keberadaan perkembangan motorik anak juga dipengaruhi hal lain di antaranya asupan gizi, status kesehatan, dan perlakuan motorik sesuai masa perkembangan (Depdiknas, 2004: 6). Kegiatan dalam pengembangan fisik motorik membuat anak aktif bergerak karena dilakukan dengan permainan.

Montolalu (2003: 15) menyatakan bahwa anak-anak membutuhkan dukungan yang kuat untuk bermain dan melakukan kegiatan yang dipilih sendiri dengan tujuan untuk bertahan dalam stress yang ada dalam lingkungan anak. Sujiono (2007: 11) berpendapat bahwa gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak.

Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, kaki, dan seluruh bagian tubuh anak. Perkembangan motorik kasar anak terjadi lebih awal dari pada motorik halus, misalnya anak akan lebih dulu memegang benda-benda yang ukuran besar dari pada ukuran yang kecil. Aktivitas yang menggunakan otot-otot besar diantaranya gerakan keterampilan non lokomotor, gerakan lokomotor, dan manipulatif. Gerakan non lokomotor adalah aktivitas gerak tanpa memindahkan tubuh ke tempat lain. Contohnya : memantulkan bola ke bawah (*mendribble*) tanpa bergerak. Gerakan lokomotor

adalah gerakan memindahkan tubuh ketempat lain . contohnya: berjalan, berlari, melompat, meloncat, dan sebagainya. Sedangkan gerak manipulatif adalah aktivitas gerak memanipulasi benda. Contohnya: melempar, menggiring, menangkap, dan menendang.

Pengembangan motorik kasar anak memerlukan koordinasi antara otot-otot untuk keterampilan gerakanya, misalnya meloncat dalam ketinggian +20 cm perlu kekuatan kaki dan konsentrasi yang baik. Gerakan motorik kasar membutuhkan aktivitas otot tangan, kaki dan seluruh bagian tubuh anak. Ada beberapa kegiatan yang dapat mengembangkan gerakan motorik anak. Misalnya melalui permainan modifikasi bola basket yang di dalamnya terdapat gerakan-gerakan yang dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak seperti berjalan, berlari, melempar, menangkap, melompat dan meloncat.

2.1.5 Tujuan Pengembangan Motorik Kasar

Pengembangan motorik kasar bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan kasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat, sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil. Sesuai dengan tujuan tersebut anak didik dilatih gerakan-gerakan dasar yang akan membantu perkembangan motoriknya kelak.

Pengembangan kemampuan dasar anak dilihat dari kemampuan motoriknya, sehingga guru-guru perlu membantu mengembangkan keterampilan anak dalam hal memperkenalkan dan melatih gerakan motorik kasar anak. Meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh, dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil.

2.1.6 Fungsi Pengembangan Motorik Kasar

Fungsi pengembangan motorik kasar pada anak (Depdiknas, 2004: 2) sebagai berikut:

1. Melatih kelenturan koordinasi otot jari tangan
2. Memacu pertumbuhan dan perkembangan fisik/motorik, rohani, dan kesehatan anak
3. Membentuk, membangun, dan memperkuat tubuh anak
4. Melatih keterampilan/ketangkasan gerak dan berpikir anak
5. Meningkatkan perkembangan emosional anak
6. Meningkatkan perkembangan sosial anak
7. Menumbuhkan perasaan menyenangkan dan memahami manfaat kesehatan pribadi.

2.1.7 Karakteristik Perkembangan Motorik Anak Sekolah Dasar

1. Ukuran dan Bentuk Tubuh Anak Usia 6-12 Tahun

Pada masa anak umur 6-12 tahun pertumbuhan cenderung lambat. Walaupun pertumbuhan waktu itu lambat, tetapi mempunyai waktu belajar yang cepat (Goodenough, 1945) dalam Yanuar Kiram (1992: 31). Keadaan ini dapat dipertimbangkan pula sebagai konsolidasi pertumbuhan, yang ditandai dengan adanya kesempurnaan dan kestabilan terhadap keterampilan dan kemampuan yang telah ada dibandingkan keterampilan yang baru dipelajari. Keadaan ini merupakan faktor penting dalam peningkatan fungsi motorik dan koordinasi. Ukuran dan proporsi tubuh berubah secara bertahap, dan hubungan hampir konstan dipertahankan dalam perkembangan tulang dan jaringan. Energi anak dapat diarahkan ke arah penyempurnaan pola gerak dasar yang telah terbentuk selama periode masa awal anak. Selain penyempurnaan pola gerak dasar,

adaptasi dan modifikasi terhadap gerak dasar perlu dilakukan, hal ini dimaksudkan untuk menghadapi adanya peningkatan ataupun penambahan berbagai situasi.

2. Perkembangan Aktifitas Motorik Kasar

Keterampilan dasar merupakan sifat khas perkembangan anak umur 6 sampai 12 tahun dan meliputi keterampilan *lokomotor* meliputi jalan, lari, lompat, loncat, dan ketrampilan menguasai bola seperti melempar, menendang, dan memantulkan bola. Keterampilan motorik dasar dikembangkan pada masa anak sekolah dan pada masa sekolah awal dan ini akan menjadi bekal awal untuk mempraktikkan ketrampilan gerak yang efisien bersifat umum dan selanjutnya akan diperlukan sebagai dasar untuk perkembangan ketrampilan motorik yang lebih khusus yang semuanya ini merupakan sari bagian integral prestasi bagi anak dalam segala umur dan tingkatan. Pengembangan pola gerak dasar merupakan fungsi kematangan dan pengalaman. Kematangan merupakan suatu keadaan dimana keterampilan motorik dasar berkembang tetapi sebaliknya keterampilan dasar tidak akan dapat berkembang tanpa latihan yang sesuai atau pengalaman (Yanuar Kiram, 1992: 42)

3. Perkembangan Aktifitas Motorik Halus

Kontrol motorik halus telah didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengatur atau mengkoordinasi penggunaan bentuk gerakan mata dan tangan secara efisien, tepat dan adaptif. Perkembangan kontrol motorik halus atau keterampilan koordinasi mata dan tangan mewakili bagian yang penting, perkembangan motorik secara total anak-anak dan secara jelas mencerminkan kapasitas sistem saraf pusat untuk mengangkut dan memproses *input* visual dan menterjemahkan *input* tersebut ke bentuk ketrampilan. Untuk mendapatkan

keterampilan dengan baik, maka perilaku yang perlu dilakukan anak harus dapat berinteraksi dengan praktik dan melakukan komunikasi terhadap objek sekolah dan lingkungan rumah.

Pola dasar motorik lebih halus dan beradaptasi kepada perbedaan struktur, kontrol motorik halus dapat didefinisikan dengan kemampuan mengkoordinasikan aktivitas/tindakan mata-tangan bersama-sama untuk membentuk keterampilan atau gerakan adaptif (Yanuar Kiram, 1992: 43-44).

2.1.8 Pengertian Bermain

Hurlock (2008: 1) menyatakan bahwa bermain adalah kegiatan yang dilakukan atas dasar kesenangan dan tanpa mempeertimbangkan hasil akhir. kegiatan tersebut dilakukan dengan sukarela, tanpa paksaan atau tekanan dari pihak luar. Bermain sangat penting bagi anak dan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Para ahli sepakat, anak-anak harus bermain agar dapat mencapai perkembangan yang optimal. Montolalu (1996: 16) menyatakan bahwa anak bermain karena mempunyai energi yang berlebihan. Energi ini mendorong mereka untuk melakukan aktivitas sehingga anak terbebas dari perasaan tertekan. Terdapat lima pengertian bermain bagi anak (Montolalu. 2009: 13), antara lain:

1. Bermain adalah sesuatu yang menyenangkan dan mempunyai nilai positif bagi anak
2. Bermain tidak memiliki tujuan ekstrinsik namun motivasinya lebih bersifat intrinsik
3. Bersifat spontan dan sukarela tidak ada unsur keterpaksaan dan bebas dipilih oleh anak
4. Melibatkan peran aktif keikutsertaan anak

5. Memiliki hubungan sistematis yang khusus dengan sesuatu yang bukan bermain, seperti misalnya: kreativitas, pemecahan masalah, belajar bahasa, perkembangan motorik, sosial, dan sebagainya.

Pengertian ini menggambarkan apabila bermain itu menyenangkan anak akan terus melakukannya, namun apabila permainan sudah tidak menyenangkan anak akan menghentikan permainan tersebut. Dalam hal ini terkandung interaksi antara anak dengan lingkungannya. Interaksi ini dapat dirangsang, dipertahankan, atau dihentikan oleh faktor-faktor yang ada dalam hubungan antara anak dengan lingkungannya itu.

Bermain merupakan cara berpikir anak dan cara memecahkan masalah. Melalui bermain anak mendapat kesempatan untuk bereksplorasi, mengadakan pelatihan-pelatihan, mengadakan percobaan-percobaan, dan mengadakan perubahan untuk memperoleh penghargaan. Bermain dapat didefinisikan sebagai suatu kegiatan anak yang dilakukan secara spontan dan perasaan gembira, tidak memiliki tujuan ekstrinsik, melibatkan peran aktif anak, memiliki hubungan sistematis dengan hal-hal diluar bermain, dan merupakan interaksi antara anak dengan lingkungannya serta memungkinkan anak melakukan adaptasi dengan lingkungannya itu (Montolalu, 2009: 19).

Montolalu (2009: 15) menjelaskan bahwa bermain memberi kesempatan pada anak untuk menguji tubuhnya, melihat berapa baik anggota tubuhnya berfungsi, bermain juga membantu anak untuk memupuk rasa percaya diri secara fisik. Permainan yang menyenangkan dapat membuat anak tertantang untuk lebih memahami arti bermain dikaitkan dengan tingkah laku manusia. Bermain benar-benar merupakan pengertian yang sulit dipahami karena muncul dalam beraneka ragam bentuk. Bermain itu sendiri bukan hanya tampak pada

tingkah laku anak, tetapi pada usia dewasa pun masih tetap bermain. Kemampuan mengontrol dan mengatur tubuh seperti menunjukkan kesadaran tubuh, kesadaran ruang, kesadaran ritmik, keseimbangan, kemampuan untuk mengambil *start*, kemampuan menghentikan gerak, dan mengubah arah (Catron, 1999: 22). Anak yang memiliki kecerdasan gerak kinestetik memiliki koordinasi tubuh yang baik. Gerakan-gerakan anak terlihat seimbang, luwes dan cekatan. Anak cepat menguasai tugas-tugas motorik halus seperti menggunting, melipat, menjahit, menempel, merajut, menyambung, mengecat dan menulis. Secara artistik anak memiliki kemampuan menari dan menggerakkan tubuh mereka dengan luwes dan lentur.

Rangsangan yang memicu kecerdasan gerak-kinestetik membantu perkembangan dan pertumbuhan anak. Sesuai dengan sifat anak, yakni suka bergerak, proses belajar hendaklah memperhatikan kecenderungan ini. Anak-anak dengan kecenderungan kecerdasan ini belajar dengan menyentuh, memanipulasi dan bergerak. Menurut Sujiono (2005: 33) kecerdasan gerak kinestetik mempunyai lokasi di otak serebelum (otak kecil) bangsal ganglia (otak keseimbangan) dan motor korteks. Kecerdasan ini memiliki wujud relatif bervariasi, bergantung pada komponen-komponen kekuatan dan fleksibilitas serta dominan seperti lari dan olahraga.

2.1.9 Manfaat Bermain Bagi Anak

Bermain memiliki manfaat-manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Fisik: Bermain aktif seperti berlari, melompat, melempar, memanjat, meniti papan titian, dan sebagainya membantu anak mematangkan otot-otot dan melatih keterampilan anggota tubuhnya.

2. **Manfaat Terapi:** Bermain memiliki nilai terapi. Dalam kehidupan sehari-hari anak butuh penyaluran bagi ketegangan sebagai akibat dari batasan lingkungan. Dalam hal ini bermain membantu anak mengekspresikan, perasaan-perasaannya dan mengeluarkan energi yang tersimpan sesuai dengan tuntutan sosialnya.
3. **Manfaat Kreatif:** Bermain memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan kreativitasnya. Anak dapat bereksperimen dengan gagasan-gagasan barunya baik dengan menggunakan alat bermain maupun tidak. Sekali anak merasa mampu menciptakan sesuatu yang baru dan unik anak akan melakukannya kembali dalam situasi lain.
4. **Pembentukan Konsep Diri:** Melalui bermain anak belajar mengenali dirinya dan hubungannya dengan orang lain. Anak menjadi tahu apa saja kemampuannya dan bagaimana perbandingannya dengan kemampuan anak-anak lain. Hal ini memungkinkan anak membentuk konsep diri yang lebih jelas dan realistis.
5. **Manfaat Sosial:** Bermain dengan teman-teman sebaya membuat anak belajar membangun suatu hubungan sosial dengan anak-anak lain yang belum dikenalnya dan mengatasi berbagai persoalan yang ditimbulkan oleh hubungan tersebut.
6. **Manfaat Moral:** Bermain memberikan sumbangan yang sangat penting bagi upaya memperkenalkan moral kepada anak. Di rumah maupun di sekolah anak belajar mengenai norma-norma kelompok, mana yang benar dan mana yang salah, bagaimana bersikap adil, jujur dan sebagainya.

Menurut Montolalu (2009: 118), bermain selain dapat bermanfaat untuk perkembangan fisik, kognitif, sosial emosional, dan moral, bermain dapat

memicu kreativitas, mencerdaskan otak, menanggulangi konflik, melatih empati, mengasah pancaindra, media terapi, serta dapat melakukan penemuan. Bermain tidak sekedar bermain-main, bermain memberikan kesempatan pada anak untuk mengembangkan kemampuan emosional, fisik, sosial dan nalar mereka. Melalui interaksinya dengan permainan, seorang anak belajar meningkatkan toleransi anak terhadap kondisi yang secara potensial dapat menimbulkan frustrasi.

Kegagalan membuat rangkaian sejumlah objek atau mengkonstruksi suatu bentuk tertentu dapat menyebabkan anak mengalami frustrasi. Dengan mendampingi anak pada saat bermain, pendidik dapat melatih anak untuk belajar bersabar, mengendalikan diri dan tidak cepat putus asa dalam mengkonstruksi sesuatu. Bimbingan yang baik bagi anak mengarahkan anak untuk dapat mengendalikan dirinya kelak di kemudian hari untuk tidak cepat frustrasi dalam menghadapi permasalahan kelak di kemudian hari .

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditegaskan bahwa melalui bermain, anak juga berkesempatan untuk mengembangkan kemampuan nalarnya, karena melalui permainan serta alat-alat permainan anak-anak belajar mengerti dan memahami suatu gejala tertentu. Kegiatan ini sendiri merupakan suatu proses dinamis di mana seorang anak memperoleh informasi dan pengetahuan yang kelak dijadikan landasan dasar pengetahuannya dalam proses belajar berikutnya di kemudian hari.

2.1.10 Bermain Bola

Bola merupakan salah satu alat/media dalam mengembangkan motorik kasar anak sekolah dasar. Salah satu kegiatan yang menggunakan bola adalah melempar dan menangkap. Bentuk pengajaran yang di lakukan guru bisa dengan

melatih gerak dasar dalam melempar bola, anak mengikuti gerakan demi gerakan yang di peragakan oleh guru.

Melempar menggunakan media bola di awali dengan melempar bola kecil, kemudian sedang dan di lanjutkan dengan melempar bola besar. Konsep bermain bola yang dilakukan dalam penelitian ini adalah permainan modifikasi bola basket.

2.1.11 Permainan Modifikasi Bola Basket

1. Permainan Bola Basket

Bola basket pada dasarnya merupakan permainan beregu yang dapat dimainkan oleh setiap orang, baik anak-anak, remaja, orang dewasa maupun orang-orang yang usianya diatas lima puluh tahun. Tempat permainan ini bisa dilakukan didalam gedung maupun diluar gedung, dengan lantai yang keras dan keranjang (basket) yang disertai papan pantul sebagai sasaran akhir dalam permainan ini. Bola yang dipakai dalam permainan ini berbentuk bulat yang terbuat dari kulit karet dengan ukuran yang disesuaikan dengan tingkat usia para pemain (Machfud Irsyada, 2000: 6).

Prinsip yang mendasar dalam permainan bola basket ini ialah bahwa permainan ini merupakan suatu permainan yang dilakukan tanpa unsur kekerasan atau tidak begitu kasar, dengan tidak ada unsur menendang, menjegal, menarik, serta tidak begitu susah dipelajari. Aturan main dalam permainan ini adalah bola tidak boleh di bawa lari, dengan kata lain bola harus dipantulkan sambil berlari atau berjalan, atau dioperkan teman seregunya, dengan sasaran akhir yaitu memasukan bola ke keranjang (basket) lawan. Disamping itu harus berusaha da menjaga agar keranjang (basket) nya tidak kemasukan bola (Machfud Irsyada, 2000: 7).

2. Gerak Dasar Permainan Bola Basket

1) Gerak Dasar Tanpa Bola

Gerakan dasar tanpa bola dalam permainan bola basket yaitu:

- (1) Gerak dasar bergerak maju
- (2) Gerak dasar bergerak mundur
- (3) Gerak dasar bergerak samping kiri
- (4) Gerak dasar bergerak samping kanan
- (5) Gerak dasar melompat
- (6) Gerak dasar meloncat

2) Gerak Dasar Dengan Bola

Gerak dasar dengan bola dalam permainan basket yaitu:

(1) Gerak dasar menggiring bola (*dribbling*)

Menggiring bola dalam bola basket adalah satu dasar yang pertama di perkenalkan kepada pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam permainan basket.

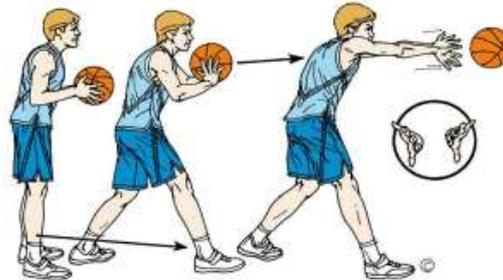
(2) Gerak dasar mengoper dan menerima bola (*passing and catching*)

Passing berarti mengoper, sedangkan *catching* artinya menangkap. Setiap pemula harus belajar mengenai cara mengoper dan menangkap bola dengan temannya. Ingat, kemampuan mengoper dan menangkap harus sama baiknya, tidak boleh hanya mahir sebagian. Dalam passing terdapat beberapa teknik antara lain :

a. *Chest pass* (operan setinggi dada)

Operan ini dimulai dari memegang bola di depan dada, kemudian bola dilempar lurus dengan telapak tangan ke arah luar. *Chest* artinya dada. *Chest pass* adalah memberikan bola ke kawan dengan cara di passing tepat diarah

depan dada. Kelebihan *chest pass* adalah lebih cepat, lebih kuat untuk mencapai kawan. Cocok untuk team dengan tipe *quick passing*.

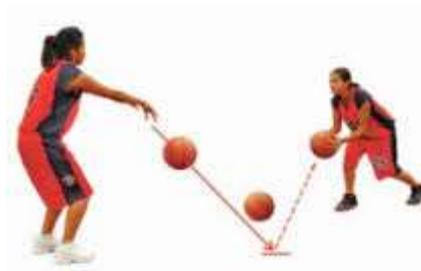


Gambar 2.1 Urutan Teknik *Chest Pass*
Sumber: Rpp Kelas V SD Kurikulum 2013

Adapun urutan teknik *Chest pass* adalah sebagai berikut:

1. Cara Memegang Bola,
 2. Awalan,
 3. Tolakan atau Lemparan,
 4. Gerakan Lanjutan
 5. Menerima Bola.
- b. *Bounce pass* (operan pantul)

Sama dengan *Chest pass*, bedanya hanya lemparan diarahkan ke lantai, usahakan titik pantulnya berada di $\frac{3}{4}$ jarak dari pengoper bola. Sesuai namanya *bounce* artinya memantul, maka *bounce pass* adalah memberikan bola ke kawan dengan cara dipantulkan ke tanah. Teorinya adalah memantulkan ke tanah dengan titik pantul $\frac{2}{3}$ jarak kita ke target kawan.

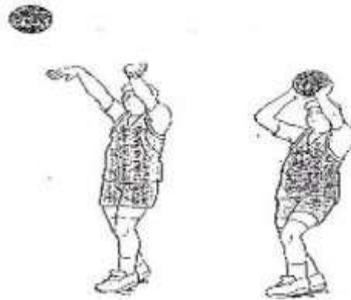


Gambar 2.2 Cara Melakukan *Bounce Pass*
Sumber: Rpp Kelas V SD Kurikulum 2013

Cara melakukan *Bounce pass* :

1. Metode pelaksanaannya (sikap permulaan) sama dengan operan setinggi dada.
 2. Bola dilepaskan atau didorong dengan tolakan dua tangan menyerong ke bawah dari letak badan lawan dengan jarak kira-kira $\frac{1}{3}$ dari penerima.
 3. Pandangan mata ke arah bola yang dipantulkan, kemudian ke penerima
 4. Bila berhadapan dengan lawan, maka sasaran pantulan bola berada di samping kanan atau kiri lawan.
- c. *Overhead pass* (operan diatas kepala)

Operan dilakukan dengan kedua tangan berada di atas. Penerima bola juga menangkap dengan posisi tangan di atas. *Overhead* artinya diatas kepala. *Overhead pass* adalah memberikan passing ke kawan dengan memegang bola diatas kepala, lalu lemparkan. *Overhead pass* biasa digunakan pada team dengan tipikal wall center. Maksudnya center maupun pemain dengan badan tinggi yang memiliki matchup lawan yang lebih kecil. Maka *overhead pass* sangat berguna.



Gambar 2.3 Cara Melakukan *Overhead Pass*
Sumber: Rpp Kelas V SD Kurikulum 2013

Cara melakukan *Overhead pass* :

1. Cara memegang bola sama dengan lemparan dari depan dada, hanya saja posisi permulaan bola di atas kepala sedikit di depan dahi dan siku agak ditekuk
 2. Bola dilemparkan dengan lekukan pergelangan tangan yang arahnya agak menghadap ke bawah disertai dengan meluruskan lengan
 3. Lepasnya bola dari tangan menggunakan jentikan ujung jari tangan.
- (3) Gerak dasar memasukan bola (*shooting*)

a. *Set shoot*

Tembakan ini jarang dilakukan pada permainan biasa. Karena jika penembak tidak melompat, maka tembakannya akan mudah dihalangi. Umumnya tembakan ini dilakukan saat lemparan bebas atau bila memungkinkan untuk menembak tanpa rintangan (*free throw*).

b. *Lay-up shoot*

Lay-up dilakukan di akhir *dribble*. Pada jarak beberapa langkah dari ring, penggiring bola secara serentak mengangkat tangan dan lutut ke atas ketika melompat ke arah keranjang.

c. *Jump shoot*

Tembakan ini sering dilakukan saat pemain menyerang tidak bisa mendekati keranjang. Tembakan ini sangat sulit dihalangi karena dilakukan pada titik tertinggi lompatan *vertical* penembak.

(4) Gerak dasar menangkap bola yang telah mengenai simpai keranjang (*rebound*)

Rebound dilakukan untuk mengurangi peluang pihak lawan untuk mencetak angka dan menghasilkan lebih banyak kesempatan kedua untuk mencetak angka bagi timnya (Jon Oliver, 2004: 87)

3. Modifikasi

Penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu, “*Developmentally Appropriate Practice*” (DAP). Artinya tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan kemampuan anak dan dapat membantu perubahan tersebut. Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru agar dapat mencerminkan DAP. *Body scaling* atau ukuran tubuh siswa yang termasuk di dalam DAP, harus selalu dijadikan prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran pendidikan jasmani. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dapat memperlancar siswa dalam belajarnya (Yoyo Bahagia, 2000: 1).

4. Permainan Modifikasi Bola Basket

Permainan modifikasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah permainan bola basket yang telah di modifikasikan dan disesuaikan dengan

kemampuan anak tunagrahita. Alasan pemilihan bola basket dalam permainan modifikasi ini dikarenakan permainan bola basket dapat melatih kemampuan motorik kasar anak tunagrahita, gerakan-gerakan dalam permainan bola basket merupakan gerakan yang sangat penting bagi kehidupan sehari-hari seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat, melempar, dan menangkap. Permainan ini juga membuat anak aktif bergerak dan dapat berinteraksi dengan teman-temannya selama permainan berlangsung.

Permainan basket yang dimodifikasi yaitu, bola menggunakan bola basket kecilukuran anak sekolah dasar, dan jumlah pemain yang disesuaikan dengan sampel. Peraturan permainan disesuaikan dengan kemampuan dan kondisi yang anak miliki. Rencana pembelajarannya yaitu berlari, melempar bola dan menangkapnya, melompat dan meloncat, memantulkan bola, lempar tangkap antar siswa, memasukan bola ke dalam ring, sampai bermain basket dengan peraturan yang di batasi.

Cara bermain

- 1) Lapangan yang di gunakan adalah lapangan bola basket yang ada di SLB N Semarang.
- 2) Bola yang digunakan menggunakan bola basket mini.
- 3) Membagi pemain menjadi dua tim sesuai dengan jumlah sampel.
- 4) *Jump ball* dilakukan oleh wasit tengah untuk memulai jalannya permainan
- 5) Tim yang mendapatkan bola kemudian memainkan bola terlebih dahulu dan melakukan operan dengan teman, sambil menuju pertahanan lawan, sementara tim lawan menunggu di wilayah pertahanannya untuk menunggu giliran bermain.

- 6) Setelah tim yang mendapat bola sampai di pertahanan lawan kemudian melakukan tembakan ke ring, meskipun bola itu tidak masuk kedalam ring pemain yang sebelumnya bertahan giliran memainkan bola sama seperti kelompok sebelumnya. Seperti itu dilakukan bergantian sampai waktu permainan berakhir.
- 7) Lama waktu permainan adalah 15 menit.
- 8) Permainan dapat di akhiri setelah waktu habis dan di tandai dengan tiupan peluit oleh wasit.

Peralatan yang diperlukan:

- 1) Bola basket ukuran mini untuk usia anak sekolah dasar dengan spesifikasi berat bola 460 - 510 gram, keliling 63 - 73 cm (*size 5*)
- 2) Lapangan basket
- 3) Peluit
- 4) *Stopwatch*

2.1.12 Pengertian Tunagrahita

Widati dan Murtadlo (2007: 261) berpendapat bahwa tunagrahita adalah suatu keadaan perkembangan mental yang terhenti atau tidak lengkap yang ditandai oleh kendala keterampilan selama masa perkembangan sehingga berpengaruh pada semua tingkat intelegensia, antara lain kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial. Tunagrahita adalah istilah yang digunakan bagi anak atau orang yang memiliki kemampuan intelektual di bawah rata-rata sehingga sulit menyelesaikan tugas-tugasnya. Istilah lain dari tunagrahita adalah retardasi mental. Seseorang dikatakan tunagrahita apabila memiliki tiga indikator yaitu:

1. Keterhambatan fungsi kecerdasan secara umum atau di bawah rata-rata

2. Ketidak mampuan dalam perilaku sosial / adaptif
3. Hambatan perilaku sosial/adaptif terjadi pada usia perkembangan yaitu sampai dengan usia 18 tahun.

2.1.13 Jenis Tunagrahita

Berdasarkan tingkat kecerdasan/IQ, maka tunagrahita dapat dikelompokkan menjadi:

1. Tunagrahita ringan (*Moron/debil* atau mampu didik) yang memiliki IQ 70 – 55 biasanya di sebut ketunaan “C”
2. Tunagrahita sedang (*Imbesil* atau mampu latih) yang memiliki IQ 54- 40 biasanya disebut ketunaan “C1 ”
3. Tunagrahita berat (*severe/imbesil berat/mampu latih berat*) memiliki IQ 40 - 25 biasanya di sebut ketunaan “C1 berat”
4. Tunagrahita sangat berat (*profound/ideot/mampu rawat*) yang memiliki IQ dibawah 25.

2.1.14 Ciri-ciri Anak Tunagrahita

Ciri-ciri anak tunagrahita ditunjukkan dengan karakteristik sebagai berikut:

1. Penampilan fisik yang tidak seimbang (kepala terlalu besar/kecil)
2. Tidak dapat mengurus diri sendiri sesuai usia
3. Terlambat dalam perkembangan bicara dan bahasa
4. Tidak ada / kurang sekali perhatian terhadap lingkungan
5. Koordinasi gerakan kurang (sering tidak terkendali)
6. Sering keluar ludah dari mulut (ngeces)

2.1.15 Penyebab tunagrahita

Penyebab Tunagrahita antara lain:

1. Anomali genetik atau kelainan kromosom yang menyebabkan :
 - 1) *Down Syndrome*, trisotomi pada kromosom 21 dengan ciri-ciri yaitu tinggi badan pendek, muka mongoloid
 - 2) *Fragile X syndrome*, malformasi kromosom X, yaitu ketika kromosom X terbelah dua maka pada saat itu penderita akan mengalami retardasi mental (RM) sedang. Biasanya terjadi pada mayoritas laki-laki penderita tunagrahita.
 - 3) *Recessive disease* yaitu terjadinya salah mengarahkan pembentukan enzim yg menyebabkan terganggunya metabolisme (*pheniyiketonurea*)
2. Penyakit infeksi terutama pada trimester pertama karena janin belum memiliki ketebalan dan merupakan saat kritis bagi perkembangan otak
 - 1) Kecelakaan dan menimbulkan trauma di kepala
 - 2) Prematuritas/bayi yang lahir sebelum waktunya (sebelum 9 bulan)
 - 3) Bahan kimia yang berbahaya atau polutan yang terhirup anak masa balita
 - 4) Racun asap rokok yang terhirup oleh ibu saat mengandung dan menyebabkan kerusakan syaraf dan keracunan pada darah (Aqila Smart, 2014: 49-53).

2.2 Kajian Penelitian Yang Relevan

Kajian penelitian yang relevan yang penulis temui ialah:

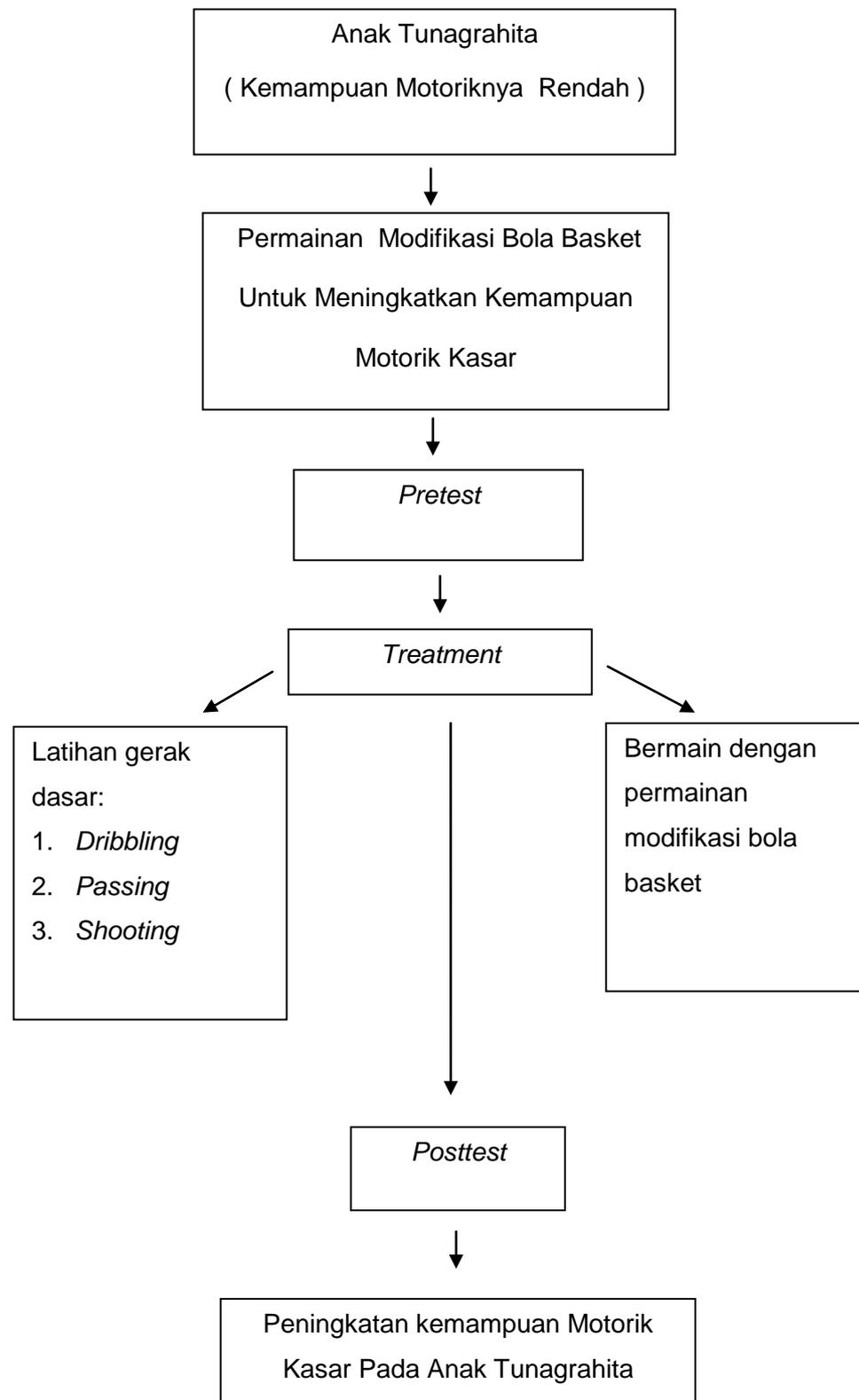
1. Penelitian yang dilakukan oleh Esti Erlinda, A Ma (2014), skripsi dengan judul "Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Melempar dan Menangkap Bola". Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan mengenai keterampilan motorik kasar pada anak

usia dini, hal itu menunjukkan pengembangan motorik kasar dapat dikembangkan melalui permainan.

2. Penelitian yang dilakukan Hery Saputra (2015), skripsi dengan judul “Efektivitas Pelaksanaan Olahraga *Goalball* Terhadap Peningkatan Ketrampilan Motorik Kasar Pada Anak Tunanetra SLB Negeri Semarang”. Hasil penelitian menyatakan bahwa pelaksanaan penjas adaptif melalui olahraga *goalball* efektif terhadap peningkatan ketrampilan motorik kasar pada anak tunanetra SLB Negeri Semarang .

Berdasarkan hasil kedua penelitian tersebut pengembangan kemampuan motorik kasar dapat dilakukan dengan media permainan.

2.3 Kerangka Berpikir



2.3 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Berdasarkan landasan teori dan kerangka berfikir di atas maka hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

Ho : Permainan modifikasi bola basket tidak efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar tunagrahita ringan.

Ha : Permainan modifikasi bola basket efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar tunagrahita ringan.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu, cara ilmiah, data, tujuan, dan kegunaan (Sugiyono, 2012: 2-3).

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2012: 107).

Desain penelitian ini merupakan penelitian *pre-experimental* dengan *one group pretest-posttest design*. Rancangan ini merupakan rancangan dengan yang menyertakan tes awal dan tes akhir untuk menunjukkan adanya perubahan atas perlakuan.

$$O_1 \times O_2$$

O_1 = nilai pretest (sebelum diberi perlakuan)

O_2 = nilai posttest (sesudah diberi perlakuan)

Pengaruh permainan modifikasi bola basket terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan = $(O_2 - O_1)$.

3.2 Variabel Penelitian

Variabel merupakan objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi Arikunto, 2010: 160). Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut (Sugiyono, 2012: 38).

3.2.1 Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2010: 61). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan.

3.2.2 Variabel Bebas

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya perubahan pada variabel terikat yang mempengaruhi (Sugiyono, 2010: 61). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah permainan modifikasi bola basket.

3.2.3 Deskripsi Operasional Variabel

3.2.3.1 Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan.

Sebagaimana diungkapkan Samsudin (2005: 22) bahwa motorik kasar adalah aktivitas yang menggunakan otot-otot besar, meliputi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Hasil belajar yang dicapai melalui permainan modifikasi bola basket terhadap kemampuan motorik kasar adalah berupa penguasaan tugas gerak terhadap lari, loncat, lompat, melempar bola,

mendribble, menangkap bola dan melempar tangkap bola yang semuanya merupakan gerak dasar dalam permainan basket.

3.2.3.2 Variabel Bebas

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya perubahan pada variabel terikat yang mempengaruhi (Sugiyono, 2010: 61). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah permainan modifikasi bola basket. Permainan basket yang dimodifikasikan yaitu, bola yang digunakan menggunakan bola basket ukuran kecil, dan jumlah pemain yang disesuaikan dengan sampel penelitian, peraturan permainan disesuaikan dengan kemampuan yang anak miliki. Rencana pembelajarannya yaitu berlari, melempar bola dan menangkapnya, melompat dan meloncat, lempar tangkap bola antar siswa, memasukan bola ke dalam ring sampai bermain basket dengan peraturan yang dibatasi. Permainan basket dilaksanakan 12 kali pertemuan dengan tiga kali pertemuan dalam satu minggu. Dengan permainan modifikasi merupakan suatu alternatif untuk melatih motorik kasar anak tunagrahita.

Cara bermain permainan modifikasi bola basket adalah sebagai berikut:

1. Sebelum di mulai permainan, peneliti membariskan anak dilapangan dan berdoa.
2. Setelah itu melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum melaksanakan permainan.
3. Setelah pemanasan peneliti membagi sejumlah anak menjadi dua kelompok.
4. Setelah terbagi dua kelompok, sebelum di mulai anak di beri penjelasan tata cara permainan supaya permainan dapat berjalan lancar dan tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

5. Permainan dimulai dengan *jump ball* oleh wasit, lama permainan 15 menit.
6. Tim yang mendapatkan bola kemudian memainkan bola terlebih dahulu dan melakukan operan dengan teman, *dribbling*, sambil menuju pertahanan lawan, sementara tim lawan menunggu di wilayah pertahanannya untuk menunggu giliran bermain.
7. Setelah tim yang mendapat bola sampai di pertahanan lawan kemudian melakukan tembakan ke ring, meskipun bola itu tidak masuk kedalam ring pemain yang sebelumnya bertahan giliran memainkan bola sama seperti kelompok sebelumnya. Seperti itu dilakukan bergantian sampai waktu permainan berakhir.
8. Permainan diakhiri jika waktu telah habis dan di tandai dengan bunyi peluit.

Demikian permainan modifikasi bola basket tersebut dilaksanakan, diharapkan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010: 177). Populasi dalam penelitian ini adalah anak tungrahita siswa dari SDLB C kelas V SLB N Semarang yang berjumlah 11 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2010: 18) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Apabila populasi besar dan peneliti tidak

mampu mempelajari semua, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi.

3.3.3 Teknik Pengambilan Sampling

Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel (Sugiyono, 2009). Jadi terdapat 11 sampel pada penelitian ini.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrumen-instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel dalam ilmu alam sudah banyak tersedia dan telah teruji validitas dan realibilitasnya (Sugiyono, 2012:102). Instrumen yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah menggunakan metode tes kemampuan gerak (*Barrow Test Ability*) untuk mengetahui kemampuan gerak anak tunagrahita sebelum diberikan perlakuan dan sesudah perlakuan. Adapun penjabaran tesnya adalah sebagai berikut:

Item tes Kemampuan Gerak (*Barrow ability tes*) terdiri dari : 1) *Standing Broad Jump*, 2) *Zig-zag Run*, 3) *Shot-put Test With Softball*, petunjuk pelaksanaan tes ini akan peneliti uraikan di bawah ini :

1. *Standing Broad Jump*

Tujuan : Untuk mengukur kekuatan otot tungkai

Umur : Usia 6 – usia mahasiswa

Jenis kelamin : Laki-laki dan wanita

Reliabilitas : 0.96

Peralatan : Lapangan yang datar, alat pencatat, *roll* meter, dan kapur

Pelaksanaan : Siswa melompat ke depan dengan kedua kaki

Penilaian : Hasil lompatan diukur pada bagian belakang tapak kaki, dilakukan dua kali.

2. *Shoot-put Test With Softball*

Tujuan : Mengukur kekuatan otot lengan dan bahu

Umur : Usia 10 tahun – usia mahasiswa

Jenis kelamin : Laki-laki dan wanita

Reliabilitas : 0.97

Peralatan : Alat pencatat, *roll* meter, *lagban*, bola *softball*

Pelaksanaan : Siswa melempar dengan lengan terkuat, dilakukan 2 x

Penilaian : Pengukuran dihitung pada tempat mendarat bola *softball* dan hasil lemparan dicatat.

3. *Zig-zag Run*

Tujuan : Untuk mengukur kelincahan kaki

Umur : Usia 10 tahun – usia mahasiswa

Jenis kelamin : Laki-laki dan wanita

Reliabilitas : 0.93

Peralatan : Alat pencatat, kerucut, *stop watch*, *roll* meter

Pelaksanaan : Siswa berlari cepat, mengikuti arah yang sudah ditentukan, pada saat “aba-aba ya” *stop watch* serentak dihidupkan. *Stop watch* dimatikan setelah siswa masuk garis *finish*.

Penilaian : Tes dilakukan dua kali, waktu yang dihasilkan dicatat.

(Sumber: Johnson, Nelson. 1986: 118-119)

3.5 Presedur Penelitian

3.5.1 Tahap Persiapan

1. Peneliti melakukan observasi terlebih dahulu. Observasi dilakukan tanggal 04 maret 2015 di SLB N Semarang. Penulis memohon ijin untuk melakukan penelitian.
2. Setelah mendapatkan ijin dari penanggung jawab, maka penulis melakukan mempersiapkan alat dan perlengkapan penelitian.

3.5.2 Tahap Pelaksanaan

1. Sebelum diberi perlakuan terlebih dahulu semua sampel penelitian dikondisikan terhadap lingkungan penelitian.
2. Peneliti memberikan pengarahan terlebih dahulu kepada sampel tentang cara pelaksanaan penelitian.
3. Pada pelaksanaan awal dilaksanakan tes terlebih dahulu dilakukan pengambilan data awal *pretest* dengan mengukur kemampuan motorik kasar anak tunagrahita menggunakan tes kemampuan gerak dasar.
4. Setelah *pretest* selesai dilanjutkan dengan memberikan perlakuan terhadap sampel menggunakan permainan modifikasi bola basket selama dua belas kali pertemuan. Selanjutnya melakukan tes tahap akhir atau *posttest* menggunakan item tes yang sama.

3.5.3 Tahap Akhir

Data yang sudah diperoleh kemudian dianalisis untuk menjawab masalah penelitian atau menyimpulkan penelitian. Menyimpulkan atau merumuskan hasil penelitian.

3.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penelitian

Selama penelitian berlangsung, banyak faktor-faktor yang mempengaruhi penelitian, baik faktor yang timbul dalam diri penulis, sampel, maupun alat. Berikut uraian selengkapnya

3.6.1 Faktor yang Timbul dalam Diri Penulis

Pada hal ini peneliti mengalami kesulitan dalam mengkondisikan sampel selama penelitian berlangsung. Kurangnya pengalaman dari diri penulis dalam hal menangani anak tunagrahita membuat peneliti sedikit kesulitan dalam hal mengkondisikan anak.

3.6.2 Faktor yang Timbul dalam Diri Sampel

Keterbatasan intelegensia dari sampel yang merupakan anak tunagrahita membuat sampel terkadang kurang faham dengan intruksi yang diberikan peneliti.

3.6.3 Faktor Alat

Tidak semua alat yang digunakan untuk mengambil data adalah milik penulis, beberapa diantaranya harus dipinjam di Laboratorium IKOR. Hal itu menghambat penulis karena alat tersebut jumlahnya terbatas, sehingga penulis harus meminjam jauh-jauh hari sebelum penelitian agar pada saat penelitian akan berlangsung, alat tersebut tidak dipinjam oleh orang lain.

3.7 Uji Prasyarat Analisis

Uji prasyarat analisis yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yakni uji normalitas dan uji homogenitas, berikut uraian selengkapnya:

3.7.1 Uji Normalitas

Menurut Misbahuddin (2013: 278), uji normalitas data adalah uji prasyarat tentang kelayakan data untuk dianalisis dengan menggunakan statistik parametrik maupun non parametrik. Tujuan dilakukannya uji normalitas data adalah untuk mengetahui data hasil penelitian berdistribusi normal atau tidak. Ada berbagai macam uji yang digunakan untuk uji normalitas data, namun yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Kolmogorov Smirnov*, pengambilan keputusan didasarkan jika signifikasni lebih dari 0,05 maka data berdistribusi normal.

3.7.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sama tidaknya variansi-variansi dua variabel atau lebih, adapun uji homogenitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *Test of Homogeneity of Variance Levene Statistics*. Pengambilan keputusan didasarkan jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka data homogen.

3.8 Analisis Data

Ada berbagai macam teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis hubungan antar variabel, salah satunya adalah analisis komparatif dua sampel berkorelasi (terkait). Rumus yang digunakan untuk menganalisis data menggunakan bantuan SPSS versi 16 melalui uji *Paired T Test*. Alasan peneliti menggunakan rumus uji *Paired T Test* karena merupakan dua pengukuran pada subjek yang sama terhadap suatu pengaruh atau perlakuan tertentu (C.Trihendradi, 2013: 97).

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian Efektivitas Permainan Modifikasi Bola Basket terhadap Kemampuan Motorik Kasar Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Permainan Modifikasi Bola Basket efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan di SLB Negeri Semarang.

5.2 Saran

Saran dari penulis yang ingin disampaikan terkait dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan yaitu:

Keunikan yang dimiliki anak tunagrahita membuat mereka memerlukan perlakuan khusus, bagi seorang guru/pendidik inovasi dalam pemberian materi pembelajaran gerak sangat diperlukan agar tujuan pengembangan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita dapat tercapai.

DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdiknas
- Aqila Smart, Rose. 2010. *Anak Cacat Bukan Kiamat:Metode Pembelajaran dan Terapi untuk Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta. Aqila Smart
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asep Deni Gustiana. 2011. *Pengaruh Permainan Modifikasi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Dan Kognitif Anak Usia Dini*. ISSN 1412-565X. No.2.
- B.E.F. Montolalu, dkk. 2009. *Bermain Dan Permainan Anak*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Esti Erlinda, A Ma. 2014. "Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Melempar dan Menangkap Bola". *Skripsi*. Universitas Bengkulu
- Fakih Gunawan. 2014. *Survei Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Sekolah Dasar Luar Biasa Se-Kabupaten Gunungkidul*. Journal Of Physical Education, Sport, Health and Recreation. 3(2), 916-921.
- Hery Saputra. 2015. "Efektivitas Pelaksanaan Olahraga Goalball Terhadap Peningkatan Ketrampilan Motorik Kasar Pada Anak Tunanetra SLB Negeri Semarang". *Skripsi*. UNNES
- Imandala, Iim. 2012. *Asesmen Area Kebutuhan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan*. Jawa Barat: Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat.
- Kaplan dan Sadock. 2010. *Sinopsis Psikiatri Jilid 1*. Jakarta
- Komisi Disiplin Ilmu Keolahragaan. 2000. *Ilmu Keolahragaan dan Rencana Pengembangannya*. Jakarta: DEPDIKNAS.
- Lismadiana. 2013. *Peran Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini*. Jurnal ISSA. 3.101-109.
- Maramis, Willy F. 1980. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa Cetakan 1*. Surabaya : Airlangga University Press.
- Meimulyani & Yani, 2013. *Pendidikan Jasmani Adaptif Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Luxima Metro Media.
- Pedoman Penyusunan Skripsi FIK-UNNES 2014.
- Rusli L. dan Sumardianto. 2000. *Filsafat Olahraga*. Jakarta: DEPDIKNAS.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta. Litera.

- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Suharmini, Tin. 2007. *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan.
- Sukanti, Endang, Rini. 2007. *Diktat Pengembangan Motorik*. Yogyakarta
- Trihendradi, C. 2013. *Langkah Mudah Menguasai SPSS 21*. Yogyakarta. ANDI.
- Undang-undang No. 20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Widati, CH, Sri, dan Murtadlo. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN

Gedung F1 Lt. 3, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
Telepon: 024 8508068

Laman: <http://www.ikor.unnes.ac.id>, surel: prodiikorfikunnes@yahoo.com

Nomor : 658 / PP3.23 / 2014
Lamp. :
Hal : Usulan Pembimbing

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Semarang

Merujuk Keputusan Rektor Unnes Nomor 164/O/2004 tentang Pedoman Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program S1 pasal 7 mengenai penentuan pembimbing, dengan ini saya usulkan

Nama : Drs Prpto Nugroho, M,Kes
NIP : 195412301985031004
Pangkat/Golongan : III/D
Jabatan Akademik : Lektor
Sebagai Dosen Pembimbing

Dalam penyusunan Skripsi/Tugas Akhir untuk mahasiswa

Nama : WILDAN ALFIA NUGROHO
NIM : 6211411036
Program Studi : Ilmu Keolahragaan, S1
Topik : Efektivitas Penerapan Bermain Bola Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar pada Tuna Grahita Ringan

Untuk itu, mohon diterbitkan surat penetapannya.



Semarang, 15 Desember 2014
Ketua Jurusan

Drs. Said Junaidi, M. Kes.
NIP. 196907151994031001

LAMPIRAN 2



**KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
Nomor: 1322/FIK/2014**

**Tentang
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER
GASAL/GENAP
TAHUN AKADEMIK 2014/2015**

- Menimbang** : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Ilmu Keolahragaan/Illmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Ilmu Keolahragaan/Illmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.
- Mengingat** : 1. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)
2. Peraturan Rektor No. 21 Tahun 2011 tentang Sistem Informasi Skripsi UNNES
3. SK. Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;
4. SK Rektor UNNES No.162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;
- Menimbang** : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Ilmu Keolahragaan/Illmu Keolahragaan Tanggal 15 Desember 2014

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** :
- PERTAMA** : Menunjuk dan menugaskan kepada:
- Nama : Drs Prapto Nugroho, M.Kes
NIP : 195412301985031004
Pangkat/Golongan : III/D
Jabatan Akademik : Lektor
Sebagai Pembimbing
- Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :
- Nama : WILDAN ALFIA NUGROHO
NIM : 6211411036
Jurusan/Prodi : Ilmu Keolahragaan/Illmu Keolahragaan
Topik : Efektivitas Penerapan Bermain Bola Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar pada Tuna Grahita Ringan
- KEDUA** : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.

- Tembusan**
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik
 2. Ketua Jurusan
 3. Petinggal



DITETAPKAN DI : SEMARANG
PADANG TANGGAL : 15 Desember 2014

0000000000

n:211411036

FM-01-AKD-24/Rev. 00

Dr. Harry Pramono, M.Si.

19510191985031001

LAMPIRAN 3



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Gedung F1 Lantai 1 Kampus Sekaran Gunungpati Semarang 50229
Telp/Fax.024-8508007 Website:http://fik.unnes.ac.id

Nomor : ~~006~~ /UN37.1.6/LT/2015
Hal : *Permohonan Observasi Lapangan*

Yth. Kepala SLB N Semarang
Di
tempat

Dengan hormat

Dalam rangka mengambil data awal guna menyusun tugas akhir/skripsi untuk, dengan ini kami mohon mahasiswa yang tersebut di bawah ini:

Nama : Wildan Alfia N
NIM : 6211411036
Jurusan : Ilmu Keolahragaan, S1
Semester : 8

Pelaksanaan Observasi

Tanggal : 24 Februari 2015
Pukul : 07.00-Selesai

Diberi ijin untuk mengadakan observasi awal di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian permohonan kami, atas kebijaksanaan Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

Semarang, 20 Februari 2015

a.n. Dekan
Pembantu Dekan Bidang Akademik,



Tembusan :

1. Dekan FIK UNNES
2. Ketua Jurusan IKOR FIK UNNES
3. Mahasiswa yang bersangkutan

Dr. M. Mustiadi, M.Kes.
02410231990021001

LAMPIRAN 4



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN
 BALAI PENGEMBANGAN PENDIDIKAN KHUSUS
 SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI SEMARANG
 Jl. Elang Raya No.2 Semarang 50272 Telp (024) 70781106 Fax (024) 76744365
 Email: eselbens_sos@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN
Nomor : 000 / 220 / VI / 2015

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Drs. Ciptono
 NIP : 19631111 198903 1 007
 Pangkat/Gol. Ruang : Pembina Tk. I / IV b
 Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan :

Nama : Wildan Alfia Nugroho
 NIM : 6211411036
 Jurusan : Ilmu Keolahragaan UNNES

Mahasiswa tersebut diatas telah melakukan observasi dengan tema "*Efektifitas Penerapan Permainan Modifikasi Bola Basket Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang*" pada tanggal 4 Maret 2015.

Demikian surat keterangan ini untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang 10 Juni 2015



Drs. Ciptono
 Pembina Tk. I
 NIP. 19631111 198903 1 007

LAMPIRAN 5



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
 FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
 Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
 Telepon: 024-8508007
 Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik_unnes@telkom.net

Nomor : 4220/UN37.1.6/HK/2015
 Lamp. :
 Hal : Ijin Penelitian

Kepada
 Yth. Kepala SLB N Semarang
 di Semarang

Dengan Hormat,
 Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : WILDAN ALFIA NUGROHO
 NIM : 6211411036
 Program Studi : Ilmu Keolahragaan, S1
 Topik : Efektivitas Penerapan Bermain Bola Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar pada Tuna Grahita Ringan

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Semarang, 6 Mei 2015

Dr. H. Harry Pramono, M.Si.
 NIP. 195910191985031001

LAMPIRAN 6



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN
 BALAI PENGEMBANGAN PENDIDIKAN KHUSUS
 SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI SEMARANG
 Jl. Elang Raya No.2 Semarang 50272 Telp (024) 70781106 Fax (024) 76744365
 Email: eselbens_sos@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 000 / 221 / VI / 2015

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Drs. Ciptono
 NIP : 19631111 198903 1 007
 Pangkat/Gol. Ruang : Pembina Tk. I / IV b
 Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan :

Nama : Wildan Alfia Nugroho
 NIM : 6211411036
 Jurusan : Ilmu Keolahragaan UNNES

Mahasiswa tersebut diatas telah melakukan penelitian dengan tema ***"Efektifitas Penerapan Permainan Modifikasi Bola Basket Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang"*** pada tanggal 6 Mei s-d 10 Juni 2015.

Demikian surat keterangan ini untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 10 Juni 2015
 KEPALA SLB NEGERI SEMARANG

 Drs. Ciptono
 Pembina Tk. I
 NIP. 19631111 198903 1 007

LAMPIRAN 8

PROGRAM LATIHAN

NO	Pertemuan	Program
1.	Awal	<i>Pretest</i>
2.	Pertemuan 1-2	Latihan teknik dasar Bola Basket: Pemanasan <ul style="list-style-type: none"> - Doa - <i>Strectching</i> - Lari 1 kali putaran lapangan basket Latihan inti <ul style="list-style-type: none"> - <i>Drill</i> latihan <i>dribbling</i> Pendinginan <ul style="list-style-type: none"> - Pelepasan - Evaluasi dan motivasi - Doa
3.	Pertemuan 3-4	Latihan teknik dasar Bola Basket: Pemanasan <ul style="list-style-type: none"> - Doa - <i>Strectching</i> - Lari 1 kali putaran lapangan basket Latihan inti <ul style="list-style-type: none"> - <i>Drill</i> latihan <i>passing</i> Pendinginan <ul style="list-style-type: none"> - Pelepasan - Evaluasi dan motivasi - Doa
4	Pertemuan 5-6	Latihan teknik dasar Bola Basket:

		<p>Pemanasan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Doa - <i>Stretching</i> - Lari 1 kali putaran lapangan basket <p>Latihan inti</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Drill</i> latihan <i>shooting</i> <p>Pendinginan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pelepasan - Evaluasi dan motivasi - Doa
5.	Pertemuan 6-12	<p>Latihan menggunakan permainan modifikasi bola basket:</p> <p>Pemanasan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Doa - <i>Stretching</i> - Lari 1 kali putaran lapangan basket <p>Latihan inti</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bermain menggunakan permainan modifikasi bola basket <p>Pendinginan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pelepasan - Evaluasi dan motivasi - Doa
6.	Akhir	<i>Posttest</i>

**DATA HASIL PRETEST DAN POSTTEST KEMAMPUAN GERAK DASAR
SISWA TUNAGRAHITA RINGAN KELAS 5 SLB NEGERI SEMARANG**

1. Tes Standing Broad Jump

NO	Nama	Hasil	
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	Yusuf	1,39 m	1,62m
2	M. Rofiul	0,86 m	1.10 m
3	Hendra kusuma	1,61 m	1,80 m
4	Lukas	1,32 m	1,48 m
5	Dian Prasetyo	1,60 m	1,77 m
6	M. Firdaus	1,08 m	1,15 m
7	M. Salfa Ilham	1,43 m	1,55 m
8	Ustan Budi	1 m	1,07 m
9	Alif Maulana	0,72 m	0,85 m
10	Nandika Bagas	0,78 m	0,85 m
11	M. Irfan Maulana	1,35 m	1,45 m

2. Tes Shoot-put Test With Softball

NO	Nama	Hasil	
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	Yusuf	4,5 m	5,7 m
2	M. Rofiul	4,10 m	4,25 m
3	Hendra kusuma	8,70 m	9,10 m
4	Lukas	6,2 m	7,15 m
5	Dian Prasetyo	8,80 m	9,40 m
6	M. Firdaus	8,30 m	8,90 m
7	M. Salfa Ilham	6,05 m	6,45 m

8	Ustan Budi	5,9 m	6,4 m
9	Alif Maulana	4,1 m	4,7 m
10	Nandika Bagas	6,8 m	7,7 m
11	M. Irfan Maulana	5,9 m	6,5 m

3. Tes Zig-Zug Run

NO	Nama	Hasil	
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	Yusuf	9,68 detik	8,81 detik
2	M. Rofiul	13,31 detik	13,12 detik
3	Hendra kusuma	8,46 detik	8,16 detik
4	Lukas	9,12 detik	8,75 detik
5	Dian Prasetyo	8,94 detik	8,69 detik
6	M. Firdaus	10,12 detik	9,77 detik
7	M. Salfa Ilham	8,95 detik	8,15 detik
8	Ustan Budi	12,08 detik	11, 72 detik
9	Alif Maulana	11,3 detik	10,44 detik
10	Nandika Bagas	10.33 detik	10, 12 detik
11	M. Irfan Maulana	8,78 detik	8,63 detik

HASIL ANALISIS DATA SPSS

1. Uji Homogenitas Hasil Tes *Standing Broad Jump*

Test of Homogeneity of Variances

test

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.151	1	20	.702

2. Uji Homogenitas Hasil Tes *Shoot Put Test With Softball*

Test of Homogeneity of Variances

test

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.009	1	20	.927

3. Uji Homogenitas Hasil Tes *Zig-Zag Run*

Test of Homogeneity of Variances

Test

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.007	1	20	.936

4. Uji Normalitas Hasil Tes *Standing Broad Jump*

Tests of Normality

treatment	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
test pretest	.197	11	.200 [*]	.920	11	.321
test posttest	.175	11	.200 [*]	.919	11	.308

a. Lilliefors Significance Correction

Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
test	pretest	.197	11	.200 [*]	.920	11	.321
	posttest	.175	11	.200 [*]	.919	11	.308

*. This is a lower bound of the true significance.

5. Uji Normalitas Hasil Tes *Shoot Put Test With Softball*

Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
test	pretest	.161	11	.200 [*]	.902	11	.198
	posttest	.146	11	.200 [*]	.946	11	.597

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

6. Uji Normalitas Hasil Tes *Zig-zag Run*

Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
test	Pretest	.191	11	.200 [*]	.888	11	.130
	posttest	.252	11	.050	.860	11	.057

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

7. Uji Paired t Test Hasil tes *Standing Broad Jump*

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	1.1945	11	.32101	.09679
	posttest	1.3355	11	.34602	.10433

Paired Samples Test

		Pair 1
		pretest – posttest
Paired Differences	Mean	-.14091
	Std. Deviation	.06220
	Std. Error Mean	.01875
	95% Confidence Interval of the Difference	
	Lower	-.18270
	Upper	-.09912
T		-7.513
Df		10
Sig. (2-tailed)		.000

8. Uji Paired t Test Hasil tes *Shoot Put Test With Softball*

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	6.3045	11	1.71966	.51850
	posttest	6.9318	11	1.72326	.51958

Paired Samples Test

		Pair 1

		pretest – posttest	
Paired Differences	Mean	- .62727	
	Std. Deviation	.29271	
	Std. Error Mean	.08826	
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower Upper	- .82392 - .43062
	t	-7.107	
df	10		
Sig. (2-tailed)		.000	

9. Uji Paired t Test Hasil tes *Zig-zag Run*

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	10.0973	11	1.54773	.46666
	posttest	9.6691	11	1.58521	.47796

Paired Samples Test

		Pair 1	
		pretest - posttest	
Paired Differences	Mean	.42818	
	Std. Deviation	.27640	
	Std. Error Mean	.08334	
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower Upper	.24249 .61387
	t	5.138	
df	10		
Sig. (2-tailed)		.000	

DOKUMENTASI

Gambar 1. Pelaksanaan *Pretest Tes Standing Broad Jump*
Sumber: Data Penelitian 2015



Gambar 2. Pelaksanaan *Pretest Tes Standing Broad Jump*

Sumber: Data Penelitian 2015



Gambar 3. Pelaksanaan *Pretest Tes Zig-zag Run*
Sumber: Data Penelitian 2015



Gambar 4. Pelaksanaan *Pretest Tes Zig-zag Run*
Sumber: Data Penelitian 2015



Gambar 5. Pelaksanaan *Pretest Tes Shoot Put Test with Softball*
Sumber: Data Penelitian 2015



Gambar 6. Pelaksanaan *Pretest Tes Shoot Put Test with Softball*
Sumber: Data Penelitian 2015



Gambar 7. Pelaksanaan latihan *Bounce Pass*
Sumber: Data Penelitian 2015



Gambar 8. Pelaksanaan latihan *Dribble*
Sumber: Data Penelitian 2015



Gambar 9. Pelaksanaan latihan *Shooting*
Sumber: Data Penelitian 2015