

## **PEMBELAJARAN OLAHRAGA PERMAINAN BOCCE UNTUK MENGEMBANGKAN DAN MELATIH GROSS MOTOR SKILLS PADA SISWA TUNAGRAHITA SEDANG**

oleh:

**Nurbani**

Program Studi Pendidikan Luar Biasa  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Islam Nusantara, Bandung

### **ABSTRAK**

Siswa tunagrahita sedang memiliki hambatan dalam motorik, salah satunya adalah gerakan motorik kasar (Gross Motor). Oleh karena itu, perlu adanya pembelajaran yang dapat mengatasi hambatan tersebut, salah satunya melalui olahraga permainan Bocce. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan dan melatih gross motor skills pada siswa tunagrahita sedang di SLB Ar-Rahman Kota Bandung. Pendekatan yang digunakan yaitu kualitatif, dan jenis penelitian studi kasus. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Analisis data yang digunakan terdiri dari reduksi data, penyajian data, kesimpulan dan verifikasi. Hasil penelitian ini diantaranya gambaran pembelajaran menunjukkan bahwa peserta didik sudah bias latihan melempar dan menggulir lurus ke depan, latihan menunjukkan keseimbangan dalam berjalan dan berdiri dengan lurus, dan latihan menunjukkan ketepatan melempar bola hampir mendekati sasaran tetapi belum mampu dalam melempar dan menggulir, seperti ke kanan, serong kanan, ke kiri dan serong ke kiri, berjalan serong kanan dan serong kiri, berdiri dengan satu kaki, melempar bola sedekat mungkin dengan sasaran; faktor pendukung adalah ketersediaan alat atau media; faktor penghambat berasal dari faktor internal, seperti mood dan konsentrasi yang terganggu; serta upaya mengatasi hambatan dalam pembelajaran olahraga tentang permainan Bocce adalah memberikan pembelajaran dengan teknik, strategi, dan metode semenarik mungkin. Berdasarkan hal tersebut penelitian ini menemukan pembelajaran olahraga permainan Bocce untuk mengembangkan dan melatih Gross Motor Skills yang mempertimbangkan kemampuan, dukungan dan hambatan pada siswa tunagrahita sedang.

**Kata Kunci:** Anak tunagrahita sedang, Olahraga permainan Bocce, Gross Motor Skills

## Pendahuluan

Siswa tunagrahita mengalami hambatan dalam perkembangan motoriknya, sehingga mereka kesulitan dalam bergerak seperti berjalan maupun berlari. Pengembangan motorik merupakan aspek penting dalam peningkatan kualitas gerak. Menurut Mumpuniarti (2000:82):

Pada anak tunagrahita perlu adanya latihan dan penanganan secara khusus, mereka dalam memenuhi kebutuhan fisik terhambat dalam aspek: kemampuan sensorimotor, kemampuan keseimbangan tubuh, kemampuan pengenalan lingkungan, kemampuan koordinasi dan mobilitas fisik, kemampuan integrasi sensorimotor, kemampuan ketangkasan fisik, rasa keindahan serta rasa kebersihan.

Salah satu perkembangan motorik adalah motorik kasar. Motorik kasar adalah kemampuan dalam melakukan gerak yang melibatkan otot besar, misalnya berjalan, berlari, melompat, dan meloncat. Arianti, dkk (2006: 20) Mengemukakan pendapat mengenai kemampuan motorik kasar, yaitu “kemampuan motorik kasar mengontrol gerakan tubuh yang mencakup keterampilan mengendalikan otot-otot besar”. Motorik kasar pada anak tunagrahita sedang sudah berkembang lebih baik daripada perkembangan motorik halus, karena memang pada kenyataannya motorik kasar lebih cepat berkembang daripada motorik halus.

Studi empirik yang dilakukan di SLB Ar-Rahman Kota Bandung menemukan beberapa fakta mengenai keterlambatan pada kemampuan motorik peserta didik pada saat di lapangan belum terarah dalam melempar bola, kadang-kadang peserta didik tidak mengikuti intruksi dari guru, sehingga dibutuhkan guru untuk membantu memberikan intruksi atau arahan pada saat melakukan olahraga permainan Bocce, agar perkembangan motorik kasarnya dapat berkembang dengan baik dan benar. Beberapa informasi yang diperoleh mengenai penyebab peserta didik mengalami keterlambatan dalam aspek motorik kasar antara lain kurangnya pemahaman orang tua akan perkembangan anak, juga kurangnya pemberian latihan untuk mengembangkan motorik kasar.

Untuk mengembangkan kemampuan Gross Motor Skills pada anak tunagrahita tersebut perlu adanya suatu tindakan yang dilakukan oleh lembaga penyelenggara pendidikan dengan melibatkan tenaga pendidikan yang dikemas dalam suatu kegiatan yang diperlukan untuk mengembangkan potensi anak tunagrahita. Pengembangan Gross Motor Skills (motorik kasar) diberikan kepada anak tunagrahita agar menjadi mandiri

dalam melakukan kegiatan kesehariannya, sehingga mereka tidak bergantung pada orang lain dan mempunyai rasa tanggung jawab.

Studi empirik yang telah dilakukan di SLB Ar-Rahman Kota Bandung menunjukkan bahwa guru melakukan pembelajaran olahraga permainan Bocce untuk mengembangkan Gross Motor Skill pada anak tunagrahita kelas IV. Pemilihan materi dan metode latihan yang tepat diharapkan mampu mengembangkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita agar berkembang secara optimal. Selama ini cara guru dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar mereka sudah cukup baik yaitu dengan selalu mengajak berjalan-jalan, memegang dan melempar bola. Namun cara tersebut dirasa kurang efektif karena waktu yang diberikan singkat dan banyak variasi kegiatan dalam waktu tersebut sehingga anak tidak mampu mengembangkan kemampuan mereka secara optimal.

Olahraga permainan Bocce di SLB Ar-Rahman Kota Bandung di latih oleh satu orang guru olahraga dan diajarkan kepada peserta didik, permainan Bocce diawali dengan pemanasan terlebih dahulu, dilanjutkan dengan pelemparan koin untuk menentukan tim mana yang akan di beri Pallina dan memilih warna bola atau kapten dari kedua tim melemparkan koin, peserta didik memainkan Bocce sesuai intruksi guru untuk mendapatkan tim mana yang menjadi pemenangnya dengan skor terbanyak.

### **Metodologi Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran secara mendalam tentang pembelajaran olahraga permainan Bocce untuk mengembangkan dan meatih Gross Motor Skills pada anak tunagrahita sedang di SLB Ar-Rahman Kota Bandung. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode studi kasus. Metode studi kasus dalam Susilo R & Gudnanto (2011:250) menyatakan “Studi kasus adalah suatu metode untuk memahami individu yang dilakukan secara integrative dan komprehensif agar diperoleh pemahaman yang mendalam tentang individu tersebut beserta masalah yang dihadapinya dengan tujuan masalahnya dapat terselesaikan dan memperoleh perkembangan diri yang baik”.

Pendekatan kualitatif dalam penelitian ini menyajikan peneliti dan responden untuk memecahkan masalah sesuai dengan tujuan yang akan dicapai. Dalam Sugiyono (2017:9) menyatakan “penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci,

teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi”.

Alasan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif diharapkan mendapatkan data atau informasi tentang gambaran pembelajaran olahraga permainan Bocce untuk mengembangkan Gross Motor Skills anak tunagrahita sedang di SLB Ar-Rahman Kota Bandung.

### **Hasil dan Pembahasan**

Menurut Sartono SST (2009:3) “Bocce merupakan salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam setiap ajang perlombaan olahraga penyandang disabilitas khususnya tunagrahita”. Bocce adalah permainan kompetitif yang dapat dimainkan satu-satu, berpasangan, atau dalam tim tiga. Permainan ini dimainkan pada lapangan yang disebut pengadilan khusus, biasanya dengan permukaan yang keras. Objek dari permainan ini adalah untuk membuang atau melempar bola sedekat mungkin dengan sasaran. Ketika semua permainan bola dilempar, wasit menentukan poin diberikan kepada individu atau tim berdasarkan pengukuran seberapa dekat permainan bola dengan bola target.

Oleh karena itu olahraga permainan Bocce berguna untuk mengembangkan motorik kasar peserta didik tunagrahita, karena pada olahraga tersebut terdapat gerakan seperti melempar dan menggulingkan bola yang bisa mengembangkan dan melatih motorik kasarnya.

Olahraga permainan Bocce perlu di ajarkan pada anak tunagrahita sebab di dalam olahraga permainan Bocce ada kombinasi antara permainan dan gerak-gerak tubuh yang bermanfaat untuk mengembangkan dan melatih motorik, contohnya pada lemparan permainan Bocce ada ayunan pada tangan yang dapat memacu perkembangan motorik anak tunagrahita.

Dalam penelitian ini teridentifikasi masalah dalam permainan olahraga Bocce di SLB Ar-Rahman Kota Bandung yaitu konsentrasi peserta didik yang masih mudah teralih oleh lingkungan sekitar, arah lemparan yang masih sembarang (asal-asalan), dan mood yang berubah-ubah oleh karena itu memerlukan bantuan dari guru untuk memainkan permainan Bocce dalam mengembangkan motorik kasarnya pada pembelajaran pendidikan jasmani adaptif.

Hasil pengamatan ditemukan informasi mengenai adanya permasalahan melatih dan mengembangkan motorik kasar pada peserta didik tunagrahita. Berdasarkan informasi tersebut maka dilakukan pengamatan dan peneliti menemukan beberapa fakta mengenai keterlambatan pada perkembangan motorik peserta didik dilihat pada saat di lapangan belum terarah dalam melempar bola, kadang-kadang peserta didik tidak mengikuti intruksi dari guru, oleh sebab itu dibutuhkan peran guru untuk membantu memberikan intruksi/arahan pada saat melakukan olahraga permainan Bocce dalam pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. Beberapa informasi yang diperoleh mengenai penyebab peserta didik mengalami keterlambatan dalam aspek motorik kasar antara lain kurangnya pemahaman orang tua akan perkembangan anak, kurangnya pemberian latihan untuk mengembangkan motorik kasar.

Gambaran tentang Pembelajaran Olahraga Permainan *Bocce* dalam Mengembangkan dan Melatih *Gross Motor Skills* Pada Peserta Didik Tunagrahita

1. Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran olahraga permainan *Bocce* untuk mengembangkan dan melatih *Gross Motor Skills* pada peserta didik tunagrahita adalah untuk menambah, menyempurnakan dan melatih kemampuan motorik kasar peserta didik agar dapat diaplikasikan dalam keseharian peserta didik.

2. Alokasi Waktu

Alokasi waktu yang dibutuhkan dalam pembelajaran olahraga permainan *Bocce* untuk mengembangkan dan melatih *Gross Motor Skills* pada peserta didik tunagrahita adalah 30 menit untuk SDLB, 35 menit untuk SMPLB dan 40 menit untuk SMALB, dalam penelitian ini alokasi waktu yang digunakan adalah 30 menit karena anak yang diteliti merupakan peserta didik kelas IV SDLB.

3. Alat / Media Pembelajaran

Alat atau media pembelajaran yang dibutuhkan pada pembelajaran olahraga permainan *Bocce* untuk mengembangkan dan melatih *Gross Motor Skills* pada peserta didik tunagrahita adalah ketersediaan lapangan dan perlengkapan olahraga permainan *Bocce*.

4. Tahapan Pembelajaran

Tahapan kegiatan olahraga permainan *Bocce* yang dilaksanakan tetap sama dengan kegiatan olahraga yang dilakukan disekolah lain, terdapat pemanasan, kegiatan inti dan pendinginan. Setelah melakukan kegiatan pemanasan maka selanjutnya

dilakukan kegiatan inti yang disesuaikan dengan materi yang akan diberikan, kemudian guru mengajak peserta didik ke lapangan untuk dilaksanakannya kegiatan olahraga permainan *Bocce* dengan menjelaskan tujuan kegiatan dan kegiatan apa yang akan dilaksanakan terlebih dahulu, selanjutnya dilakukan pemanasan.

Setelah dilakukan pemanasan selanjutnya dilakukan kegiatan inti dan memulai kegiatan olahraga permainan *Bocce*. Aturan permainan dalam *Bocce* yaitu pertama bola putih dilemparkan melewati garis lapangan yang sudah disediakan dan peserta didik harus melemparkan 8 bola yang disediakan agar mendekati bola putih atau *Pallina* yang telah dilemparkan sebelumnya. Untuk mengetahui pemenang pada olahraga permainan *Bocce* ditentukan dari hasil lemparan bola mendekati bola putih. Setelah kegiatan inti selesai, peserta didik melakukan gerakan pendinginan agar tidak terjadi kekakuan pada otot.

#### 5. Evaluasi Pembelajaran

Jenis evaluasi yang dilakukan dalam olahraga permainan *Bocce* berupa lisan dan perbuatan, dengan mengintruksikan agar peserta didik harus fokus pada bagian tengah saat berlangsungnya kegiatan olahraga permainan *Bocce*.

Sari & Saloko (2018) menyebutkan bahwa selama proses perkembangan tersebut, setiap individu dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhinya seperti melalui pengalaman sehingga secara bertahap mengalami perubahan. Adapun selama penelitian diperoleh factor-faktor. Faktor Pendukung dalam Pembelajaran Olahraga Permainan *Bocce* Untuk Mengembangkan dan Melatih *Gross Motor Skills* Pada Peserta Didik Tunagrahita

1. Faktor pendukung. Faktor pendukung dalam pembelajaran olahraga permainan *Bocce* dalam mengembangkan *Gross Motor Skills* pada peserta didik tunagrahita adalah ketersediaan alat/media yang telah sesuai dengan kegiatan yang akan dilakukan.
2. Bentuk dukungan yang diberikan. Bentuk dukungan yang diberikan dalam pembelajaran olahraga permainan *Bocce* dalam mengembangkan *Gross Motor Skills* pada peserta didik tunagrahita adalah pemberian dukungan berupa motivasi agar peserta didik semakin semangat dalam melakukan kegiatan dan pemberian reward pada akhir kegiatan bila melakukan kegiatan secara baik dan benar.

3. Tindak lanjut. Tindak lanjut yang dilakukan adalah memerintahkan peserta didik untuk lebih sering melakukan olahraga permainan *Bocce* agar kemampuan motoriknya dapat berkembang dengan baik.

Faktor Penghambat Pembelajaran olahraga permainan *Bocce* Untuk Mengembangkan dan Melatih *Gross Motor Skills* Pada Peserta Didik Tunagrahita

1. Faktor penghambat. Faktor penghambat dalam pembelajaran olahraga permainan *Bocce* dalam mengembangkan *Gross Motor Skills* pada peserta didik tunagrahita adalah mood dan konsentrasi anak yang suka terganggu.
2. Tindak lanjut. Tindak lanjut yang dilakukan berupa himbauan agar peserta didik tetap fokus dalam melakukan kegiatan.

Upaya Mengatasi Hambatan dalam Pembelajaran Olahraga Permainan *Bocce* Untuk Mengembangkan dan Melatih *Gross Motor Skills* Pada Peserta Didik Tunagrahita

Bentuk upaya yang dilakukan oleh guru adalah memberikan pembelajaran dengan teknik semenarik mungkin agar anak tidak cepat bosan selama kegiatan berlangsung. Bentuk pelaksanaan asesmen/*divisioning* yang dilakukan dalam olahraga permainan *Bocce* ada 3 jenis permainan yang sudah dimodifikasi, yaitu jarak dekat peletakan bola putih atau *Pallina* 30 kaki, menengah peletakan bola putih 40 kaki dan jauh peletakan bola putih atau *Pallina* 50 kaki, peserta didik harus bermain 8 bola. 3 bola yang mendekati bola putih *Pallina* dicatat jaraknya dalam centimeter itu dapat menggambarkan kemampuan peserta didik. Bentuk kesiapan guru dalam perencanaan pembelajaran adalah dengan menyediakan RPP yang telah disesuaikan dengan kemampuan peserta didik.

Untuk waktu yang digunakan sudah sesuai dengan kebutuhan bahan ajar, karena didalam waktu yang telah disediakan semua kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Untuk proses pelaksanaan RPP atau program harian sudah sesuai dengan rencana, akan tetapi faktor mood dan konsentrasi anak masih sering menjadi tantangan dalam melaksanakan proses RPP.

Jenis pelaksanaan evaluasi yang digunakan berupa tanya jawab, dan bentuk evaluasi yang digunakan berupa pertanyaan mengenai seberapa besar ketertarikan peserta didik dalam melakukan kegiatan olahraga permainan *Bocce*.

Waktu yang direncanakan dan dilaksanakan sudah sesuai karena terdapat tahapan-tahapan yang sudah tertata dengan rapi dalam pelaksanaannya.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pada anak tunagrahita sedang memiliki hambatan pada motorik kasar (Gross Motor Skill), yaitu kemampuan dalam melakukan gerak yang melibatkan otot besar, misalnya melempar, menggulir, berjalan, melompat, dan meloncat, maka perlu adanya pengembangan terhadap hambatan motorik kasar. Sebelumnya di sekolah anak tunagrahita sedang hanya bermain Bocce hanya sebagai olahraga untuk mengisi kegiatan yang diadakan khusus oleh sekolah, sehingga anak tunagrahita sedang tidak terfokus untuk berlatih Bocce dan membuat anak hanya sekedar bisa saat bermain Bocce tanpa memahaminya, oleh karena itu perlu ada terobosan baru maka peneliti mencoba menggunakan olahraga permainan Bocce untuk mengembangkan dan melatih Gross Motor Skills pada anak tunagrahita. Hasil dari olahraga permainan Bocce dalam mengembangkan Gross Motor Skills menunjukkan bahwa anak tunagrahita sedang dalam penelitian ini anak latihan melempar bola Bocce lurus, gerakan keseimbangan berjalan lurus, serong kanan dan serong kiri, gerakan berdiri lurus dan berdiri dengan satu kaki. Secara keseluruhan metode ini menunjukkan hasil yang lebih baik dari pada metode sebelumnya serta sebagai metode pembelajaran yang dapat digunakan secara efektif dan efisien.

Berdasarkan kompetensi dasar mengembangkan motorik kasar pada pembelajaran olahraga permainan Bocce, anak tunagrahita sedang sudah menunjukkan latihan yang bagus dalam perkembangan Gross Motor Skills nya.

Faktor pendukung dalam pembelajaran olahraga permainan Bocce untuk mengembangkan dan melatih Gross Motor Skills pada anak tunagrahita sedang merupakan hal yang paling penting agar potensi dan kemampuan Gross Motor Skills anak dapat berkembang secara baik.

Faktor penghambat dalam pembelajaran olahraga permainan Bocce untuk mengembangkan dan melatih Gross Motor Skills pada anak tunagrahita sedang adalah hal utama yang harus di amati dan diminimalisir dengan cara atau teknik pembelajaran yang menarik agar peserta didik menjadi betah saat dilakukannya pembelajaran.

Upaya mengatasi hambatan dalam pembelajaran olahraga permainan Bocce yaitu dengan memberikan pembelajaran dengan teknik semenarik mungkin agar anak tidak cepat bosan selama kegiatan berlangsung.

### Daftar Pustaka

- Amin, Moh. (1995). *Ortopedagogik Anak Tunagrahita*. Jakarta: Dedikbud.
- Arianti, F. dkk. (2006). *Diary Tumbuh Kembang Anak*. Bandung : Read! Publishing House.
- Crowe. W.C., dkk. (1981). *Principles And Method of Adapted Physical Education and Recreation Fourth. Edition*. London: The C.V Mosby Company.
- Hendrayana. (2013). *Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Adaptif*. Bandung: Celtics Press.
- Hidayati, Maria. (2013). *Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Bakiak*. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Paud PPs Universitas Negeri Jakarta.
- Maria J. Wantah. (2007). *Pengembangan Kemandirian Anak Tunagrahita Mampu Latih*. Jakarta: Depdiknas
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Rahardjo, Susilo & Gudnanto. (2011). *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Kudus: Nora Media Enterprise
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Majalengka.
- Rochyadi, E. & Zaenal, A. (2005). *Pengembangan Program Pembelajaran Individual Bagi Anak Tunagrahita*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Rosdiani, D. (2012). *Perencanaan pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta
- Sari, D.Y. & Saloko, A. (2018). *Pengembangan kedisiplinan anak melalui project based learning*. Bandung: CV. Inti Mediatama.
- Sartono SST. (2009). *Panduan Permainan Bocce*. Semarang.
- Sumardi .(2009). *Buku Panduan Cabang Olahraga Bocce Special Olympics*. Jakarta.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: IKAPI.