

**PENGARUH AKTIVITAS AKUATIK TERHADAP KEMAMPUAN
MOTORIK KASAR ANAK TUNAGRAHITA RINGAN KELAS ATAS
DI SLB N PEMBINA YOGYAKARTA**

E-JOURNAL

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga**



**Oleh:
Puput Septiyani
11603141036**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PENGESAHAN

E-Journal yang berjudul “**Pengaruh Aktivitas Akuatik Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan Kelas Atas di SLB N Pembina Yogyakarta**” yang disusun oleh Puput Septiyani NIM. 11603141036 telah disetujui oleh dosen pembimbing dan dosen penguji utama.

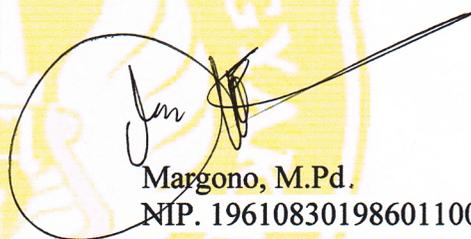
Yogyakarta, Juni 2015

Dosen Pembimbing



Dr. Sumaryanti, M.S.
NIP.195810111982032001

Dosen Penguji Utama



Margono, M.Pd.
NIP. 196108301986011001



PENGARUH AKTIVITAS AKUATIK TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK TUNAGRAHITA RINGAN KELAS ATAS DI SLB N PEMBINA YOGYAKARTA

EFFECTS OF AQUATIC ACTIVITIES ON THE RAW MOTORIC SKILLS OF RETARDED KIDS IN UPPER CLASS OF SLB N PEMBINA YOGYAKARTA

Oleh:
Puput Septiyani, Dr. Sumaryanti, M.S.
Ilmu Keolahragaan FIK UNY

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aktivitas akuatik terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian pra eksperimen dan menggunakan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Sebelum diberikan perlakuan, dilakukan *pretest* terlebih dahulu yaitu tes kemampuan motorik kasar, setelah itu diberikan *treatment* sebanyak 16 kali, kemudian pada akhir pertemuan dilakukan *posttest* kemampuan motorik kasar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak tunagrahita kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta berjumlah 38. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, sehingga sampel pada penelitian ini berjumlah 10 anak. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes dan teknik analisis data menggunakan uji-t dengan taraf signifikansi 5%. Penelitian ini menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan aktivitas akuatik terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta. Oleh karena itu aktivitas akuatik dapat digunakan sebagai aktivitas bagi anak tunagrahita ringan kelas atas untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar.

Kata Kunci: Aktivitas Akuatik, Kemampuan Motorik Kasar.

Abstract

The research objective is to find out the effect of aquatic activities on the raw motoric skills of retarded kids in upper class of SLB N Pembina Yogyakarta. This research was the pre experiment one and the research design was using one group pretest-posttest design. Before being given treatment, it was done a pretest beforehand such as raw motoric skills tests, and then the treatment was given 16 times, then at the end of the session, it was conducted posttest raw motoric skills. The population in this study was all retarded kids in upper class of SLB N Pembina Yogyakarta with the total of 38 kids. The sample in this study was using purposive sampling technique, so that the sample in this study was for about 10 kids. The data collection techniques in this study used the test and the data analysis techniques employed t-test with a significance level at 5%. This study suggests that there is significant effect of aquatic activities on the raw motoric skills of retarded kids in upper class of SLB N Pembina Yogyakarta. Therefore, aquatic activities can be used as the activity for retarded kids to improve their raw motoric skills.

Keywords: *Aquatic Activities, raw motoric skills*

PENDAHULUAN

Di zaman yang sudah sedemikian maju, manusia dituntut untuk terus bergerak dan terus maju, sehingga aktivitas manusia tidak terlepas dari gerak. Manusia melakukan gerakan setiap hari baik gerakan kasar (motorik kasar) dan gerakan halus (motorik halus) sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan masing-masing. Kemampuan motorik adalah proses individu mengembangkan kemampuan geraknya menjadi respon yang terkoordinasi, terkontrol, dan teratur (Elizabeth B. Hurlock, 1978: 50). Kemampuan motorik merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, keterampilan motorik dan kontrol motorik (Sukintaka, 2001: 47).

Secara umum kemampuan motorik dibagi menjadi dua yaitu kemampuan motorik kasar dan kemampuan motorik halus. Kemampuan motorik kasar adalah bagian dari aktivitas gerak yang melibatkan otot-otot besar atau kasar seperti berlari, melompat, meloncat dan lain-lain. Sedangkan kemampuan motorik halus ialah aktivitas keterampilan yang melibatkan otot-otot kecil seperti menangkap bola, memasukkan bola ke dalam keranjang, menyusun *puzzle*, menggelindingkan bola, dan lain-lain.

Dalam mengembangkan kemampuan motorik anak, perlu diketahui tahapan perkembangan anak terutama yang terkait dengan motoriknya. Hal tersebut diperlukan supaya tidak terjadi kesalahan ketika pemberian stimulasi kepada anak. Tahap perkembangan motorik anak secara normal dapat dilihat dari kemampuan anak untuk melakukan gerakan sesuai dengan usianya.

Anak tunagrahita adalah anak yang memiliki kecerdasan di bawah rata-rata, selain itu mereka juga memiliki keterbelakangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Secara umum dan yang sudah lama dikenal tunagrahita diklasifikasikan menurut AAMD sebagai *debil* (ringan), *imbesil* (sedang), dan *idiot* (berat). Sedangkan pengklasifikasian berdasarkan IQ menurut WHO yaitu: (1) Tunagrahita Ringan dengan IQ 50-70, (2) Tunagrahita Sedang dengan IQ 30-50, (3) Tunagrahita Berat dengan IQ kurang dari 30 (Efendi, 2009: 89-70). Anak tunagrahita ringan adalah mereka yang memiliki kecerdasan IQ 50-75, sekalipun dengan tingkat mental yang subnormal tersebut dipandang masih mempunyai potensi untuk menguasai mata pelajaran di tingkat sekolah dasar (Mulyono Abdurrahman, 1994: 26-27).

Berdasarkan pengamatan di lapangan yang dilakukan penulis selama Kuliah Kerja Lapangan di SLB N Pembina Yogyakarta Yogyakarta, kecerdasan anak tunagrahita yang terbatas membuat mereka kesulitan dalam menirukan gerak motorik yang sederhana, dikarenakan konsentrasi mereka dalam menerima instruksi terbatas. Anak tunagrahita ringan memiliki kemampuan di bawah anak normal pada umumnya. Hal tersebut seperti dikatakan oleh Sugino dan Ari, yang merupakan guru penjas adaptif di SLB N Pembina Yogyakarta bahwa kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan jika dibandingkan dengan anak seusianya tergolong lebih rendah, hal tersebut menurut beliau dikarenakan daya tangkap anak tunagrahita ringan kelas atas dalam menerima informasi

terbatas. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Astiti (1996: 26) yang menyatakan bahwa “kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan tidak sebaik anak pada usia kronologisnya, dikarenakan tingkat kecerdasan mempengaruhi dalam pengambilan keputusan”. Sedangkan anak tunagrahita ringan juga dituntut untuk dapat melakukan aktivitas layaknya anak normal pada umumnya, sehingga perlu diberikan aktivitas yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan tersebut.

Usaha yang dilakukan oleh pihak sekolah untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan sudah dilakukan dengan cara memberikan pelajaran penjas adaptif, ekstrakurikuler olahraga, dan senam bersama. Selain aktivitas fisik yang dilakukan di darat, berdasarkan observasi yang dilakukan penulis, beberapa sekolah seperti: SLB N Pembina Yogyakarta, SLB N 1 Pleret, SLB Prayuwana, dan SLB N 1 Bantul, juga memberikan aktivitas dengan media air atau aktivitas akuatik.

Aktivitas akuatik adalah aktivitas yang dilakukan menggunakan media air. Menurut Sismadiyanto yang dikutip Ermawan (2009: 285) akuatik ialah segala macam bentuk kegiatan dalam air yang dapat dilakukan di sungai, danau, laut, pantai, maupun kolam renang. Aktivitas akuatik yang diberikan oleh pihak sekolah lebih mengarah pada teknik gaya dalam berenang. Aktivitas akuatik yang diberikan belum mengarah kepada pemberian aktivitas yang variatif dan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar. Selain itu, belum pernah ada evaluasi dari pihak sekolah terkait aktivitas akuatik yang diberikan, sehingga pihak sekolah juga akan kesulitan untuk mengevaluasi apakah aktivitas akuatik tersebut

Pengaruh Aktivitas Akuatik.... (Puput Septiyani) 3
mempunyai pengaruh terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas dan bagaimana peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas setelah diberikan aktivitas akuatik. Oleh karena itu perlu diadakan penelitian lebih lanjut.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian pra eksperimen (*pre-experimental*).

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SLB N Pembina Yogyakarta pada anak tunagrahita ringan kelas atas. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 16 Maret sampai 29 April 2015.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa tunagrahita kelas atas baik aktif maupun tidak aktif yang berjumlah 38 anak dan bersekolah di SLB N Pembina Yogyakarta. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Penulis menggunakan teknik penarikan sampel ini karena penulis hanya akan meneliti sampel yang sesuai dengan kriteria. Kriteria yang ditetapkan penulis dalam pengambilan sampel adalah: 1) anak tunagrahita kelas ringan kelas atas, 2) bersedia mendapat perlakuan, 3) siswa yang masih aktif di sekolah. Berdasarkan kriteria tersebut maka didapat sampel berjumlah 10 anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta.

Prosedur

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*. Pada pelaksanaannya, untuk kelas yang diambil sebagai sampel akan diberi *pretest* sebelum perlakuan (*treatment*) dan kemudian setelah perlakuan juga akan diberikan *posttest*. Secara ringkas desain penelitian digambarkan sebagai berikut.

O1 X O2

Gambar 1. Desain Penelitian

Keterangan :

O1 : nilai tes awal

X : kelompok eksperimen

O2 : nilai tes akhir

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan motorik kasar. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes.

Teknik Analisis Data

Perolehan nilai selanjutnya dianalisis guna mengetahui jawaban dari hipotesis penelitian yang telah dirumuskan. Adapun analisis hasil tes kemampuan berpikir kritis matematis ini dilakukan dengan tahap-tahap berikut ini.

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui distribusi data yang digunakan. Statistik uji yang digunakan adalah Uji *Kolmogorov-Smirnov* melalui bantuan *software SPSS versi 16* dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Kriteria keputusannya adalah H_0 diterima jika *significant value* lebih dari 0,05.

Uji Hipotesis

Uji yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji t. Uji t dilakukan untuk menguji perbedaan rata-rata nilai *pretest* dan *posttest*. Taraf signifikansi $\alpha = 0,05$, Kriteria keputusannya adalah H_a diterima jika *significant value* lebih kecil dari 0,05.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Data yang diperoleh dari penelitian ini meliputi skor *pretest* dan *posttest*. Adapun data hasil perolehan skor *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Hasil Skor *Pretest-Posttest* Individu

No.	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Peningkatan
1	27.52	31.36	3.84
2	27.04	28.45	1.41
3	31.66	39.34	7.68
4	27.53	31.64	4.11
5	33.2	37.75	4.55
6	33.15	37.7	4.55
7	33.41	39.08	5.67
8	34.88	41.77	6.89
9	33.93	37.88	3.95
10	34.82	39.85	5.03
Jumlah	317.14	364.82	47.68
Rata-rata	31.714	36.482	4.768

Data di atas menunjukkan hasil tes kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta. Diperoleh rata-rata skor *pretest* sebesar 31,714 dan rata-rata skor *posttest* sebesar 36,482 sehingga terjadi peningkatan sebesar 4,768.

terjadi sebesar 1,39. Yang terakhir dari tes berdiri satu kaki diperoleh nilai *pretest* sebesar 7,418 dan nilai *posttest* sebesar 9,85 sehingga peningkatan yang terjadi sebesar 2,432

Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji *Kolmogorov-Smirnov*. Taraf signifikansi yang digunakan adalah $\alpha = 0,05$ dengan bantuan *software SPSS versi 16*. Hasil uji normalitas skor *pretest* kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas, diperoleh *significant value* seperti pada Tabel 3 di bawah ini. Normal

Tabel 2. Hasil Perhitungan Normalitas Kolmogorof-Sminorv test

Data	Significant Value	Keputusan
Hasil <i>Pretest</i>	0,43	Normal
Hasil <i>Posttest</i>	0,294	Normal

Berdasarkan Tabel 2 tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa data skor *pretest* dan *Posttest* kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas dari populasi yang berdistribusi normal.

Uji Hipotesis

Ada pengaruh yang signifikan antara aktivitas akuatik terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta. Hasil analisis uji-t untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara kedua variabel di atas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Skor Pretest-Posttest

Responden	Melempar sejauh-jauhnya		Lari halang Rintang		Melompat tanpa awalan		Loncat balok 15 cm		Berdiri satu kaki	
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	8.9	9.15	6.91	5.5	2.73	3.31	4.81	6.17	9.17	9.17
2	8.5	8.73	5.37	4.02	3.24	2.85	4.35	7.58	8.11	8.11
3	12.54	14.79	4.11	3.96	3.72	4.22	5.48	6.48	5.81	9.89
4	8.46	10.71	6.74	5.39	2.04	2.41	2.45	3.85	7.84	9.28
5	13.4	15.65	5.36	3.95	3.36	3.86	4.41	5.9	6.67	8.39
6	11.32	13.57	4.75	3.34	3.35	3.88	4.45	5.88	9.28	11.03
7	11.63	13.88	6.65	5.24	3.53	4.09	5.17	6.67	6.43	9.2
8	14.37	16.62	6.43	5.02	3.42	3.78	3.62	5.12	7.04	11.23
9	13.16	15.41	6.73	4.55	2.75	3.25	3.26	4.34	8.03	10.33
10	14.57	16.02	5.2	4.19	2.29	2.84	3.43	4.93	9.33	11.87
Rata-rata	11.685	13.453	5.825	4.516	2.943	3.43	3.843	5.233	7.418	9.85
Standar Deviasi	2.35272065	2.89839438	0.98831	0.73607	0.609554	0.6250867	0.99451	0.95782	1.2258	1.24625

Dari data di atas menunjukkan hasil tes kemampuan motorik kasar dari masing-masing tes. Dari data di atas hasil *pretest* melempar sejauh-jauhnya mendapatkan hasil *pretest* 11,685 dan hasil *posttest* sebesar 13,453 mengalami peningkatan sebesar 1,768. Kemudian pada tes lari halang rintang hasil *pretest* diperoleh 5,825 dan hasil *posttest* 4,516 sehingga terjadi peningkatan sebesar 1,309. Selanjutnya untuk tes melompat tanpa awalan hasil *pretest* sebesar 2.943 dan hasil *posttest* sebesar 3,430 dan mengalami peningkatan sebesar 0,487. Hasil *pretest* loncat balok 15 cm sebesar 3,843 dan *posttest* sebesar 5,233 maka peningkatan yang

Tabel 6. Hasil Analisis Uji t

Variabel	Z _{hitung}	Sig. (P)	Keterangan
Hasil <i>pretest-posttest</i>	-2,805	0,005	Signifikan

Dari hasil tersebut diketahui bahwa nilai p adalah 0,005 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas setelah diberi perlakuan aktivitas akuatik.

Pembahasan

Berikut akan dideskripsikan berdasarkan distribusi frekuensi dari hasil *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen. Dari hasil data distribusi frekuensi *pretest*, yang memperoleh skor 25-28 sebanyak tiga anak (30%), yang memperoleh skor 29-32 sebanyak satu anak (10%), dan yang memperoleh skor 33-36 sebanyak 6 anak (60%), dan diperoleh hasil rata-rata 31,714, maksimum 34,88; minimum 27,04.

Kemudian berdasarkan data distribusi frekuensi *posttest* jumlah anak yang mendapatkan skor 25-30 sebanyak satu anak (10%), yang memperoleh skor 31-36 sebanyak satu anak (10%) dan yang memperoleh skor 37-42 sebanyak delapan anak (80%). Kemudian dari hasil *posttest* diperoleh skor maksimum 41,77; minimum 28,45; mean 36,482. Dari hasil tersebut dapat dilihat kemampuan motorik kasar anak mengalami peningkatan setelah diberikan perlakuan. Oleh karena itu dapat disimpulkan dari hasil nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* mengalami peningkatan.

Dilihat dari hasil rerata nilai *pretest* dan *posttest* pada masing-masing instrumen terdapat

peningkatan yang terjadi dari masing-masing instrumen setelah diberikan perlakuan sebanyak 16 kali. Pada tes melempar terjadi peningkatan rerata sebesar 1,77, pada tes lari halang rintang terjadi peningkatan rata-rata sebesar 1,31, pada tes melompat tanpa awalan terjadi peningkatan sebesar rerata 0,49, pada tes meloncat balok 15 cm terjadi peningkatan sebesar rerata 1,39 dan hasil tes berdiri satu kaki mengalami peningkatan rerata sebesar 2,43. Dari hasil tersebut, instrumen yang menunjukkan peningkatan paling besar setelah diberikan aktivitas akuatik adalah berdiri satu kaki dan peningkatan yang kurang signifikan adalah tes melompat tanpa awalan. Tes melompat tanpa awalan menurut analisis dari penulis mengalami peningkatan paling sedikit karena program aktivitas akuatik yang diberikan untuk meningkatkan kemampuan melompat kurang maksimal jika dilakukan di air.

Melempar sejauh-jauhnya dilakukan untuk mengukur kekuatan otot lengan anak tunagrahita ringan kelas atas dan mendapatkan Sebelum diberikan perlakuan hasil *pretest* sebesar 11,685 dan setelah mendapat perlakuan mengalami peningkatan menjadi 13,453. Sehingga dari hasil pemberian perlakuan aktivitas akuatik terjadi peningkatan sebesar 1,768. Salah satu komponen kemampuan motorik kasar berdasarkan kajian teori di atas adalah kekuatan otot. Kekuatan otot penting untuk melaksanakan kegiatan sehari-hari anak tunagrahita, sehingga penulis merekomendasikan tes melempar sejauh-jauhnya untuk dijadikan alternatif tes untuk mengukur kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan.

Lari halang rintang bertujuan untuk mengukur kelincahan anak. Hasil dari tes ini

adalah sebagai berikut: hasil *pretest* sebesar 11,685 dan hasil *posttest* sebesar 13,453. Sehingga dari hasil pemberian perlakuan aktivitas akuatik terjadi peningkatan sebesar 1,768. Dari hasil tersebut dikatakan bahwa rerata *posttest* lebih kecil dibandingkan dengan rerata *pretest* maka dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan kelincahan setelah dilakukan perlakuan sebanyak 16 kali.

Melompat tanpa awalan digunakan untuk mengukur *power* anggota gerak badan bagian bawah. Hasil *pretest* sebesar 2,943 dan hasil *posttest* sebesar 3,430 dan mengalami peningkatan sebesar 0,487. Hasil ini menunjukkan bahwa perlakuan yang dilakukan sebanyak 16 kali mampu memberikan pengaruh terhadap peningkatan *power* anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta.

Meloncat balok setinggi 15 cm tes ini dilakukan untuk mengukur kekuatan dan koordinasi otot tungkai. Koordinasi merupakan salah satu komponen kemampuan motorik kasar yang sukar dilakukan oleh anak tunagrahita ringan karena kemampuan IQ mereka membuat mereka sukar mengambil keputusan pada waktu yang cepat. Akan tetapi dari Hasil *pretest* loncat balok 15 cm sebesar 3,843 dan *posttest* sebesar 5,233 maka peningkatan yang terjadi sebesar 1,39

Keseimbangan statis dilakukan untuk mengukur keseimbangan anak tunagrahita. Daya konsentrasi anak tunagrahita ringan yang rendah membuat keseimbangan mereka terganggu sehingga peningkatan keseimbangan sangat diperlukan mengingat keseimbangan merupakan salah satu faktor penting dalam melaksanakan aktivitas. Aktivitas akuatik yang diberikan kepada anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N

Pembina terbukti dapat meningkatkan keseimbangan, hal tersebut dapat dilihat bahwa ada peningkatan dari hasil *pretest* sebesar 7,418 dan *posttest* sebesar 9,85 sehingga peningkatan yang terjadi sebesar 2,432

Dari hasil data di atas kemudian dilakukan uji t, untuk mengetahui pengaruh aktivitas akuatik terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina. Uji t yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan rumus uji peringkat bertanda *wilcoxon* dengan SPSS. Uji *wilcoxon* dilakukan jika uji prasyarat tidak terpenuhi.

Hasil uji t dilihat dari hasil uji statistik diketahui bahwa nilai *P* adalah 0,005. Jadi nilai *P* lebih kecil dari 0,05, sehingga H_0 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas setelah diberi perlakuan aktivitas akuatik.

Berdasarkan hasil tes tersebut diketahui adanya pengaruh yang signifikan antara aktivitas akuatik terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita kelas atas di SLB N Pembina setelah diberikan perlakuan sebanyak 16 kali. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ilker Yilmaz, dkk (2009) bahwa aktivitas akuatik dan berenang mempunyai pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan anak tunagrahita dengan hasil perhitungan statistik ($p < 0,05$).

Aktivitas akuatik berpengaruh pada kemampuan motorik kasar anak dikarenakan dalam proses pelaksanaan aktivitas akuatik,

terkandung unsur dasar dari komponen kemampuan motorik, maka aktivitas akuatik dapat dijadikan pilihan yang tepat untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan. Hal tersebut dikarenakan akuatik dapat memberikan suasana yang unik dan menyenangkan bagi semua anak yang mengalami keterbatasan salah satunya tunagrahita ringan. Keuntungan dari aktivitas akuatik adalah anak dapat merasa senang ketika berada di dalam air tanpa perlu khawatir menggunakan alat bantu, karena air mempunyai daya tekan ke atas yang akan mengakibatkan mengapung. Aktivitas akuatik juga berperan dalam membentuk tubuh, meningkatkan pergerakan sendi, dan mampu memberikan efek rileks pada otot.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “ada pengaruh yang signifikan aktivitas akuatik terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan kelas atas di SLB N Pembina Yogyakarta. Hal ini ditinjau dari peningkatan yang signifikan dari rerata hasil *pretest* dan *posttest* yaitu 4,768 dan hasil analisis yang menunjukkan bahwa nilai $P < 0,05$ dengan taraf signifikansi 5%.

Saran

Bagi Guru

Agar dapat memberikan aktivitas akuatik yang menyenangkan dan mampu diikuti oleh semua siswa, tidak terbatas pada pengajaran teknik gaya dalam berenang saja.

Bagi Peneliti Lain

Sebaiknya sebelum pemberian perlakuan didiskusikan terlebih dahulu tempat untuk perlakuan supaya jarak tidak terlalu jauh dengan sekolah. Selain itu perlu ada kelompok kontrol supaya hasil penelitian dapat dibandingkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astati. (1996). *Pendidikan Dan Pembinaan Penyandang Karier Penyandang Tunagrahita Dewasa*. Bandung: Depdikbud.
- Elizabeth B. Hurlock. (1978). *Perkembangan Anak*. Cetakan VI. Jakarta: Erlangga.
- Ermawan Susanto. (2009). “Pembelajaran Akuatik Bagi Siswa Pra Sekolah”. *Jurnal FIK UNY*. Tahun. XXVIII, No. 3. Hlm. 285-290.
- Mohammad Efendi. (2009). *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Mulyono Abdurrahman. (1994). *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani (Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan)*. Yogyakarta: Yayasan Nuansa Cendekia.