

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting, di era globalisasi saat ini pendidikan sudah termasuk dalam kebutuhan dasar setiap manusia karena dengan memperoleh pendidikan manusia akan dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Pendidikan juga termasuk salah satu faktor pendukung kemajuan suatu negara dan bangsa, dengan tingginya tingkat pendidikan suatu negara maka akan dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas dan ikut berusaha dalam membangun negaranya. Pendidikan merupakan hak setiap warga negara, di Indonesia hal tersebut sudah tercantum dalam Undang-Undang Dasar 1945 pasal 31 ayat 1 sampai 3 yang berbunyi:

“Setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan, setiap warga negara wajib mengikuti pendidikan dasar dan pemerintah wajib membiayainya dan pemerintah mengusahakan dan menyelenggarakan satu sistem pendidikan nasional, yang meningkatkan keimanan dan ketakwaan serta ahlak mulia dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, yang diatur dengan undang-undang”.

Sesuai dengan Undang-undang tersebut maka dari itu anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus berhak memperoleh pendidikan sebagaimana mestinya orang normal memperoleh pendidikan. Dalam hal ini anak berkebutuhan khusus tidak memiliki batasan untuk melakukan aktivitas sebagaimana mestinya orang normal, termasuk dalam hal mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Anak berkebutuhan khusus bersekolah disekolah khusus seperti Sekolah Luar Biasa (SLB).

Sekolah Luar Biasa (SLB) adalah lembaga pendidikan yang merupakan bagian terpadu dari sistem pendidikan nasional yang secara khusus diselenggarakan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti dan memahami pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental sosial, tetapi memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa. Sekolah luar biasa menyelenggarakan pendidikan untuk peserta didik dengan kebutuhan khusus seperti tunanetra, tunarungu, tunawicara, tunadaksa, dan tunagrahita lembaga pendidikan formal bagi anak berkebutuhan khusus ini membantu siswa untuk mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan yang diharapkan. Melalui pendidikan jasmani anak yang berkebutuhan khusus bisa mengembangkan aktivitas diri. Pendidikan jasmani untuk anak normal dan anak berkebutuhan khusus memiliki perbedaan yang dimana pendidikan jasmani untuk anak berkebutuhan khusus disebut dengan Pendidikan jasmani adaptif. Pendidikan jasmani adaptif di rancang untuk keterampilan, dan membantu anak dalam memahami kelainannya, mengembangkan keterampilan, dan membantu anak bersosialisasi di lingkungannya (Hidayat dkk, 2020). Dalam aktivitas jasmani terdapat beberapa aspek yang dapat berkembang seperti gerak motorik kasar.

Motorik kasar merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar. Perkembangan motorik, khususnya pada anak-anak lebih teroptimalkan jika lingkungan tempat tumbuh kembang anak mendukung mereka untuk bergerak bebas. Perkembangan motorik merujuk pertumbuhan kemampuan anak-anak untuk menggunakan tubuh mereka dan keterampilan fisik (Sayuti

Syahara 2011:7). Perkembangan motorik kasar harus berkembang dengan baik, karena akan menimbulkan berbagai gangguan penyakit ketika perkembangan motorik kasar anak tidak berkembang dengan semestinya. Penyebab perkembangan motorik anak yang rendah salah satunya faktor dari asupan gizi yang kurang seimbang. Karena asupan gizi yang seimbang akan berpengaruh dalam kesehatan. Pemberian makanan yang terdiri dari karbohidrat, lemak, protein, vitamin D dan Kalsium sangatlah penting untuk tumbuh kembang anak terutama pada perkembangan motorik kasar anak.

Faktor lain yang membuat rendahnya motorik kasar anak yaitu kurangnya partisipasi siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani, kurangnya motivasi siswa dan metode pembelajaran yang mengarah ke motorik kasar belum sering dilaksanakan. Bukan hanya itu faktor lain yang membuat motorik kasar anak rendah yaitu kurangnya kesadaran orang tua dalam memberikan aktivitas bermain untuk anak terlebihnya untuk anak berkebutuhan khusus, orangtua sering sekali takut untuk memberikan aktivitas lebih untuk anak berkebutuhan khusus karena mengingat kondisi anaknya. Kegiatan diluar ruangan bisa menjadi salah satu pilihan untuk menstimulasi perkembangan otot, stimulasi-stimulasi tersebut akan membantu pengoptimalan motorik kasar.

Kemampuan motorik kasar bisa dikembangkan, misalnya dengan berbagai permainan yang kreatif dan menyenangkan salah satunya dengan cara bermain lari bolak balik memindahkan bola. Dengan melakukan

permainan lari bolak balik memindahkan bola, anak secara tidak langsung akan mengembangkan kemampuan motoriknya yaitu kemampuan berlari. Salah satu kelebihan dari permainan lari bolak balik memindahkan bola yaitu kreatif dan menyenangkan, permainan ini dapat dilakukan dalam waktu singkat, dan juga dengan bermain anak tidak merasa bosan. Kegiatan yang paling penting dilakukan oleh anak, yaitu bermain, karena bagi anak bermain merupakan hal yang dianggap sama nilainya dengan bekerja dan belajar bagi orang dewasa (Siti Nur Hayati : 2021). Namun pada perkembangan motorik kasar anak Tunagrahita Ringan Siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan yang seharusnya sudah terampil kemampuan berlari dalam kelincahan masih banyak anak yang belum mampu melakukannya.

Pada kegiatan berlari dan melompat anak masih belum mampu melakukannya dengan benar. Tunagrahita merupakan anak yang memiliki kemampuan keterbatasan dalam pengetahuan umum dimana cara berfikirnya tidak sama dengan cara berfikir anak normal seusianya. Anak dengan kebutuhan tunagrahita ini memiliki karakteristik psikis meliputi kemampuan berfikir rendah, perhatian dan ingatan yang lemah, keterlambatan dalam berbicara, gangguan perilaku dan lambat dalam menguasai kemampuan dasar seperti makan sendiri, berpakaian, atau buang air di toilet.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan salah satu guru di SLB Negeri Padang Sidempuan kemampuan motorik kasar anak yang menyandang tunagrahita ringan di sekolah ini masih rendah. Hal ini dapat dilihat pada saat anak tunagrahita ringan bermain pada jam istirahat masih

banyak anak yang kurang bisa berlari, berjalan dengan cepat dan ada juga anak tunagrahita ringan yang berjalan dengan sangat lambat. Tidak jarang anak dengan ketunaan ini malas untuk bergerak dimana anak-anak ini lebih sering berdiam diri di dalam kelas dibandingkan keluar untuk bermain bersama teman-temannya. Selain itu faktor yang membuat motorik kasar anak tunagrahita ringan rendah yaitu guru dalam memberikan pembelajaran kegiatan motorik kasar kurang bervariasi yang merupakan salah satu faktor yang berdampak pada terbatasnya kemampuan motorik kasar anak dimana fasilitas dan sarana prasarana yang mengarah untuk perkembangan motorik kasar anak kurang memadai disekolah anak hanya bisa bermain perosotan dan ayunan sehingga stimulasi untuk perkembangan motorik kasar anak tidak begitu bisa meningkat. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada Pengaruh Permainan Lari Bolak-balik Memindahkan Bola Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan Siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut :

1. Asupan gizi yang kurang dapat membuat motorik kasar anak rendah
2. Kurangnya partisipasi orangtua untuk meningkatkan motorik kasar anak
3. Kurangnya kepercayaan diri siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga

4. Model pembelajaran yang mengarah pada motorik kasar jarang dilakukan disekolah
5. Fasilitas dan sarana prasarana yang mengarah untuk meningkatkan motorik kasar anak kurang memadai
6. Rendahnya komponen kondisi fisik siswa seperti: kecepatan, kekuatan dan kelincahan.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah di kemukakan maka diperlukan pembatasan masalah yang bertujuan untuk memberikan arahan agar masalah yang akan diteliti lebih fokus. Fokus permasalahan dalam penelitian ini adalah Pengaruh Permainan Lari Bolak Balik Memindahkan Bola Terhadap Peningkatan Motorik Kasar (Kelincahan) Anak Tunagrahita Ringan Siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, dapat ditarik rumusan masalah yaitu apakah ada Pengaruh Permainan Lari Bolak Balik Memindahkan Bola Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan Siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang Pengaruh Permainan Lari Bolak Balik Memindahkan Bola Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan Siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan.

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

a) Bagi Peneliti Selanjutnya

Skripsi ini dapat menambah wawasan dan referensi mengenai peningkatan motorik kasar anak Tunagrahita Ringan melalui permainan lari bolak balik memindahkan bola.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Peneliti penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (SI).

b) Manfaat bagi siswa dengan diterapkannya permainan lari bolak balik memindahkan bola ini, diharapkan mampu meningkatkan motorik kasar anak tunagrahita ringan.

c) Manfaat bagi guru dapat memperluas pengetahuan dan wawasan guru mengenai pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga menggunakan pembelajaran dengan metode bermain.

d) Bagi Prodi, di harapkan sebagai acuan referensi Panduan yang ingin berminat untuk penelitian selanjutnya.

e) Bagi Perpustakaan, penelitian ini diharapkan sebagai bahan untuk bacaan atau panduan untuk menyusun skripsi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Hakikat Permainan Lari Bolak Balik

a. Pengertian Permainan Lari Bolak Balik

Menurut KBBI permainan merupakan sesuatu yang digunakan untuk bermain, baik berupa barang ataupun sesuatu yang dapat digunakan untuk bermain. Siti Nur Hayati, dkk (2021) mengatakan bermain merupakan kegiatan yang dilakukan anak secara spontan atau langsung, atau kegiatan yang dilakukan melalui interaksi baik itu dengan orang lain maupun benda-benda di sekitarnya, dilakukan dengan senang hati, kemauan sendiri, penuh imajinasi, menggunakan lima indera dan seluruh anggota tubuh.

Sedangkan menurut Reza Fikri Hermawan, dkk (2022), istilah permainan berasal dari “main” merupakan suatu aktivitas untuk merelaksasi diri dari rutinitas sehari-hari dan juga dapat membuat hati menjadi gembira. Permainan merupakan salah satu sarana rekreasi yang digemari dan dapat diakses secara mudah baik untuk golongan anak-anak maupun dari golongan orang dewasa. Siti Nur Hayati, dkk (2021) berpendapat permainan merupakan suatu kegiatan bermain yang dikendalikan dan ditandai oleh aturan yang telah disepakati bersama dan memberikan pengalaman belajar bagi para pemainnya. Dari beberapa uraian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan merupakan suatu kegiatan bermain

yang dilakukan dengan spontan dan gembira yang dilakukan melalui interaksi baik itu dengan orang lain maupun benda-benda di sekitarnya. Dikendalikan dan ditandai oleh adanya aturan yang telah disepakati bersama dan memberikan pengalaman belajar bagi para pemainnya.

Permainan lari bolak balik adalah salah satu permainan yang dapat meningkatkan kelincahan lari anak, karena dalam permainan lari bolak balik menggunakan unsur gerak cepat yaitu lari kemudian mengubah arah, dan posisi tubuh. Kelincahan adalah kemampuan mengubah secara cepat tubuh tanpa gangguan pada keseimbangan. Permainan lari bolak balik (*shuttel run*) yaitu berlari secepat-cepatnya dimulai dari satu titik ke titik yang lainnya yang menempuh jarak tertentu (Darwis Durahim, dkk 2022). Latihan lari bolak balik ini memiliki tujuan untuk mengubah gerak arah tubuh lurus. Mengubah arah gerakan tubuh secara berulang-ulang seperti halnya lari bolak-balik memerlukan kontraksi secara bergantian pada kelompok otot tertentu. Pendapat lain dari Rizky dkk (2023) *Shuttle run* merupakan lari bolak balik untuk mengukur kelincahan latihan ini menuntut pesertanya untuk mengubah arah dengan tanpa kehilangan keseimbangan.

b. Tujuan Permainan Lari Bolak Balik Memindahkan Bola

Cara untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia dini, yaitu melalui aktivitas bermain bola, menari, bermain perang-perangan, berolahraga, dan senam (Addriana, dkk 2020). Salah satu bentuk latihan untuk meningkatkan motorik kasar anak memiliki banyak bentuk latihan, salah satunya adalah permainan lari bolak balik memindahkan bola latihan ini bentuk latihan yang digunakan untuk mengetahui dan meningkatkan kelincahan seseorang, namun jika peningkatan motorik kasar dilakukan pada anak-anak harus sesuai dengan karakteristiknya. Oleh karena itu, untuk melakukan gerakan yang menggunakan motorik kasar akan lebih besar tenaga yang akan diperlukan karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar pula.

Tujuan dari permainan lari bolak balik memindahkan bola ini untuk melatih gerak motorik kasar anak. Komponen motorik kasar yang terlatih yaitu kecepatan, kelincahan, keseimbangan, koordinasi dan daya tahan tubuh. Namun yang paling dominan meningkat dalam permainan ini adalah meningkatnya kelincahan anak. Sesuai dengan pendapat (Harsono 2016:47) bentuk- bentuk latihan untuk kelincahan (*agilitas*) adalah seperti yang dipaparkan berikut: lari bolak-balik, lari zig-zag, *Squat trust*, *boomerang run*, lari rintangan, *dot drill*, *three corner drill* dan *down-the-line drill*.

c. Manfaat Permainan Lari Bolak Balik Memindahkan Bola

Pada dasarnya siswa sekolah dasar sudah dapat dipandang mengenai perkembangan kemampuan motorik, karena peserta didik telah melalui belajar motorik (sambil bermain) semenjak masa Tk. Melalui perkembangan motorik anak dapat beranjak dari kondisi “*helplessness*” (tidak berdaya) pada bulan-bulan pertama kehidupannya, ke kondisi “*independence*” (bebas, tidak tergantung), melalui perkembangan motorik anak dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan. (Aip Saripudin 2019).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahawah latihan permainan lari bolak balik memindahkan bola ini dapat melatih perkembangan motorik kasar anak. Dengan latihan permainan lari bolak balik memindahkan bola peneliti berharap dapat memberikan manfaat terhadap peningkatan motorik kasar anak tunagrahita ringan siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan.

d. Tinjauan Permainan Lari Bolak Balik Memindahkan Bola

Terdapat berbagai latihan yang dapat melatih motorik kasar anak seperti : lari bolak-balik (*shuttel run*), lari zig zag, *bomerang run*, lari rintangan, *dot drill* dan lainnya. Lari bolak balik memindahkan bola dilakukan dengan memodifikasi permainan sesuai dengan karakteristik dan usia anak maka permainan dapat dimainkan oleh anak-anak Tunagrahita Ringan siswa SLB sesuai dengan umur dan karakteristiknya. Tanpa merubah banyak aspek

untuk di modifikasi lari bolak balik dapat digunakan untuk anak-anak Tunagrahita Ringan dan masih mengutamakan aspek anak-anak berkebutuhan khusus.

Menurut Harsono (Kondisi Fisik 2016:46). Dalam latihan lari bolak balik, dilakukan dengan lari secepatnya dari titik yang satu ke titik yang lain sebanyak kira-kira 10 kali. Setiap kali sampai pada satu titik, dia harus berusaha untuk secepatnya membalikkan diri untuk lari menuju titik semula, yang perlu diperhatikan adalah :

- a) Jarak antara kedua titik jangan terlalu jauh, sekitar 4-5 m sudah cukup. Kalau jaraknya terlalu jauh, misalnya 10 m atau lebih, maka ada kemungkinan bahwa setelah lari beberapa kali bolak-balik dia tidak mampu lagi untuk melanjutkan larinya atau membalikkan badannya dengan cepat yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Dan kalau kelelahan sudah mempengaruhi kecepatan larinya, maka latihan tersebut sudah tidak sah (valid) lagi untuk digunakan sebagai latihan agilitas yang sebenarnya.
- b) Jumlah ulangan lari bolak balik janganlah terlalu banyak. Sebab kalau ulangan larinya terlalu banyak, hal ini dapat menyebabkan atlet lelah. Faktor lelah ini yang terjadi akan mempengaruhi apa yang sebetulnya ingin kita latih, yaitu agilitas (kelincahan). Jadi tidak valid untuk mengukur kelincahan yang sebenarnya.

2.1.2 Hakikat Motorik Kasar Anak

Motorik kasar adalah aktivitas dengan menggunakan otot-otot besar, meliputi gerakan dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif (Addriana Bulu Baan, dkk 2020). Gerakan motorik kasar terbentuk pada saat anak memiliki koordinasi yang besar terhadap tubuhnya. Perkembangan motorik kasar merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh tubuh dari anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri (Denok Dwi Anggraini, M. Pd. 2022:35). Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki, dan seluruh tubuh anak.

Perkembangan motorik ini berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otak anak. Perkembangan motorik merupakan perubahan tingkah laku motorik yang terjadi secara terus menerus sepanjang siklus kehidupan manusia yang dipengaruhi oleh tuntutan-tuntutan tugas, biologis individual dan juga lingkungan. Perkembangan motorik lebih bersifat fungsional yang berbanding lurus dengan pertumbuhan fisiknya. Sebagai contoh, semakin besar penampang otot akan semakin besar pula kemampuan fungsi ototnya dan begitu juga sebaliknya. Otot yang tidak dilatih atau tidak difungsikan dengan benar, maka otot pun akan menjadi lebih kecil (Sayuti Syahara 2011:4).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan motorik kasar adalah kemampuan gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian

besar atau seluruh anggota tubuh gerakan dasar seperti berjalan, melompat, dan melempar. Keterampilan motorik seseorang anak berkembang pada masa kanak-kanak sampai dewasa, dan ini akan menjadi modal awal anak untuk mendapatkan kemampuan keterampilan gerak yang bagus dan juga bersifat umum. Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak. Kemampuan motorik seseorang itu dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri sendiri, sedangkan, faktor eksternal atau faktor dari luar adalah faktor yang dipengaruhi dari lingkungan dari seseorang tersebut.

Semakin bagus pertumbuhan dan perkembangan anak maka akan meningkatkan kemampuan motorik anak tersebut. Kemampuan dan keterampilan motorik merupakan sisi penting kehidupan karena dari sinilah manusia bisa mengekspresikan dan mengaktualisasikan potensi, bakat, kelebihan, dan talentanya. Perkembangan motorik, khususnya pada anak-anak, lebih teroptimalkan jika lingkungan tempat tumbuh kembang anak mendukung mereka untuk bergerak bebas. Usia anak 2-5 tahun merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang cepat terutama sistem saraf dan pertumbuhan otot. Pada usia ini, anak dikenalkan dengan dasar-dasar seperti berjalan, berlari, lempar, menangkap, menedang, memanjat, dan memukul melalui variasi gerakan yang menyenangkan, biasanya dalam bentuk permainan. Maghfiroh dkk (2020) dalam Intan Tiara Sulistyio (2021) menyebutkan

5 aspek kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun, diantaranya : kekuatan, keseimbangan, kelincahan, kelentukan, koordinasi. Kelima aspek tersebut diturunkan lagi menjadi :

- a. Kekuatan berupa duduk jongkok
- b. Keseimbangan berwujud mengangkat satu kaki
- c. Kelincahan berbentuk kegiatan lari zig-zag
- d. Kelentukan berupa kegiatan membungkuk badan
- e. Koordinasi berbentuk kegiatan lempar tangkap bola

Pendapat tersebut sejalan dengan yang tercantum dalam Permendikbud nomor 137 tahun 2014 cakupan motorik kasar yaitu kemampuan gerak tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan. Usia 6-10 tahun serabut saraf mulai lengkap, aliran implus saraf bertambah cepat, fungsi jaringan penghubung syaraf semakin baik sehingga gerakan otot semakin terkontrol dan koordinasi bertambah sempurna. Pada usia ini anak dapat dilatih kekuatan dan daya tahan otot melalui permainan beregu yang menyenangkan. Kegiatan di luar ruangan bisa menjadi pilihan yang terbaik karena dapat menstimulasi perkembangan otot. Apabila seorang anak melakukan aktivitas di dalam ruangan, maka pemaksimalan ruangan bisa dijadikan strategi untuk menyediakan ruang gerak yang bebas bagi anak untuk berlari, melompat, dan menggerakkan seluruh tubuhnya dengan cara-cara yang tidak terbatas.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik, meskipun dalam aspek yang lebih luas perkembangan motorik mengikuti pola yang serupa untuk semua orang, dalam rincian pola tersebut terjadi perbedaan individu. Hal ini mempengaruhi umur pada waktu perbedaan individu tersebut mencapai tahap yang berbeda. Sebagai kondisi tersebut mempercepat laju perkembangan motorik, sedangkan sebagian lagi memperlambatnya. Berikut ini kondisi yang memiliki dampak paling besar terhadap laju perkembangan motorik.

- 1) Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik.
- 2) Seandainya dalam awal kehidupan pasca lahiran tidak ada hambatan kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan, semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak.
- 3) Kondisi pralahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu, lebih mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pascalahiran, ketimbangan kondisi pralahiran yang tidak menyenangkan.
- 4) Kelahiran yang sukar, khususnya apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.
- 5) Seandainya tidak ada gangguan lingkungan, maka kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pascalahiran akan mempercepat perkembangan motorik.

- 6) Anak yang IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan anak yang IQ-nya normal atau di bawah normal.
- 7) Adanya rangsangan, dorongan dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
- 8) Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.
- 9) Karena rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orang tua, maka perkembangan motorik anak pertama cenderung lebih baik ketimbang perkembangan motorik anak yang lahirnya kemudian.
- 10) Kelahiran sebelumnya waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik karena tingkat perkembangan motorik pada waktu lahir berada di bawah tingkat perkembangan bayi yang lahir tepat waktunya.
- 11) Cacat fisik, seperti kebutuhan akan memperlambat perkembangan motorik.
- 12) Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin, warna kulit dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan ketimbang anak karena perbedaan bawaan.

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa perkembangan motorik anak merupakan proses seorang anak untuk menggerakkan anggota tubuhnya seperti kemampuan untuk berjalan, berlari, melompat dan berdiri.

2.1.3 Hakikat Anak Tunagrahita Ringan

Anak berkebutuhan khusus adalah salah satu penyandang masalah kesejahteraan sosial yang memerlukan perhatian dan bantuan orang lain agar mereka dapat menjalankan fungsi sosialnya (Adelia Priscila Ritonga dkk 2022). Anak gangguan intelektual yang diistilahkan dengan anak tunagrahita mereka yang kecerdasannya jelas berada di bawah rata-rata (Dr. Irdamurni, M. Pd 2018:37). Tunagrahita adalah anak yang memiliki gangguan mental intelektual. Disertai dengan ketidakmampuan dalam perilaku adaptif yang muncul dalam masa perkembangannya. Perilaku adaptif diartikan sebagai kemampuan seseorang memikul tanggung jawab sosial menurut ukuran normal sosial tertentu.

Pengelompokan anak tunagrahita menurut America Association on Mental Retardation adalah sebagai berikut :

1) *Educable*

Anak pada kelompok ini masih mempunyai kemampuan dalam akademik setara dengan anak reguler pada kelas 5 sekolah dasar

2) *Trainable*

Mempunyai kemampuan dalam mengurus diri sendiri, pertahanan diri, dan penyesuaian sosial. Sangat terbatas kemampuan untuk pendidikan secara akademik.

3) *Custodial*

Dengan pemberian latihan yang terus menerus dan khusus dapat melatih anak tentang dasar-dasar cara menolong diri sendiri dan kemampuan yang bersifat komunikatif. Hal ini biasanya memerlukan pengawasan dan dukungan secara terus menerus.

Menurut (Dara Gebrina Rezieka, dkk, 2020) mengatakan tunagrahita merupakan istilah yang disematkan bagi anak-anak berkebutuhan khusus yang mengalami permasalahan seputar intelegensi. Di Indonesia istilah tunagrahita merupakan pengelompokan dari beberapa anak berkebutuhan khusus, namun dalam bidang pendidikan mereka memiliki hambatan yang sama dikarenakan permasalahan intelegensi. Dalam bahasa asing, anak yang mengalami permasalahan intelegensi memiliki beberapa istilah penyebutan antara lain (IQ dibawah 35). Akhmad Syah Roni Amanullah (2022) berpendapat tingkat intelegensi anak tunagrahita Ringan apabila anak memiliki (IQ 65-80), Sedang (IQ 50-65), Berat (IQ 35-50), Sangat Berat (IQ dibawah 35). Sedangkan klasifikasi lain dapat didasarkan pada kemampuan yang dimiliki yaitu ringan (mampu didik), sedang (mampu dilatih), berat (mampu dirawat).

Jadi dari pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan anak tunagrahita adalah anak yang memiliki intelektual atau IQ dibawah rata-rata tidak sama dengan anak pada umumnya atau seusianya. Pengetahuan anak tunagrahita kurang mampu untuk mengolah dan memecahkan masalah

kehidupan sehari-harinya dan lingkungan. Anak tunagrahita ini dibagi menjadi tiga kategori yaitu tunagrahita ringan, tunagrahita sedang dan tunagrahita berat.

Karakteristik anak tunagrahita menurut (James D) dalam (Feby Atika Setiawan, dkk 2020) adalah sebagai berikut:

1. Intelektual

- a. Pencapaian tingkat kecerdasan anak tunagrahita dibawa rata-rata dengan anak yang usianya sama.
- b. Tingkat perkembangan kecerdasannya sangat terbatas.
- c. Dalam kegiatan belajar setidaknya dibutuhkan kemampuan untuk mengingat, memahami, serta mampu mencari hubungan sebab akibat.
- d. Jika anak dapat menemukan strategi belajar maka ia dapat belajar dengan efisien dan efektif .
- e. Anak tunagrahita mengalami kesulitan berfikir secara abstrak (tidak berwujud/tidak berbentuk) sehingga mempelajari segala sesuatu harus bersifat konkret (nyata/berwujud).
- f. Lemahnya ingatan jangka pendek, nalar sehingga kesukaran dalam mengembangkan ide.
- g. Sulit mempelajari hal-hal yang baru .
- h. Cepat lupa apa yang telah dipelajari jika tidak latihan terus menerus.

2. Sosial

- a. kemampuan dalam bidang sosial anak tunagrahita tergolong lambat jika dibandingkan dengan anak normal seusianya.
- b. Tingkah laku dan interaksi sosialnya tidak lazim, sulit baginya untuk memberi perhatian bagi teman bermainnya.
- c. Kurangnya kemampuan menolong diri seperti: makan, berpakaian, mengurus, memelihara dan memimpin dirinya sendiri.
- d. Ketika masih anak-anak mereka harus selalu dibantu, makan disuapi, baju dipasangkan dan dilepaskan, diawasi terus menerus.
- e. Kemandiriannya kurang sehingga ketika dewasa kepentingan yang berkaitan dengan dirinya sangat tergantung pada bantuan orang lain.

3. fungsi Mental

- a. Biasanya anak tunagrahita mengalami kesulitan memuaskan perhatian.
- b. Jangkauan perhatiannya sangat sempit dan cepat beralih.
- c. Kurang tangguh dalam menghadapi tugas.
- d. Pelupa.
- e. Mengalami kesukaran megungkapkan kembali suatu ingatan.
- f. Kurang mampu membuat asosial serta sukar membuat kreasi baru.

4. Dorongan dan emosional

- a. Anak tunagrahita berat, sangat berat hampir tidak memperlihatkan dorongan untuk memperhatikan diri.
- b. Dalam keadaan haus dan lapar tidak menunjukkan tandatandanya.
- c. Kehidupan emosinya lemah.
- d. Dorongan biologisnya dapat berkembang.
- e. Penghayatannya terbatas pada perasaan senang, takut, marah, dan benci.
- f. Anak tunagrahita ringan mempunyai kehidupan emosi yang hampir sama dengan anak normal tetapi kurang kuat, kurang beragam, kurang mampu menghayati perasaan bangga, tanggung jawab dan hak sosial.

5. Kemampuan Dalam Berbahasa

- a. Gangguan dalam berbicara.
- b. Kesulitan mengartikulasikan (pengucapan kata) bunyi bahasa dengan tepat.
- c. Kemampuan berbahasanya rendah (kesulitan memahami dan mengerti penggunaan kosa kata).
- d. Kesulitan memahami sintaks penggunaan bahasa tersebut

6. Keadaan Fisik

- a. Penampilan fisik yang tidak seimbang, misalnya kepala lebih besar atau terlalu kecil bila dibandingkan dengan proporsi tubuh keseluruhan.
- b. Badan yang bungkuk.
- c. Muka datar.
- d. Telinga kecil.
- e. Mulut seperti melongo.
- f. Mata sipit.

Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan seorang anak atau individu mengalami tunagrahita, Akhmad Syah Roni Amanullah (2022) faktor-faktor tersebut adalah :

- a. Genetik
- b. Kejadian sebelum bayi lahir

Faktor ini berupa infeksi virus rubella dan faktor rhesus yang menyerang ibu saat dalam kondisi hamil

- c. Pada saat kelahiran

Retardasi mental yang disebabkan oleh kejadian yang terjadi pada saat kelahiran adalah luka-luka pada saat kelahiran, sesak nafas dan lahir prematur.

- d. Pada saat lahir

Penyakit-penyakit akibat infeksi misalnya, peradangan pada selaput otak dan problem nutrisi yaitu kurang gizi.

2.2 Penelitian Relevan

Berbagai penelitian yang sama telah dilakukan oleh beberapa orang peneliti sebelumnya yang merupakan dasar atau landasan dari penelitian ini.

Berikut beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini, yaitu:

1. Jurnal Luffy Hidayat (2016) dengan judul “ **Upaya Meningkatkan Kelincahan Anak Melalui Permainan Lari Bolak Balik Di TK B RA Choirul Fitri Ngemplak Sleman**”. Tujuan dari penelitian ini untuk meningkatkan kelincahan anak melalui permainan bolak balik di TK B RA Choirul Fitri Ngemplak Sleman. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (*class mon action research*) dengan desain penelitian tindakan Model Kemmis dan McTaggart, yang memfokuskan pada aspek individual dalam penelitian tindakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelincahan anak mengalami peningkatan dari siklus I dan telah melampaui target keberhasilan pada siklus II. Hasil kelincahan anak pada siklus I mencapai 12,5%; pda siklus II melalui kegiatan pembelajaran menggunakan permainan lari bolak balik kelincahan anak mencapai 87,5% dapat melampaui target yang ditetapkan yaitu 75%. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan permainan lari bolak-balik dapat meningkatkan kelincahan anak di kelompok B di RA Choirul Fikri. Hal ini ditunjukkan pada peningkatan kelincahan dari Siklus I dan Siklus II. Kelincahan anak pada Siklus I sebesar 12,5% Peningkatan tersebut masih kurang maksimal sehingga diberi tindakan Siklus II. Pada Siklus II yang dilakukan secara kompetisi dan dengan pengurangan jarak tempuh lalu penambahan waktu yang digunakan sehingga kelincahan anak meningkat 87,5 %.
2. Jurnal Reza Fikri Hermawan (2022) dengan judul “**Pengaruh Permainan Gala Soket Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 144 Gresik**”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh permainan gala soket terhadap peningkatan motorik kasar siswa di sekolah dasar negeri 144 Gresik. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen dengan desain *One Groub Pretest-Posttess Design*. Hasil penelitian pengaruh permainan gala soket terhadap peningkatan motorik siswa usia 19-11 tahun di Sekolah Dasar Negeri 144 Gresik, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan gala soket memberikan perubahan yang signifikal pada rangkaian tes motor ability siswa di Sekolah Dasar Negeri 144 Gresik, mencapai perolehan signifikansi nilai (2-tailed) $0,000 < 0,05$.

3. Jurnal Robinson Bara Inna (2016) dengan judul **“Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Lari Bolak Balik Memindahkan Benda Pada Anak Kelas 1A SD Negeri Jakarta”**. Tujuan dari penelitian ini pneningkatan kemampuan motorik kasar melalui permainan lari bolak balik memindahkan benda pada anak kelas 1A SD Negeri Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas 1A SD Negeri Jakarta dengan jumlah sebanyak 26 siswa, yang terdiri dari 11 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Hasil dari permainan lari bolak balik memindahkan benda pada anak kelas I A yang dilakukan di SD Negeri Jarakan dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa pada kemampuan berlari, tehnik gerak lengan dan tehnik gerak kaki. Hasil penelitian kemampuan motorik kasar terlihat pada niat rata-rata KKM pada awalnya hanya sebesar 69% ada siklus I, meningkat pada akhir siklus II menjadi 92%. Peningkatan kemampuan motorik kasar melalui permainan lari bolak balik memindahkan benda dapat dilihat dari kondisi awal ke siklus I sebanyak 18 siswa dan dari siklus I Ke siklua II sebanyak 24 siswa.

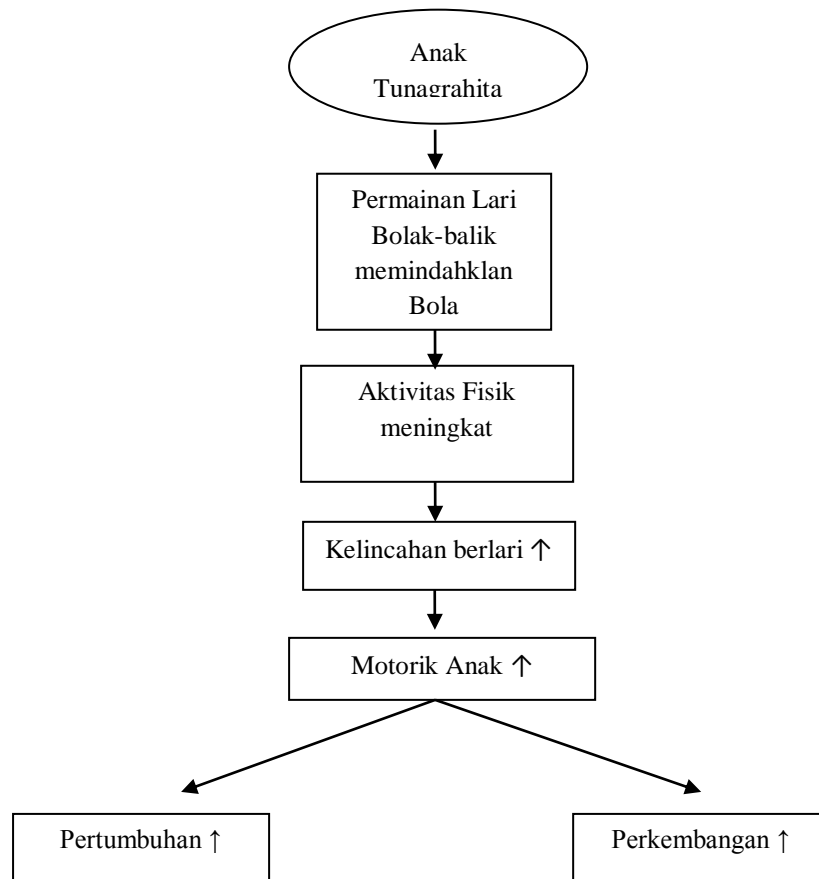
4. Jurnal Hidayat, Dewi Laelatul Badriah, Ali Priyono (2020) dengan judul **“Peningkatan Kemampuan Gerak Motorik Kasar Siswa Tunagrahita Melalui Permainan Bola Kecil”**. Tujuan dari menelitian ini untuk meningkatkan kemampuan gerak motorik kasar siswa tunagrahita mealalui permainan bola kecil. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain Quasi Experimen Design (one-grup pretest-posttest design). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Tunagrahita sedang pengambil sampel yang digunakan adalah Purvosi Sampling, sehingga harus menentukan kriteria siswa tunagrahita yang sama yaitu dengan kriteria siswa tunagrahita ringan dengan jumlah sampel 22 siswa, instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu Tes Motor Ability Data selanjutnya diolah dan dianalisis dengan menggunakan Statistika Uji paired sample t-test. Hasil melakukan pembelajaran permainan bola kecil siswa tunagrahita dapat meningkatkan gerak motorik kasar yaitu gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif sehingga dapat mencapai perkembangan fisik yang optimal, intelektual, emosional, dan sosial. Pembelajaran motorik berbasis permainan bola kecil merupakan strategi untuk motivasi siswa tunagrahita agar bergerak dengan aktif, karena di dalam pembelajaran bola kecil terdapat gerak dasar lari, melompat, menangkap. Dilihat dari sebuah uji hipotesis, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran motorik berbasis permainan bola kecil terhadap kemampuan gerak motorik kasar siswa tunagrahita sekolah luar biasa Gelora Karya Dawuan Kabupaten Majalengka.

2.3 Kerangka Konseptual

Pendidikan merupakan hak setiap warga negara, setiap orang berhak mendapatkan pendidikan baik itu anak normal ataupun anak berkebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus memiliki hak yang sama dengan anak yang normal untuk memperoleh pendidikan baik mata pelajaran apapun termasuk pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Dengan mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani ini merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran. Motorik kasar merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot tubuh. Motorik kasar anak dapat ditingkatkan melalui permainan yang kreatif dan menyenangkan, karena dengan melalui permainan ini anak-anak tidak akan merasa bosan dan gembira saat melaksanakan olahraga karena dengan variasi bermain membuat gerakan tidak terlalu monoton. Banyak macam permainan yang bisa dijadikan untuk meningkatkan motorik kasar anak salah satunya adalah permainan lari bolak balik memindahkan bola, dalam permainan ini motorik kasar anak akan dilatih seperti : kecepatan, kelincahan dan daya tahan.

Tujuan dilakukannya permainan lari bolak balik memindahkan bola ini adalah untuk meningkatkan motorik anak tunagrahita. Melalui permainan ini anak tunagrahita akan lebih terampil dalam berlari baik dalam kelincahan. Semakin bagus motorik seorang anak maka akan semakin bagus pula perkambngan dan pertumbuhan tubuhnya.

Kerangka Konseptual



Gambar 2.1

Keterangan

↑ : Tanda panah menandakan setelah diberi permainan ada peningkatan.

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara dari suatu masalah yang dihadapi dan perlu diuji kebenarannya dengan data yang lengkap dan menunjak. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan didasarkan pada teori yang relevan belum didasarkan pada fakta-fakta yang di peroleh melalui pengumpulan data.

Adapun hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. H_a : Terdapat pengaruh permainan lari bolak balik memindahkan bola terhadap peningkatan motorik kasar anak tunagrahita ringan siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan.
2. H_o : Tidak terdapat pengaruh permainan lari bolak balik memindahkan bola terhadap peningkatan motorik kasar anak tunagrahita ringan siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain *Pre-Experimental Designs*, yaitu dengan *One-Group Pretest-Posttest Design* (Sugiyono, 2019:74). Metode *Pre-Experimental Designs* belum merupakan eksperimen sebenarnya. Karena masih terdapat variabel lain yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen ini bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini karena tidak adanya variabel kontrol. Pengukuran pada sampel penelitian dilakukan 2 kali pengukuran yaitu sebelum dan sesudah perlakuan diberikan.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SLB Negeri Padang Sidimpuan, yang beralamat jalan : Ompu Saruduk Hutaimbaru, kec. PSP. Hutaimbaru Kota Padang Sidimpuan, Provinsi Sumatera Utara. Adapun waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 Desember 2023 sampai 16 Januari 2024.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019:80). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Padang Sidempuan yang berjumlah 16 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono 2019:81). Sampel sebagai sumber data yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau data yang menggambarkan sifat atau karakteristik yang dimiliki populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2019 218). Mengingat populasi dari penelitian adalah seluruh anak tunagrahita ringan dari SD,SMP dan SMA. Jadi sampel dalam penelitian ini adalah anak SD tunagrahita ringan yang berjumlah 9 siswa.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah strategi dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono 2019 : 224). Adapun tehnik pengumpulan dalam penelitian ini :

1. Observasi

Observasi atau pengamatan dilakukan secara kolaborasi oleh peneliti dengan guru kelas pada waktu sebelum tindakan, saat tindakan, dan setelah akan berlangsung. Pengumpulan data saat tindakan yaitu:

- 1) Tujuan : Mengukur Kelincahan
- 2) Sasaran : Anak SD Tunagrahita Ringan
- 3) Perlengkapan : Lintasan lari yang datar, digital stopwatch, bola dan kardus.
- 4) Pelaksanaan : Prosedur pelaksanaan tes lari bolak balik adalah sebagai berikut:
 - a. Pada hitungan satu siswa berdiri di belakang garis pertama
 - b. Pada hitungan dua siswa lari dengan start berdiri
 - c. Dan pada hitungan ketiga siswa segera berlari menuju ke garis pertama dan setelah kedua kaki melewati garis pertama segera berbalik dan menuju ke garis start
 - d. Siswa berlari lagi dari garis start ke garis pertama
 - e. Pelaksanaan lari dilakukan sampai 4 kali bolak balik sehingga menempuh jarak 40 meter

f. Setelah melakukan 4 kali bolak balik dan kembali lagi ke garis start maka penghitung waktu dimatikan.. Yang dimana garis start dalam permainan ini adalah garis finish nya.

5) Penilaian : Waktu yang dicatat sebagai kelincuhan adalah waktu yang digunakan untuk menyelesaikan larian. Dengan norma yang telah ditentukan menurut Wiriawan (2017:64). Seperti pada tabel dibawah ini,

Tabel 3.2 Norma Laki-laki

No.	Norma	Prestasi (detik)
1.	Baik sekali	< 12,10
2.	Baik	12.11 – 13.53
3.	Sedang	12.11 -14.96
4.	Kurang	14.98 – 16.39
5.	Kurang sekali	>16.40

Sumber: Moeslim (2003) dalam Wiriawan (2017:64)

Tabel 3.3 Norma Perempuan

No.	Norma	Prestasi (detik)
1.	Baik sekali	< 12,42
2.	Baik	12.43 – 14.09
3.	Sedang	14.10 – 15.74
4.	Kurang	15.75 – 17.39
5.	Kurang sekali	>17.40

Sumber: Moeslim (2023) dalam Wiriawan (2017:64)

Kemudian dilakukan pula pencatatan semua hal yang diperlukan dan yang terjadi selama pelaksanaan tindakan berlangsung dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan. Observasi dalam penelitian yaitu observasi terstruktur. Observasi terstruktur adalah observasi

yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati, kapan dan dimana tempatnya (Sugiyono 2019:146).

2. Wawancara Tidak Terstruktur

Wawancara tidak terstruktur, adalah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar tentang permasalahan yang akan ditanyakan (Sugiyono 2019:142)

3.5 Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan yaitu analisis uji normalitas metode *lilliefors*, homogenitas dan uji hipotesis dengan menggunakan uji-t.

a. Uji Normalitas

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah sampel penelitian ini dari populasi distribusi normal atau tidak. Untuk menguji normalitas ini digunakan metode *lilliefors* dengan langkah :

- 1) Menghitung nilai rata-rata dan simpang bakunya.
- 2) Susunlah data dari yang terkecil sampai data yang terbesar pada tabel.
- 3) Mengubah nilai x pada nilai z dengan rumus:

$$Z = \frac{Xi - \bar{X}}{S}$$

Keterangan :

X_i : Data mentah

\bar{X} : Rata-rata

s : Standar devisiiasi

d) Menghitung luas z dengan menggunakan tabel z

e) Menentukan nilai proporsi data yang lebih kecil atau sama-sama dengan data tersebut.

f) Menghitung selisih luas z dengan nilai proporsi

g) Menentukan luas maksimal (L_{maks}) dari langkah f

h) Menentukan luas tabel liliefors (L_{tabel}); $L_{tabel} = L_n(n-1)$

i) Kriteria kenormalan : jika $L_{maks} < L_{tabel}$ maka data berdistribusi normal (Sundayana, R. 2018 : 84).

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk menguji apakah data yang diperoleh adalah homogen atau tidak. Sundayana, R (2018 : 145) mengatakan bahwa langkah-langkah uji homogenitas adalah sebagai berikut :

a. Merumuskan hipotesis nol dan hipotesis alternatifnya.

H_o : Kedua varians homogeny ($v_1 = v_2$)

H_a : Kedua varians tidak homogeny ($v_1 \neq v_2$)

b. Menentukan nilai F_{hitung} dengan rumus :

$$F_{hitung} = \frac{\text{Varians besar}}{\text{Varians kecil}}$$

Keterangan :

F : Uji homogenitas yang dicari

V_2 : Varians besar

V_1 : Varians kecil

c. Menentukan F_{tabel} dengan rumus :

$F_{tabel} : F_a$ (dk $n_{\text{varians besar}} - 1 / dk n_{\text{varians kecil}} - 1$).

d. Kriteria uji : Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_0 diterima

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya Pengaruh Permainan lari bolak balik Memindahkan Bola Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan Siswa SD SLB Negeri Padang Sidempuan. Untuk melihat pengaruh tersebut, maka digunakan uji t-dependent dengan rumus t-tes dari Wardani A.S.P & Irawadi, H (2020:66).

$$t_{hitung} = \frac{|\bar{X}1 - \bar{X}2|}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - \frac{(\sum D)^2}{n}}{n(n-1)}}$$

Keterangan :

t	:	Harga uji t yang di cari
\bar{X}_1	:	Mean sampel pertama
\bar{X}_2	:	Mean sampel kedua
D	:	Beda antara skor sampel 1 dan 2
D^2	:	Kuadrat beda
$\sum D^2$:	Jumlah kuadrat beda
N	:	Jumlah pasangan sampel