



# Jurnal Kesehatan Mercusuar

Available Online <http://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/mercusuar>

## PENGARUH BERMAIN BOLA TERHADAP KEMAMPUAN AKTIVITAS GERAK ANAK AUTIS HIPOAKTIF

Anggawati Imanniyah<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Prodi D III Terapi Wicara, STIKes Mercubaktijaya Padang

\*email : anggawatiimanniyah@mercubaktijaya.ac.id

### ABSTRAK

Hypoactive autism children were indicated by slow motoric activity so that it caused the children difficult to move. The children tended passive and they did not have any interest to do movement activity and preferred alone when they looked their friends playing. To help hypoactive autism children in enhancing movement activity ability it required a game which attracted the children's interest to move i.e. through playing game. The purpose of this research was to analyze movement activity ability before and after giving intervention using playing ball (*passing and shooting*). This research used quantitative approach with *the one group pretest posttest design*. The subjects were 5 hypoactive autism children. For data analysis this research used statistic non parametric formula of *sign test* kind and the method of data collection applied observation and test. In this way it could be concluded that playing ball influenced toward movement activity ability of hypoactive autism children so that the teacher is more creative in creating games in increasing the activity of hypoactive autistic children.

*Keywords : playing ball, movement activity, hypoactive autism*

### ABSTRAK

Anak autis hipoaktif ditunjukkan dengan aktivitas motorik yang lamban sehingga menyebabkan anak sulit untuk melakukan gerak. Anak cenderung pasif dan tidak memiliki minat untuk melakukan aktivitas gerak serta lebih suka menyendiri ketika melihat teman-temannya bermain. Untuk membantu anak autis hipoaktif dalam meningkatkan kemampuan aktivitas gerak, diperlukan suatu permainan yang menarik minat anak untuk melakukan gerak yaitu melalui bermain bola. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis kemampuan aktivitas gerak sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan bermain bola (*passing dan shooting*). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *the one group pre test post test design*. Subjek penelitian berjumlah 5 siswa autis hipoaktif. Metode pengumpulan datanya menggunakan observasi dan tes. Sehingga bermain bola sangat berpengaruh terhadap kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif, dan guru lebih kreatif dalam menciptakan permainan dalam peningkatan aktivitas gerak anak autis hipoaktif.

*Kata kunci : bermain bola, aktivitas gerak, autis hipoaktif*

## **PENDAHULUAN**

Karakteristik anak autisme terdiri dari dua yaitu hiperaktif dan hipoaktif. Anak hipoaktif menunjukkan kinerja dibawah tingkat yang diharapkan yang secara signifikan mengganggu aktivitas sehari-hari yaitu kurangnya koordinasi motorik. Anak autisme hipoaktif dapat diartikan pula sebagai anak yang mengalami kelainan perkembangan yang secara signifikan berpengaruh terhadap komunikasi verbal, non verbal serta interaksi sosial yang berpengaruh terhadap keberhasilannya dalam belajar. "Karakter lain yang menyertai anak autisme yaitu melakukan kegiatan berulang-ulang dan gerakan stereotipe, penolakan terhadap perubahan lingkungan dan memberikan respon yang tidak semestinya terhadap pengalaman sensori". (Raharja, 2010)

"Anak autisme juga mengalami gangguan dalam perkembangan saraf motorik yang meliputi gangguan perkembangan koordinasi, gerakan stereotip, gangguan perkembangan koordinasi ditandai dengan hambatan dalam motoriknya sehingga menyebabkan anak autisme sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari". (Association, 2013) Permasalahan ini terlihat dari: (1) kurangnya minat anak untuk melakukan suatu permainan, (2) kurangnya kemampuan gerak dasar, hal ini terlihat ketika anak autisme hipoaktif mengikuti materi pembelajaran olahraga, (3) aktivitas gerak yang dilakukan cenderung berkurang dikarenakan anak lebih suka menyendiri/pasif ketika teman-temannya bermain.

Sepertihalnya anak berkebutuhan khusus lainnya, maka anak autisme hipoaktif juga memerlukan penanganan khusus untuk mengatasi permasalahan yang dialami yaitu hambatan motorik kasarnya (gerak). Pada anak autisme hipoaktif kemampuan motorik kasar yang dimiliki tidak berjalan semestinya, kemampuan motorik kasar pada anak autisme yang tidak terkontrol memerlukan

adanya stimulus agar kemampuannya dapat terbentuk dengan baik dan optimal.

Menurut (Sunaryo, 2007) bahwa anak autisme dengan berbagai karakteristiknya (hiperaktif dan hipoaktif) dapat mengalami satu atau lebih gangguan proses psikologi dasar (terutama persepsi dan konsentrasi) dan motorik (motorik halus, motorik kasar, sensori integrasi koordinasi mata tangan). Gangguan-gangguan tersebut dapat muncul sendiri-sendiri, bersamaan, atau sebagai rangkaian sebab akibat. Sebagai contoh anak hipoaktif yang terkesan menyendiri kurang aktif dalam berbagai gerak, Anak hipoaktif akan lebih memilih untuk diam dan menyendiri tanpa adanya minat untuk melakukan aktivitas bersama teman-temannya. Hambatan dalam berbagai hal tersebut juga menyebabkan anak autisme hipoaktif mengalami hambatan kemampuan dalam aktivitas gerak.

Stimulus yang diberikan pada anak autisme hipoaktif merupakan stimulus yang tidak hanya meningkatkan minat belajar saja, akan tetapi juga mencakup pendidikan adaptif. Pendidikan adaptif merupakan pembelajaran biasa yang dimodifikasi sedemikian rupa sehingga dapat dipelajari, dilaksanakan dan memenuhi kebutuhan anak autisme. (S.P, 2010)

Olahraga adaptif yang diberikan haruslah dapat memberikan kepuasan, rasa aman, kesenangan pada anak, dan tentunya pula dapat memberikan solusi permasalahan yang dialami anak berkebutuhan khusus. Dengan demikian olahraga adaptif untuk anak berkebutuhan khusus dirancang sehingga menghasilkan pengelolaan kelas, program, dan layanannya. (Rusli, 2001) menyatakan bahwa "kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan sehari-hari". Melalui aktivitas bermain, sangatlah tepat untuk mengembangkan ketrampilan gerak dasar anak terutama dalam kehidupan sehari-hari. Kemampuan gerak tidak terlepas

dari keterlibatan dari beberapa unsur kondisi fisik, unsur-unsur fisik yang mendasari ketrampilan gerak terdiri atas kecepatan, power, kelincahan, koordinasi, keseimbangan dan kecepatan.

Salah satu contoh olahraga yang dapat dimanfaatkan dalam ketrampilan gerak adalah bermain bola. Bermain bola merupakan sebuah permainan olahraga yang diadaptasi dari permainan sepakbola, ada berbagai macam teknik guna memperlanacar dalam bermian bola diantaranya yaitu *passing dan shooting*. (Hasanah, 2009) *passing* adalah teknik mengoper bola atau memindahkan bola sedangkan *shooting* ialah menembak atau menendang bola. Dalam bermain bola (*passing and shooting*) semua anggota tubuh akan bergerak sehingga mempengaruhi aktivitas gerak.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pra eksperimen, subyek yang diteliti dalam penelitian ini mempunyai jenis kesulitan yang sama, yaitu kesulitan dalam melakukan aktivitas gerak, subyek yang diteliti berjumlah 5 anak autis hipoaktif dengan menggunakan metode pembelajaran yang sama.

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, karena subyek yang diteliti lebih bersifat sebab dan akibat (kausal), sehingga dalam penelitiannya ada variabel bebas dan terikat. Selain itu cara penghitungan dalam memperoleh kesimpulan adalah dengan mengumpulkan data yang berupa angka-angka, sehingga penelitian ini dinamakan pendekatan kuantitatif.

Pada jenis penelitian ini peneliti menggunakan desain “*One Group Pretest – Posttest Design*”, karena kelompok tidak diambil secara acak dan tidak ada kelompok pembanding, tetapi diberi tes awal dan tes akhir di samping pemberian intervensi atau perlakuan. Dalam hal ini, subyek yang diteliti diberikan pre tes untuk mengukur kemampuan awal anak autis hipoaktif dalam

aktivitas gerak sebelum mendapatkan perlakuan. Selanjutnya untuk mengetahui perkembangan kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif sesudah diberikannya intervensi melalui bermain bola, perlu dilakukan post tes.

Intervensi aktivitas gerak yang diberikan kepada anak autis hipoaktif adalah bermain bola (*passing dan shooting*). Intervensi dilaksanakan sebanyak 8 kali pertemuan dengan alokasi waktu 35 menit setiap pertemuan yaitu memerintahkan anak untuk bermain bola (*passing dan shooting*) yang telah diajarkan dan disesuaikan dengan tingkat kemampuan anak. Kecenderungan anak diam/pasif membuat penerapan intervensi berjalan sulit, sebab dalam bermain bola (*passing dan shooting*) melibatkan gerak anggota tubuh yang memfokuskan anak untuk selalu bergerak. Hambatan tersebut mulai berkurang setelah pelaksanaan intervensi berjalan 5 kali pertemuan. Peningkatan aktivitas gerak mulai terlihat pada subyek setelah pelaksanaan treatment berjalan 8 kali pertemuan.

Teknik analisis data atau metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data statistik non parametrik. Data diambil dari hasil pretesdan postes serta rumus yang digunakan adalah rumus statistik non parametrik jenis uji tanda (*sign test*).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penyajian data dalam penelitian ini diperoleh dari metode tes yang merupakan hasil kemampuan aktivitas gerak melalui bermain bola pada anak autis hipoaktif menggunakan *one group pre test and post test*. Adapun hasil data yang diperoleh adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.4**  
*Perubahan Hasil (pre test) dan (post test) bermain bola terhadap kemampuan Aktivitas gerak anak autis hipoaktif*

No	Nama	Pre test (Xa1)	Post test (Xb1)	Beda	Perubahan
				Xb1-Xa1	
1	Ag	33,3	53,3	20	+
2	Rz	40	53,3	13,3	+
3	Sl	33,3	46,67	13,37	+
4	Fd	33,3	46,67	13,37	+
5	Yh	40	46,67	6,67	+
<b>Rata-rata</b>		<b>35,98</b>	<b>49,3</b>		<b>X=5</b>

Dari hasil data pada table tersebut menunjukkan bahwa bermain bola (*passing dan shooting*) dapat meningkatkan kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif. Pada awal penelitian, aktivitas gerak anak autis hipoaktif masih menunjukkan kemampuan gerak dasar yang sangat kurang. Selanjutnya, Untuk mengetahui peningkatan kemampuan aktivitas gerak melalui bermain bola pada anak autis hipoaktif diberikan perlakuan secara bertahap. Dalam setiap kali perlakuan peneliti mengenalkan tahap-tahap dalam meningkatkan kemampuan gerak yaitu gerak pemanasan yang lebih memfokuskan pada kemampuan aktivitas gerak anak, selanjutnya peneliti membimbing anak untuk bermain bola (*passing dan shooting*), sehingga dapat diketahui peningkatan aktivitas gerak yang terjadi pada anak. Dari nilai rata-rata hasil pretest dan post test menunjukkan bahwa kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif sebelum diberikan perlakuan adalah 35,98 sedangkan sesudah diberi perlakuan adalah 49,3. Berdasarkan hasil analisa data yang diperoleh hasil ZH 1,78 dengan perbandingan signifikan nilai Zt 5% = 1,64 dan dari pengujian hipotesis di atas maka dapat diketahui adanya pengaruh yang signifikan bermain bola terhadap kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif.

Subyek yang digunakan dalam penelitian ini anak cenderung diam dan pasif sehingga anak terkesan acuh dengan lingkungan sekitar dan tidak mampu bersosialisasi ketika melihat teman-temannya bermain bersama.

Intervensi dilakukan sebanyak 8 kali pertemuan dan dilakukan pengulangan sampai anak benar-benar mengerti dan memahami materi yang diajarkan. Sebelum diberikan perlakuan, dilakukan pre tes terlebih dahulu untuk mengetahui kemampuan awal aktivitas gerak anak autis hipoaktif. Setelah diberikan perlakuan, dilakukan post test untuk mengetahui peningkatan hasil kemampuan anak dalam aktivitas gerak. Pelaksanaan aktivitas gerak cenderung sangat kurang, hal ini dapat dibuktikan dari hasil pre test terhadap 5 anak autis hipoaktif Maka dari itu peneliti menggunakan bermain bola *passing dan shooting* yang diterapkan pada anak untuk meningkatkan kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif.

Hasil dari 8 kali treatment anak autis hipoaktif menunjukkan peningkatan aktivitas gerak. Seluruh anak mengalami peningkatan pada setiap program materi. Hanya saja kendala yang dihadapi peneliti adalah kecenderungan anak yang diam/pasif.

Sehingga anak melakukan kegiatan treatment bermain bola (*passing dan shooting*) memerlukan bimbingan lebih dan perlakuan berulang-ulang agar dapat menunjukkan peningkatan yang jauh lebih baik lagi.

Dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif, langkah pertama yang perlu dilakukan oleh guru adalah bagaimana menjadikan anak tertarik untuk melakukan perintah yang dikomunikasikan sebab anak autis hipoaktif sangat tidak memiliki ketertarikan untuk melakukan sesuatu, anak cenderung diam dan pasif. Dengan demikian sangat perlunya menggunakan suatu permainan yang dapat menarik minat anak namun memiliki berbagai manfaat untuk anak autis hipoaktif, seperti halnya bermain bola (*passing dan shooting*).

Bermain bola merupakan sebuah permainan olahraga yang diadopsi dari permainan sepakbola. Dalam bermain bola anak akan diajarkan tentang teknik dasar bermain bola yaitu *passing dan shooting*, hal ini ditujukan untuk menyesuaikan dengan kondisi dan tingkat kemampuan anak serta memiliki nilai-nilai terapiutik yang tinggi. Dari hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa bermain bola (*passing dan shooting*) dapat meningkatkan kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif. Pada awal penelitian, aktivitas gerak anak autis hipoaktif masih menunjukkan kemampuan gerak dasar yang sangat kurang. Selanjutnya, Untuk mengetahui peningkatan kemampuan aktivitas gerak melalui bermain bola pada anak autis hipoaktif diberikan perlakuan secara bertahap.

Dalam setiap kali perlakuan peneliti mengenalkan tahap-tahap dalam meningkatkan kemampuan gerak yaitu gerak pemanasan yang lebih memfokuskan pada kemampuan aktivitas gerak anak, selanjutnya peneliti membimbing anak untuk bermain bola (*passing dan shooting*), sehingga dapat diketahui peningkatan aktivitas gerak yang terjadi pada anak.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dipaparkan di atas dapat ditarik kesimpulan antara lain :

1. Kemampuan aktivitas gerak pada anak autis hipoaktif sebelum diberikan perlakuan menggunakan bermain bola (*passing dan shooting*), menunjukkan nilai rata-rata pre tes, yaitu 35,98. Namun, setelah dilakukan perlakuan menggunakan bermain bola (*passing dan shooting*), kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif menunjukkan peningkatan, ini terbukti dari rata-rata post tes mengalami perubahan nilai 49,3.
2. Hasil analisis data dengan rumus uji tanda (*sign test*) menunjukkan bahwa hasil perhitungan nilai kritis 5% dengan uji satu sisi diperoleh  $Z$  tabel = 1,64, merupakan suatu kenyataan bahwa nilai  $Z$  yang diperoleh dalam hitungan ( $Z_H = 1,78$ ) adalah lebih besar dari pada nilai kritis  $Z$  tabel 5% (1,64) sehingga hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis kerja ( $H_a$ ) diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan, ada pengaruh bermain bola terhadap kemampuan aktivitas gerak anak autis hipoaktif.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulisan ini dapat terwujud dan terselesaikan dengan baik karena adanya bantuan dari berbagai macam pihak, terima kasih kepada:

1. Ketua Yayasan Mercubaktijaya beserta staf dan jajaranya.
2. Ketua Stikes Mercubaktijaya Padang beserta seluruh civitas akademika.
3. Pihak terkait yang telah membantu dalam kelancaran pelaksanaan penelitian.

Dalam penyusunan ini, penulis menyadari masih banyak kekurangan karena keterbatasan pengetahuan. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan dapat menjadi salah satu bahan informasi pengetahuan bagi para pembaca sekalian.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- American Psychiatric Association. 2013. *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorder Fifth Edition (DSM-5)*. American Psychiatric Publishing.
- Baker, Linda dan Welkowitz, Lawrence. 2005. *Asperger's Syndrome*. London: Lawrence Elbaum Associates Publishers.
- IJSE, *International Journal of Special Education*. 2012. Vol 27, No:3, 2012
- Hasanah, Ina. 2009. *Sepak Bola*. Bandung: PT Indah Jaya Adipratama
- Lutan Rusli. 2001. *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat jenderal Olahraga
- H.M Musfiqon. 2012. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: prestasi Pustaka
- M.Abraham Nussbaum,. 2013. (Baker, 2005) *The Pocket Guide To The DSM-5 Diagnostic Exam*. London, England: British Library Cataloguing in Publication Data
- Raharja, dkk. 2010. *Pengantar Pendidikan Luar Biasa (Orthopedagogik)*. Universitas Negeri Surabaya
- Samsubar Saleh. 1996. *Statistik Non Parametrik Edisi 2*. Yogyakarta: BPFE
- Hermanto. S.P 2010. *Bina Gerak dan Aksesibilitas*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Sunardi dan Sunaryo. 2007. *Intervensi Dini Anak Berkebutuhan Khusus*. Departemen Pendidikan Nasional.