

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak dan meningkatkan kemampuan gerak yang berarti meningkatkan kualitas hidup (Giriwijoyo dan Dikdik, 2017:18). Olahraga merupakan bagian penting dalam kehidupan sehari-hari. Kemajuan dalam bidang olahraga sangat mempengaruhi peningkatan prestasi bangsa. Menurut Syafruddin (2012:17) prestasi olahraga adalah hasil yang diperoleh atau dicapai oleh seseorang melalui kegiatan olahraga. Lebih lanjut Syafruddin menjelaskan bahwa untuk mampu berprestasi atlet membutuhkan latihan. Pada prinsipnya latihan olahraga merupakan suatu proses persiapan atlet untuk mencapai prestasi terbaiknya. Menurut Jesudoss (2018:17) latihan adalah faktor kunci dalam mempertahankan dan meningkatkan kesehatan.

*Bocce* telah menjadi olahraga popularitas di seluruh dunia dan merupakan permainan yang didominasi oleh aerobik dan anaerobic, daya tahan, kekuatan dan komposisi tubuh (Turkmen, *et al*, 2018:3). Menurut Sumardi (2009:1) *bocce* merupakan aktivitas olahraga dalam bentuk permainan yang dapat dimainkan oleh semua orang, umur, dan jenis kelamin. Lebih lanjut Sumardi menjelaskan bahwa *bocce* tidak perlu kekuatan, stamina, dan kecepatan. Setiap orang yang dapat menggulingkan atau melempar bola dapat bermain *bocce*. *Bocce* serupa dengan permainan *boules* dari Perancis atau *petanque*, dan *English lawn bowls*. Tujuan dalam permainan *bocce* adalah menggulingkan bola *bocce* sedekat mungkin ke

bola *pallina* (sasaran), mengumpulkan skor sebanyak mungkin sehingga mencapai skor permainan dan memenangkan perlombaan. *Bocce* dapat dimainkan antara 1, 2 sampai 4 pemain dalam 1 regu. Dalam permainan *bocce* terdapat 2 jenis bola yang masing-masing bola berukuran besar dan kecil dengan warna-warna yang menarik. Bola besar disebut bola *bocce* yang akan digunakan bagi pemain untuk dilempar atau digulingkan, sedangkan bola kecil disebut *pallina* yang menjadi bola sasaran yang akan dituju dalam permainan. Setiap regu memiliki warna bola yang berbeda. Cara bermain *bocce* yaitu *pallina* diletakkan di sebuah area sebagai sasaran. Kedua regu saling berlomba melemparkan atau menggulingkan bola *bocce* sedekat mungkin ke bola *pallina*. Regu pemenang dari permainan ini adalah regu yang mampu menempatkan bola *bocce* paling dekat dengan bola *pallina*.

Saat ini *bocce* telah menjadi permainan populer yang dimainkan oleh anak-anak dan dewasa baik yang disabilitas dan juga non disabilitas. *Bocce* sudah menjadi cabang olahraga prestasi mendunia yang diperlombakan setiap musim panas oleh *Special Olympics International* untuk anak berkebutuhan khusus yaitu penyandang tunagrahita atau sering disebut disabilitas intelektual (Mujea, et al, 2019:38). Pada tahun 2015, *Special Olympics International* telah melaksanakan perlombaan *bocce* yang menghadirkan 34 peserta dari 20 negara seluruh dunia khusus untuk penyandang tunagrahita (Pan Cheng-chen and Ron Davis, 2015:15).

Menurut Desiningrum (2016:8) tunagrahita adalah anak berkebutuhan khusus yang memiliki keterbelakangan dalam intelegensi, fisik, emosional, dan sosial yang membutuhkan perlakuan khusus supaya dapat berkembang pada

kemampuan yang maksimal. Lebih lanjut Desiningrum mengemukakan tingkatan anak tunagrahita antara lain: (1) Anak tunagrahita ringan memiliki *IQ* 55-70, (2) anak tunagrahita sedang memiliki *IQ* 40-55, (3) anak tunagrahita berat memiliki *IQ* 25-40 dan (4) anak tunagrahita berat sekali memiliki *IQ* dibawah 25. Kemampuan intelektual dibawah rata-rata yang dimiliki menyebabkan anak tunagrahita lamban dalam mempelajari hal baru dan mengerjakan tugas-tugas sederhana, kesulitan dalam mempelajari dengan kemampuan abstrak. Berdasarkan observasi dilapangan, anak tunagrahita mengalami perkembangan motorik yang kurang optimal dan cenderung mengalami keterlambatan dibandingkan dengan anak normal seusianya.

Di Indonesia *bocce* semakin berkembang khusus untuk *disable intelectual* atau anak tunagrahita dan diperlombakan dalam Olimpiade olahraga tingkat nasional yang digelar oleh *Special Olympics* Indonesia (SOIna) dan Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN). Olahraga *bocce* dapat memberikan peluang bagi anak tunagrahita untuk berprestasi dibidang olahraga. Selain prestasi, ada banyak manfaat yang dapat diperoleh anak tunagrahita melalui olahraga *bocce* yakni, membantu dalam meningkatkan kemampuan motorik tangan dan kaki, mengasah konsentrasi, latihan bersosialisasi dan kerjasama tim (Isyani dan Balkis, 2017:259). *Bocce* juga memberi kesenangan bagi setiap anak yang memainkannya (Saputri, 2014:1406).

Dalam permainan *bocce* atlet membutuhkan ketepatan melempar yang baik sesuai dengan tujuan dan peraturan permainan untuk dapat memenangkan suatu perlombaan. Ketepatan melempar yang dimaksud adalah mampu menempatkan

bola *bocce* hingga paling mendekati bola *pallina*. Ketepatan melempar juga dipengaruhi oleh koordinasi mata dan tangan (Mudhalifa, 2018:8). Berdasarkan data hasil kejuaraan *bocce* dalam ajang *O2SN* tingkat Provinsi Sumatera Utara yang dilaksanakan pada tanggal 17-20 Juni 2019, di SLB Negeri Pembina Medan, atlet *bocce* yang berasal dari SLB Negeri Pembina Medan mengalami kekalahan. Data atlet yang mewakili SLB Negeri Pembina Medan berjumlah 3 atlet masing-masing dari tingkat SD, SMP dan SMA.

Berdasarkan hasil pengamatan langsung yang dilakukan oleh peneliti salah satu faktor penyebab dari kekalahan atlet adalah ketepatan melempar atlet masih rendah. Peneliti mengamati bahwa hasil lemparan atlet masih jauh dari *pallina*. Dari hasil pertandingan ini dapat disimpulkan bahwa ketepatan melempar pada atlet *bocce* tunagrahita di SMPLB Negeri Pembina Medan masih rendah. Kekalahan ini membuat atlet belum mampu meraih prestasi di ajang *O2SN* tahun 2019 tingkat Provinsi Sumatera Utara.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMPLB Negeri Pembina Medan memiliki sarana dan prasarana yang lengkap untuk cabang olahraga *bocce*. Ketepatan melempar atlet yang masih rendah bisa saja disebabkan oleh berbagai faktor. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan oleh peneliti saat mengamati atlet yang sedang latihan, faktor yang menyebabkan ketepatan melempar atlet masih belum maksimal adalah model latihan yang diberikan oleh pelatih belum disesuaikan dengan karakteristik anak tunagrahita. Bentuk latihan yang diberikan oleh pelatih juga belum disesuaikan dengan bentuk permainan *bocce* yang asli. Salah satu bentuk latihan yang diberikan oleh pelatih yaitu atlet

dilatih untuk melempar batu kecil dan bola kecil berbahan plastik dengan tujuan memasukkan bola ke dalam sebuah keranjang sebagai target yang dituju. Pelatih menyediakan keranjang yang berjarak sekitar 2-3 meter dari posisi berdiri atlet. Peralatan dan model latihan yang diberikan oleh pelatih tentu tidak sesuai dengan permainan *bocce* asli, sehingga belum berpengaruh terhadap peningkatan ketepatan melempar pada atlet. Alat berupa batu-batu kecil yang diberikan pelatih sebagai pengganti bola *bocce* tentu jauh berbeda dengan bentuk, ukuran dan berat bola *bocce* yang asli. Alat berupa keranjang yang diberikan pelatih sebagai target tentu jauh berbeda dengan bentuk dan ukuran *pallina* yang asli. Bola kecil berbahan plastik yang digunakan atlet juga memiliki ukuran dan berat yang sangat jauh berbeda dengan bola *bocce* aslinya yang mengakibatkan kekuatan lemparan yang dilepaskan oleh atlet akan jauh berbeda dibandingkan menggunakan bola *bocce* yang asli. Model latihan yang diberikan oleh pelatih jauh berbeda dengan bentuk permainan *bocce* yang sebenarnya, dimana atlet melemparkan batu dan bola plastik dengan tujuan memasukkannya ke dalam keranjang sampah yang berjarak 2-3 meter mengakibatkan hasil lemparan atlet menjadi melambung vertikal ke arah keranjang. Seharusnya bola *bocce* digulingkan ke arah *pallina* sesuai dengan bentuk permainan *bocce* yaitu menggulingkan bola ke arah sasaran. Jarak 2-3 meter yang digunakan pelatih tidak sesuai dengan peraturan *bocce* yang menyatakan bola *pallina* harus berada di area permainan yaitu sekitaran kotak 9,125-15,24 meter.

Pendekatan pembelajaran melalui intervensi fisik dalam pendidikan sangat diperlukan, karena umumnya anak-anak tunagrahita mempunyai masalah dalam

keterampilan motorik (Delphie, 2006:68). Tunagrahita mempunyai kelainan mental, atau tingkah laku akibat kecerdasan yang terganggu (Desiningrum, 2016:16). Perkembangan fungsi intelektual anak tunagrahita yang rendah dan disertai dengan perkembangan perilaku adaptif yang rendah pula akan berakibat langsung kepada kehidupan sehari-hari mereka (Kemis dan Ati Rosnawati, 2013:21). Berdasarkan teori di atas menunjukkan bahwa kondisi anak tunagrahita membutuhkan bentuk-bentuk latihan yang mudah, menarik dan bersifat menyenangkan seperti dalam bentuk permainan untuk tujuan meningkatkan kemampuan anak termasuk ketepatan melempar. Bentuk latihan yang diberikan harus menyerupai bentuk permainan *bocce* yang sesungguhnya dengan memasukkan bentuk latihan permainan yang disesuaikan dengan kondisi anak tunagrahita, agar tujuan permainan dapat lebih efisien dalam meningkatkan ketepatan melempar atlet (Isyani dan Balkis, 2017:259).

Peneliti menggunakan permainan *fun target ball* untuk mengatasi permasalahan di atas. Permainan *fun target ball* merupakan permainan yang diadopsi dari permainan *bocce* yang telah dikembangkan oleh Mayasari dalam penelitiannya. *Fun target ball* merupakan permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola dilempar dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan. *Fun target ball* adalah aktifitas permainan yang membutuhkan unsur kecermatan, konsentrasi, dan akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai atau skor (Mayasari, 2015:40). Dalam penelitian ini, permainan *fun target ball* digunakan oleh peneliti sebagai perlakuan latihan bagi atlet *bocce* tunagrahita, bertujuan untuk membuktikan apakah permainan *fun target ball* dapat

meningkatkan ketepatan melempar pada atlet *bocce* di SMPLB Negeri Pembina Medan.

Berdasarkan observasi dilapangan anak tunagrahita memiliki karakteristik yang mudah bosan dalam suatu aktivitas yang dilakukan secara berulang-ulang. Berdasarkan karakteristik anak tunagrahita ini menjadi alasan peneliti memberikan variasi-variasi dalam permainan *fun target ball* yang bertujuan agar melalui permainan ini mampu meningkatkan semangat dan daya tarik atlet dalam mengikuti latihan (Isyani dan Balkis, 2017:259). Peneliti memberikan variasi permainan *fun target ball* menjadi 5 bentuk, yaitu: (1) *fun target ball* menggunakan papan pengarah, (2) *fun target ball* menggunakan gawang sasaran, (3) *fun target ball* sistem dua arah, (4) *fun target ball* membongkar bola lawan, (5) *fun target ball* menggunakan lingkaran sasaran. Semua variasi permainan *fun target ball* ini mengandung unsur ketepatan dalam melempar yang disesuaikan dengan bentuk permainan *bocce* aslinya dan bersifat menyenangkan. Variasi permainan ini diberikan oleh peneliti dengan harapan agar atlet tunagrahita tidak mudah bosan dan jenuh sehingga hasil latihan lebih maksimal bagi atlet dalam meningkatkan ketepatan melempar.

Berdasarkan masalah yang telah dijelaskan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Permainan *Fun Target Ball* Terhadap Ketepatan Melempar Pada Atlet *Bocce* Tunagrahita di SMPLB Negeri Pembina Medan” yang diharapkan akan mengatasi masalah yang telah dibahas di atas.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Ketepatan melempar atlet *bocce* tunagrahita di SMPLB Negeri Pembina Medan masih rendah.
2. Anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam keterampilan gerak yang diakibatkan dari kemampuan intelegensinya yang berada di bawah rata-rata anak normal.
3. Anak tunagrahita cepat merasa bosan atau jenuh dalam aktivitas latihan.
4. Bentuk latihan yang diberikan oleh pelatih belum efektif untuk meningkatkan ketepatan melempar atlet.
5. Dalam latihan *bocce* di SMPLB Negeri Pembina Medan belum pernah dilakukan dengan permainan *fun target ball*.

## 1.3. Pembatasan Masalah

Untuk memudahkan peneliti dalam melaksanakan penelitian, maka perlu dibatasi masalah yang akan diteliti. Adapun batasan masalah penelitian ini hanya pada “pengaruh permainan *fun target ball* terhadap ketepatan melempar pada atlet *bocce* tunagrahita di SMPLB Negeri Pembina Medan”.

## 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti



adalah “bagaimana pengaruh permainan *fun target ball* terhadap ketepatan melempar pada atlet *bocce* tunagrahita di SMPLB Negeri Pembina Medan?”.

### **1.5. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “pengaruh permainan *fun target ball* terhadap ketepatan melempar pada atlet *bocce* tunagrahita di SMPLB Negeri Pembina Medan“.

### **1.6. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap bisa memberikan segala sesuatu yang berguna dan bermanfaat antara lain:

1. Bagi Pelatih adalah memberikan masukan bentuk-bentuk variasi latihan permainan yang mudah dan menyenangkan untuk meningkatkan ketepatan melempar dalam permainan *bocce*.
2. Bagi Atlet
  - a. Meningkatkan ketepatan melempar pada atlet.
  - b. Sebagai inovasi dalam bentuk latihan permainan agar tidak timbul kebosanan atau kejenuhan pada saat latihan.
3. Bagi Jurusan Ilmu Keolahragaan adalah sebagai sumber referensi mengenai variasi latihan untuk ketepatan melempar dalam permainan *bocce*.
4. Bagi Penelitian selanjutnya adalah sebagai masukan dalam menambah pengetahuan tentang olahraga permainan *bocce* untuk anak tunagrahita.