

BAB II

LANDASAN TEORITIS

2.1 Kajian Teoritis

2.1.1 Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan dalam kualitas individu, mencakup aspek fisik, mental, dan emosional. Dalam pendidikan jasmani, anak dipandang sebagai suatu kesatuan utuh, bukan hanya sebagai identitas yang terpisah antara kualitas fisik dan mental. Secara khusus, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerakan manusia dan bidang pendidikan lainnya, serta perkembangan fisik yang berhubungan dengan pikiran dan jiwa. Pembelajaran jasmani di sekolah melibatkan siswa untuk aktif bergerak dan bertujuan mengembangkan aspek kebugaran fisik, keterampilan gerak, berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan nasional.

Menurut Hamid dkk. (2020) menyebutkan bahwa “Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah merupakan tujuan pengajar untuk membuat peserta didik bugar, dan dapat membantu peserta didik menciptakan gerakan baru yang didapatkan di pembelajaran penjas”. Pendidikan olahraga dan kesehatan juga pada hakikatnya adalah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Menurut Husdarta dalam Amin (2017), menyebutkan

bahwa “Pendidikan jasmani dan kesehatan bukan semata-mata berurusan tentang pembentukan badan, tetapi dengan manusia seutuhnya”. Sejalan dengan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Rosdiani dalam Irwandi, (2019) menyebutkan bahwa “Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem Pendidikan Nasional”.

Menurut Patusuri (2012:1) Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan olahraga untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental dan emosional. Sedangkan menurut Harsustik (Susworo, 2008: 12) pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan meningkatkan individu secara organik, intelektual dan emosional melalui aktivitas jasmani. Menurut Mashuri dan Pratama (2019) mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga terbagi menjadi pendidikan jasmani dan pendidikan olahraga untuk menciptakan gaya hidup yang sehat dan bugar. Nadisah (1992: 15) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah bagian dari pendidikan (secara umum) yang berlangsung melalui aktivitas yang melibatkan mekanisme gerak tubuh manusia dan menghasilkan pola-pola perilaku individu yang bersangkutan. Pendidikan menurut Usman (2005: 31) merupakan proses pembelajaran yang dilakukan secara terstruktur dan dalam

jangka waktu tertentu. Pendidikan adalah salah satu hal yang sangat penting untuk membekali siswa menghadapi masa depan.

Direktorat pendidikan luar biasa (2003: 18) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani (penjas) adalah proses pendidikan menyeluruh yang menggunakan aktivitas fisik, dalam bentuk permainan, dan olahraga yang terpilih lainnya sebagai media dan alatnya. Penjas tidak hanya menekankan pada penguasaan aspek keterampilan motorik atau keterampilan berolahraga saja, melainkan lebih dari itu pendidikan jasmani yang dilaksanakan secara teratur dalam suasana pendidikan, dapat, mengembangkan seluruh kepribadian anak yang meliputi aspek mental, emosional, intelektual, moral, dan estetika.

Menurut Sumbodo (2016) dalam Irwanto (2020) menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, sikap sportif, kecerdasan emosional, pengetahuan serta perilaku hidup sehat dan aktif. Pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap, sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara saksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Nassir Rosyidi (1983: 10-11) menyatakan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia yang berupa sikap tindakan dan karya untuk diberi bentuk, isi,

arah menuju kebulatan kepribadiannya sesuai dengan cita-cita kemanusiaan. Selanjutnya Nasir Rosyidi mengatakan bukan hanya pendidikan jasmani saja yang dipentingkan, tetapi pendidikan yang mengarah pada sportivitas perlu dijaga dan ditanamkan pada anak. Berikut adalah penjelasan mengenai jasmani:

1. **Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan:** Ini adalah pendidikan yang berfokus pada aspek jasmani, dengan manusia sebagai tujuan utama.
2. **Pendidikan olahraga:** Ini berkaitan dengan praktik olahraga melalui berbagai cabang olahraga.
3. **Gerak badan:** Ini merujuk pada aktivitas menggerakkan anggota tubuh, baik secara sengaja maupun tidak, biasanya untuk menyegarkan atau menyehatkan tubuh.

Pembelajaran adalah kombinasi yang terdiri dari berbagai unsur, termasuk manusia (siswa dan guru), materi (seperti buku, papan tulis, kapur, dan alat belajar), serta fasilitas (ruang kelas dan media audio visual). Proses ini saling mempengaruhi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Pembelajaran formal dilakukan di sekolah-sekolah dan melibatkan beberapa elemen, di antaranya guru dan siswa. Dua unsur yang menjadi syarat wajib dari proses pembelajaran. Menurut Nurhadi Santoso (2009) dalam Setyawan (2014), pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, kecerdasan, dan pembentukan watak, serta nilai dan positif bagi setiap warga negara dalam mencapai tujuan pendidikan.

Mengajar merupakan proses yang sangat kompleks. Peran guru tidak hanya sebatas menyampaikan informasi kepada siswa, tetapi juga sebagai fasilitator dan motivator yang mendorong siswa untuk mau belajar. Inilah tantangan bagi seorang

guru, karena mereka harus menghadapi individu-individu dengan karakteristik yang sangat berbeda. Oleh karena itu, selain menguasai materi pembelajaran, guru juga dituntut untuk memiliki kesabaran dan kecintaan dalam memahami serta mengelola proses pembelajaran.

Guru pendidikan jasmani sebaiknya dapat mewujudkan tujuannya dengan mengajarkan dan meningkatkan aktivitas jasmani sesuai dengan pendidikan dan tujuannya. Hal ini juga berlaku untuk mengajar anak berkebutuhan khusus, di mana guru pendidikan jasmani perlu menyiapkan berbagai modifikasi agar siswa tertarik untuk belajar dan terhindar dari kebosanan serta potensi bahaya selama pembelajaran.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa pendidikan jasmani berfungsi sebagai media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, serta penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial) pada anak. Dalam proses pembelajaran, guru diharapkan untuk mengajarkan keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olahraga, serta menginternalisasikan nilai-nilai seperti sportivitas, kejujuran, kerja sama, dan kekompakan, sekaligus membiasakan pola hidup sehat. Pelaksanaan pendidikan jasmani melibatkan aspek fisik, mental, intelektual, emosional, dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus menyentuh aspek fisik agar tujuan pengajaran dapat tercapai.

2.1.2 Tujuan Pendidikan Jasmani

Selain pengertian tentang pendidikan jasmani yang dikemukakan oleh para ahli, yang memiliki banyak fungsi untuk mendukung perkembangan afektif dan

kognitif anak, pendidikan jasmani juga memiliki tujuan dalam proses pembelajarannya. Berikut adalah beberapa tujuan pendidikan jasmani menurut berbagai ahli.

Menurut Suryobroto (2004: 8) tujuan pendidikan jasmani adalah untuk pembentukan anak, yaitu pembentukan sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam penyesuaian atau penyempurnaan kurikulum 1994 suplemen GBPP (Garis-garis Besar Program Pengajaran) mata pelajaran penjas orkes (dalam Sukadiyanto 2003: 99) bahwa tujuan pendidikan jasmani dan olahraga adalah membantu siswa agar memperoleh derajat kebugaran jasmani, kemampuan gerak dasar, dan kesehatan yang memadai sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya melalui penanaman, pengertian, pengembangan sikap positif dalam berbagai kegiatan aktivitas jasmani.

Tujuan pendidikan jasmani menurut Borow yang dikutip oleh Arma Abdullah dan Agus Manaji (1994: 17), tujuan pendidikan jasmani adalah perkembangan optimal dari individu dan tubuh yang berkemampuan menyesuaikan diri secara jasmaniah, sosial, dan mental melalui pembelajaran yang dipimpin dan partisipasi dalam kegiatan olahraga yang dipilih.

Menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 yaitu sebagai berikut :

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.

3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar pada anak.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Tujuan pendidikan jasmani menurut Depdiknas (2003: 6) yaitu :

1. Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Mengembangkan sikap sportif, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
3. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
4. Mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan aktivitas olahraga.

Berdasarkan tujuan pendidikan jasmani yang telah disebutkan, pembelajaran pendidikan jasmani ditujukan untuk mendukung pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, serta membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Pendidikan jasmani yang diberikan di sekolah harus sesuai

dengan kurikulum pendidikan jasmani yang berlaku. Materi yang diajarkan di setiap jenjang perlu dipilih dengan cermat, sesuai dengan tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak. Pencapaian tujuan pendidikan jasmani sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, serta lingkungan sosial. Faktor-faktor ini saling terkait dan perlu diperhatikan dengan saksama.

Guru pendidikan jasmani memiliki hak dan tanggung jawab untuk merencanakan serta melaksanakan program pendidikan jasmani yang mencakup berbagai jenis gerakan atau aktivitas jasmani, dengan tujuan untuk mencapai perkembangan tertentu, seperti meningkatkan kebugaran jasmani. Dalam program pembelajaran tersebut, peserta didik diharapkan untuk berpartisipasi secara aktif. Setiap pendidikan jasmani pasti memiliki tujuan, dan tidak ada pendidikan yang komprehensif tanpa pendidikan jasmani, karena gerakan merupakan dasar untuk memahami dunia dan diri sendiri.

Secara fundamental, pendidikan jasmani bagi siswa tunagrahita dikenal sebagai pendidikan jasmani adaptif. Pendidikan jasmani adaptif mirip dengan pendidikan jasmani biasa, namun merupakan bagian dari keseluruhan proses pendidikan atau sistem penyampaian layanan yang dirancang secara menyeluruh untuk mengidentifikasi, menemukan, dan menyelesaikan masalah dalam ranah psikomotor. Hampir semua jenis ketunaan pada anak luar biasa mengalami kendala dalam aspek psikomotor.

2.1.3 Hakikat Pendidikan Jasmani Adaptif

Berdasarkan penelitian dari Gita Febrina (2015:79) diketahui bahwa pendidikan jasmani adaptif adalah sebuah aktivitas jasmani baik berupa keterampilan gerak, permainan olahraga baik secara individu maupun kelompok, aktivitas air, permainan tarian, dan juga kebugaran yang disusun untuk anak berkebutuhan khusus. Sedangkan dari Sri Widati dan Murtadlo, (2007:190), pendidikan jasmani adaptif merupakan bagian pendidikan secara umum sebagai salah satu bentuk dari pendidikan secara keseluruhan yang memiliki tujuan untuk mengasah potensi dari seorang siswa dalam mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas gerak fisik. Dan dari Taufan, dkk (2018:02) pendidikan jasmani adaptif adalah sebuah proses didik melalui aktivitas jasmani yang disesuaikan dengan keadaan peserta didik, demi terciptanya laju pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik maupun psikis anak seutuhnya.

Pendidikan jasmani adaptif adalah salah satu program layanan yang komprehensif, dirancang untuk mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah dalam aspek psikomotor. Menurut French dan Jansma (1982:8), pendidikan jasmani adaptif merupakan bentuk pembelajaran gerak yang dikembangkan untuk menyediakan program bagi individu dengan kebutuhan khusus. Sementara itu, Syarifuddin dan Muhadi (1991/1992:5) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adaptif adalah proses pendidikan yang disesuaikan dengan kemampuan peserta didik, baik secara individu maupun kelompok, yang dilakukan dengan sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk meningkatkan keterampilan, pertumbuhan, kecerdasan, dan kematangan berpikir.

Pendidikan jasmani adaptif adalah sebuah program yang bersifat individual yang meliputi fisik/jasmani, kebugaran gerak, pola dan keterampilan gerak dasar, keterampilan dalam aktivitas air, menari permainan olahraga baik individu maupun beregu yang didesain bagi penyandang cacat (Hakim, 2017:19).

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adaptif adalah pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas gerak yang telah disesuaikan atau dimodifikasi, sehingga individu dengan kebutuhan khusus (yang kurang mampu) dapat memiliki kesempatan untuk beraktivitas atau berpartisipasi seperti peserta didik lainnya. Pendidikan jasmani adaptif adalah pembelajaran yang telah dimodifikasi dan dirancang sedemikian rupa agar dapat di pelajari dan dilaksanakan, serta memenuhi kebutuhan pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Dengan demikian, pembelajaran adaptif bagi ABK pada dasarnya merupakan Pendidikan Luar Biasa (PLB). PLB sendiri adalah pendidikan yang disesuaikan dan diadaptasi sesuai dengan karakteristik masing-masing kelainan anak, sehingga dapat memenuhi kebutuhan pendidikan ABK.

Pendidikan jasmani adaptif adalah bagian khusus dari pendidikan jasmani yang dirancang untuk menyediakan program bagi individu dengan kebutuhan khusus. Pengembangan program pendidikan jasmani ini meliputi:

1. **Pendidikan jasmani yang disesuaikan (adapted physical education):**

Aktivitas yang dimodifikasi untuk memungkinkan individu dengan kelainan berpartisipasi dengan aman, berhasil, dan merasa puas.

2. **Pendidikan jasmani kognitif (Pendidikan jasmani remedial):** Aktivitas jasmani yang diubah untuk memperbaiki kelainan fungsi postur dan mekanika tubuh.
3. **Pendidikan jasmani perkembangan:** Aktivitas jasmani yang berfokus pada program kesegaran jasmani yang progresif, serta latihan untuk otot-otot besar, guna meningkatkan kemampuan jasmani individu hingga mencapai atau mendekati tingkat kemampuan teman sebaya.

Pendidikan jasmani khusus secara ringkas adalah bagian dari pendidikan jasmani yang dirancang untuk menyediakan program bagi individu dengan kebutuhan khusus. Pendidikan jasmani khusus merupakan bagian integral dari pendidikan jasmani itu sendiri, di mana sistem pendidikan jasmani adaptif diterapkan dalam pembelajaran secara komprehensif. Sistem ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah dalam ranah psikomotorik anak.

Pelayanan pendidikan jasmani khusus dapat disampaikan oleh seorang spesialis dalam bidang pendidikan jasmani khusus atau oleh guru yang telah menerima pelatihan khusus untuk melayani anak berkebutuhan khusus. Rancangan program pendidikan jasmani untuk siswa yang memiliki kecacatan disusun secara sistematis dan tepat, minimal dalam bentuk program tahunan. Rencana program tersebut dirancang berdasarkan tingkat kemampuan atau prestasi yang dimiliki setiap anak saat program dibuat, sehingga dapat diprediksi pencapaian mereka di akhir satu semester atau tahun ajaran.

2.1.4 Tujuan Pendidikan Jasmani Adaptif

Sejarah pendidikan jasmani adaptif dapat dibagi menjadi tiga periode berdasarkan kemajuan dalam bidang medis, pendidikan, dan perubahan sikap masyarakat terhadap individu dengan kelainan. Periode pertama mencakup masa primitif prasejarah hingga tahun 500 SM, di mana terdapat sedikit usaha untuk mengembangkan atau merehabilitasi gerakan dan keterampilan jasmani bagi mereka yang berkebutuhan khusus. Periode kedua dikenal sebagai periode Yunani dan Romawi, ditandai dengan perubahan sikap masyarakat terhadap pentingnya latihan jasmani. Periode ketiga menunjukkan munculnya perhatian baru dan berkelanjutan terhadap nilai pengobatan dari latihan jasmani.

Sejarah pendidikan jasmani adaptif di Indonesia, seperti yang telah dijelaskan dalam bagian pendahuluan, belum ditemukan dalam literatur mengenai pendidikan di Indonesia yang membahas masalah pendidikan adaptif beserta sejarahnya. Dalam pelajaran pendidikan jasmani, ada peserta didik yang memiliki salah satu kaki lebih pendek dan kecil dibandingkan yang lainnya, sehingga ia menggunakan tongkat penyangga untuk berjalan.

Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai suatu sistem pelayanan yang komprehensif, dirancang untuk mengidentifikasi dan mengatasi masalah dalam ranah psikomotor. Pelayanan ini mencakup penilaian, program pendidikan individual (PPI), pengajaran yang bersifat pengembangan atau rekomendasi, serta konseling dan koordinasi dengan sumber atau layanan terkait untuk memberikan pengalaman pendidikan jasmani adaptif yang optimal kepada semua anak berkebutuhan khusus.

Tujuan pendidikan jasmani adaptif adalah untuk membantu siswa mencapai kebutuhan mereka secara optimal, baik dari segi jasmani, mental, emosional, maupun sosial, dengan program pembelajaran yang dirancang khusus. Tujuan utama dari pendidikan jasmani adaptif adalah untuk mendukung siswa dengan kelainan agar dapat mencapai perkembangan jasmani dan pertumbuhan yang sesuai dengan potensi mereka melalui aktivitas pendidikan jasmani biasa dan khusus yang disusun dengan baik.

Tujuan pendidikan jasmani adaptif menurut *Direktorat Pendidikan luar biasa (2003:19)* menjelaskan :

1. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar anak yang akan mendorong partisipasinya dalam kegiatan aktivitas jasmaninya.
2. Memperoleh dan mempertahankan kebugaran jasmani yang optimal untuk memenuhi tugas sehari-hari secara efisien dengan terkendali.
3. Mengembangkan keterampilan dan pengetahuan anak yang berkaitan dengan kegiatan olahraga, perkembangan estetika dan perkembangan sosialnya.
4. Berpartisipasi dalam kegiatan jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial untuk siswa agar berfungsi efektif dalam hubungan antar sesama orang.
5. Mengembangkan nilai-nilai kepribadian melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani yang baik secara berkelompok maupun perorangan.

6. Meningkatkan kemampuan anak untuk mampu menolong dirinya sendiri (*self care*), sekaligus sebagai upaya korektif terhadap berbagai kelemahan dan kelainan pada anak.
7. Meningkatkan kesenangan melalui aktivitas jasmani yang termasuk permainan olahraga.

Pendidikan jasmani adaptif juga ditujukan untuk peserta didik yang memiliki kebutuhan khusus atau mengalami kelainan baik secara psikis maupun fisik. Dengan adanya pendidikan jasmani adaptif, diharapkan peserta didik yang memiliki kekurangan atau keterbatasan dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial dengan baik. Selain itu, pendidikan jasmani adaptif juga dapat membantu anak berkebutuhan khusus dalam membangun identitas diri, sehingga mereka dapat berkembang secara optimal dan memberikan kontribusi yang berarti kepada masyarakat di sekitarnya.

Pendidikan jasmani adaptif juga bertujuan untuk membantu peserta didik mencapai keselarasan dalam pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial. Ini dilakukan dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai-nilai, sikap hidup sehat, serta melakukan terapi dan rehabilitasi melalui pendidikan gerak.

Syarifuddin (1993:5) juga menjelaskan tujuan dari pendidikan jasmani adaptif untuk anak berkebutuhan khusus yaitu sebagai berikut:

1. Membantu perkembangan dan aktivitas peredaran darah, pencernaan, pernafasan, dan persyarafan.

2. Membantu pertumbuhan jasmani seperti pertumbuhan tinggi badan dan berat badan.
3. Memberikan keterampilan dalam kegiatan jasmani dan sikap positif terhadap kegiatan jasmani
4. Meningkatkan kualitas kesegaran jasmani
5. Memberikan pemahaman terhadap pendidikan jasmani
6. Menanamkan kegemaran dalam melakukan aktivitas jasmani
7. Menanamkan nilai-nilai kedisiplinan, kerjasama, sportivitas dan rasa tanggung jawab yang tinggi.

Dengan demikian, menurut peneliti, tujuan pendidikan jasmani adaptif adalah untuk membantu dan memperbaiki kekurangan dalam penyesuaian perilaku anak berkebutuhan khusus terhadap lingkungan sekitar mereka, yang didasarkan pada suatu proses kegiatan jasmani.

2.1.5 Hakikat Permainan Bola Bocce

Menurut Page dalam Sonia (2009:4) permainan bola *bocce* adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan dengan cara main melempar atau menggulingkan bola *bocce* sedekat mungkin dengan bola pallina (bola putih) yang diletakan pada titik yang ditentukan. Permainan *bocce* telah dilakukan selama lebih dari 7000 tahun yang lalu, permainan *bocce* menjadi populer secara umum sebagai satu olahraga internasional untuk kompetisi dan rekreasi. Keuntungan dari *bocce* untuk special *Olympics* adalah dasar permainannya dapat dilakukan oleh siapa saja. Olahraga *bocce* diartikan sebagai permainan yang dipraktikkan secara individu, berpasangan dan kelompok diatas permukaan yang keras. Tujuan dari permainan

ini adalah untuk mendapatkan bola besar. Setelah seseorang melempar bola, guru pembimbing menentukan skor dengan mengukur kedekatan bola menuju sasaran (Nurbani, 2019).

Berdasarkan penelitian dari Sumardi (Rizky Arista Wibowo, Abdul Rachman Syam Tuasikal: 2019), permainan bola *bocce* adalah permainan dengan cara menggulingkan bola *bocce* (*bocce* adalah bola yang dimainkan). *Bocce* tidak memerlukan kekuatan, stamina, kecepatan, atau ketangkasan. Olahraga ini dapat dimainkan oleh siapa saja, tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau kemampuan. *Bocce* juga merupakan olahraga kompetitif, di mana siapa pun yang dapat menggulingkan bola dapat berpartisipasi. Permainan ini mirip dengan boules dari Prancis atau petanque, serta *English lawn bowls*. *Bocce*, boules, petanque, dan *lawn bowls* tergolong dalam satu "keluarga" dan merupakan salah satu dari tiga olahraga dengan jumlah peserta terbanyak di dunia. Tujuan dari *bocce* adalah untuk menggulingkan bola *bocce* sedekat mungkin ke pallina, dengan maksud mengumpulkan skor sebanyak mungkin untuk mencapai total skor permainan. Permainan dapat ditentukan dengan mencapai skor yang telah ditetapkan, bermain dalam satu set angka sampai selesai, atau dengan bermain dalam batas waktu.

Secara singkat, dapat disimpulkan bahwa *bocce* adalah permainan yang melibatkan melemparkan bola agar menyentuh atau mendekati pallina. Permainan ini dapat dimainkan oleh siapa saja, karena *bocce* merupakan salah satu olahraga internasional yang dapat digunakan untuk kompetisi maupun rekreasi.

1. Ukuran Lapangan *Bocce*

- a. Lapangan memiliki ukuran: Lebar 12 kaki (3,66 m) dan panjang 60 kaki (18,29 m).
 - b. Permukaan lapangan dapat terbuat dari rumput, batu kerikil, tanah liat, atau bahan buatan.
 - c. Dinding ujung memiliki tinggi 3 kaki (1 m), sedangkan dinding samping harus memiliki tinggi minimal sama dengan bola *bocce*.
 - d. Tanda atau markas terletak 10 kaki (3,05 m) dari kedua ujung dan di tengah lapangan (30 kaki = 9,145 m).
2. Menurut Amin (2018), jumlah pemain Bola *Bocce*:
- a. 1 pemain (Tunggal)
 - b. 2 pemain (Ganda)
 - c. 4 pemain (Team)
3. Ukuran Bola
- a. *Bocce* dimainkan dengan satu set berisi 9 bola, yang terdiri dari 8 bola besar dan 1 bola kecil (*pallina*).
 - b. Kesemua 8 bola dapat terbuat dari kayu atau logam, namun harus memiliki ukuran yang seragam.
 - c. Bola yang digunakan dalam kompetisi harus memiliki diameter antara 4,20 hingga 4,33 inci.
 - d. Berat bola berkisar antara 920 hingga 1200 gram.
 - e. Bola untuk setiap tim harus bersih dan memiliki warna yang berbeda dari tim lawan.

- f. Bola sasaran (pallina) harus memiliki diameter antara 48 mm dan 63 mm, dengan warna yang sangat berbeda dari 8 bola lainnya.

4. Aturan Permainan David Page (2002: 9)

1) Peraturan Permainan *Bocce*

- a. Untuk memulai, koin dilempar oleh wasit untuk menentukan tim mana yang akan mendapatkan pallina dan memilih warna bola, atau kedua kapten dari masing-masing tim dapat melakukan lemparan koin.
- b. Rangkaian permainan
 - Pallina dilempar oleh salah satu anggota tim yang menang undian koin.
 - Tim yang melempar pallina diberikan 3 kesempatan untuk menggiring pallina ke area antara 30 kaki dan 50 kaki dari garis awal. Jika mereka gagal,
 - Tim lawan akan mendapatkan satu kesempatan untuk melempar. Jika mereka juga gagal,
 - Wasit akan meletakkan pallina di tengah lapangan pada garis 50 kaki (15,24 m).
 - Pemain dari tim A yang menggiring pallina akan mendapat kesempatan untuk menggulirkan bola pertama hingga keempat.
 - Pemain dari tim B akan melempar bola pertama hingga keempat.
 - Setelah keempat bola dari setiap tim dilemparkan, ronde permainan dianggap selesai dan penilaian akan dilakukan.

c. Penilaian

Pada akhir setiap ronde permainan, wasit akan menentukan jumlah bola dari salah satu tim yang paling dekat dengan pallina. Keputusan ini dapat diambil dengan cara melihat atau mengukurnya. Tim yang menang dalam ronde tersebut akan mendapatkan 1 poin dan berhak melempar pallina di ronde berikutnya. Jika permainan berakhir imbang, tidak perlu menghitung skor, dan ronde baru akan dimulai dengan lemparan pallina dari tim yang menyebabkan hasil seri tersebut.

4. Cara Melempar dan Tipe Lemparan Bola

David page (2002: 8) mengemukakan pemain dapat melemparkan bola dengan cara digulingkan, dilemparkan, dilambungkan atau dibelokkan, dan dapat juga dengan sengaja memukul atau menyenggol bola milik lawan menjauhi pallina atau keluar dari lapangan. Semua pemain harus melakukan dengan gaya tangan ke bawah. Pelempar dilakukan dari belakang garis 10 kaki (3,05). Saat melempar, bola *bocce* harus berada dibawah pinggang. Pada dasarnya, dalam permainan bola *bocce* ada tiga tipe melempar bola antara lain.

a) Tipe Punto

Tipe ini disebut sebagai “pointing shot”. Lemparan yang lembut yang dapat membuat bola anda mendekati wilayah target yang diinginkan. Dapat digunakan sebagai lemparan panahan bagi pihak lawan agar tidak dapat mendekati atau sebagai lemparan yang langsung menuju target atau

sasaran (pallina). Dimainkan dibelakang garis pointing. Dalam gaya punto terdapat dua tipe pelepasan bola, yang pertama telapak tangan ke atas dan kedua telapak tangan ke bawah dengan teknik sebagai berikut :

1) Telapak tangan ke atas (*punto palm up*)

Pada saat memegang bola telapak tangan menghadap ke arah atas, lalu ayunkan tangan dan lepaskan bola hingga melayang di udara, bola akan jatuh langsung ke permukaan dan meluncur ke arah yang diinginkan.



Gambar 2. 1 Telapak Tangan Ke Atas (*punto palm up*)
Sumber: Pribadi

2) Telapak tangan ke bawah (*punto palm down*)

Pada saat memegang bola telapak tangan menghadap ke arah bawah, lalu ayunkan tangan dan lakukan gerakan memutar (*backspin*), hal ini dilakukan di lapangan yang memiliki permukaan yang keras (*artificial turf*).



Gambar 2. 2 Telapak Tangan Ke Bawah (*punto palm down*)
Sumber: Pribadi

b) Tipe Raffa (*hitting shot*)

Jenis lemparan ini sering dimainkan sebagai lemparan cepat di permukaan yang keras untuk menembakkan atau menjatuhkan bola lawan jika terhalang. Raffa yang tepat harus dilempar sekuat mungkin agar mengenai papan pantul. Untuk bermain memungkinkan untuk mengubah posisi pallina, memindahkan bola lawan keluar batas atau memindahkan bola milik sendiri sedekat mungkin untuk mencetak nilai. Drop bisa dilakukan dengan telapak tangan menghadap keatas atau ke bawah.

c) Tipe *Volo*

Lemparan ini biasanya dimainkan dengan bola dilempar ke udara dengan tujuan membawa bola ke tanah mendekati bola sasaran. Tipe ini lebih sulit dibandingkan dengan 2 lemparan yang lainnya, karena

sangat membutuhkan ketelitian yang tinggi. Namun, lemparan ini paling efektif dalam mendekatkan bola ke palilina.

Dalam menentukan pemenang wasit dapat menggunakan cara sebagai berikut :

- Jika dalam 1 tim ada 4 pemain maka setiap pemain memiliki 1 bola dengan perolehan poin keseluruhan adalah 16 poin.
- 1 tim ada 2 pemain maka setiap pemain memiliki 2 bola dengan perolehan poin keseluruhan adalah 12 poin,
- 1 tim hanya ada 1 pemain maka keempat bola dimiliki oleh pemain tersebut dengan perolehan poin keseluruhan adalah 12 poin.
- Tetapi dalam Latihan atau turnamen tertentu pemenang dapat ditentukan melalui poin, jumlah akhir, atau batas waktu yang telah ditentukan.

Permainan modifikasi adalah permainan yang beberapa aturannya telah disesuaikan untuk memenuhi kebutuhan dan kemampuan pemain, pengalaman khusus para pemain, serta fasilitas dan perlengkapan yang tersedia. Dalam penelitian ini, permainan modifikasi yang dimaksud adalah permainan yang sudah baik tetapi diubah agar sesuai dengan anak tunagrahita, baik dari segi bentuk permainan, peralatan, jumlah pemain, peraturan, maupun luas lapangan. Modifikasi permainan yang dilakukan dalam penelitian ini mencakup permainan bola *bocce*, seperti melempar bola berwarna ke dalam keranjang dan melempar bola kasti untuk mengenai sasaran cone dengan posisi lemparan yang menyusur tanah.

2.1.6 Hakikat Modifikasi Permainan Melempar Bola Bocce

Berdasarkan pembelajaran bola *bocce* dari Sumardi (2009), bola *bocce* sering dipakai sebagai metode untuk mengembangkan keterampilan motorik dan sosial, terutama bagi siswa berkebutuhan khusus atau tunagrahita. Permainan ini melatih keterampilan motorik kasar, seperti koordinasi antara tangan dan kaki, melalui aktivitas melempar bola dengan tujuan mendekati target (*pallina*) di lapangan.

Secara umum, modifikasi dapat dipahami sebagai tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku. Dengan demikian, modifikasi dalam melempar bola *bocce* berarti mengubah cara belajar yang biasanya menggunakan bola *bocce* asli menjadi menggunakan bola kasti dan bola berwarna untuk meningkatkan ketepatan lemparan. Modifikasi permainan *bocce* melibatkan beberapa aspek, seperti

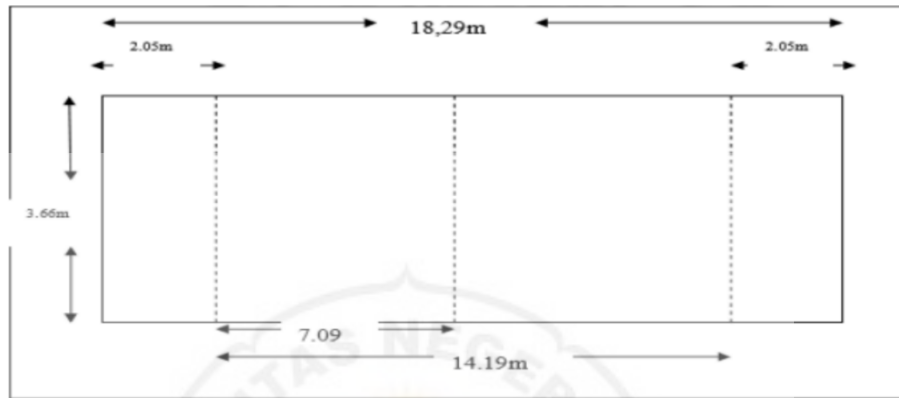
- **Ukuran dan berat bola**

Bola yang lebih kecil atau ringan agar lebih mudah dipegang. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 10 bola kasti dan 10 bola berwarna untuk menarik minat siswa di SLB dalam melakukan gerakan melempar bola.

- **Lapangan**

Ukuran lapangan dapat disesuaikan agar sesuai dengan keterbatasan ruang. Untuk lapangan resmi bola *bocce*, standar ukurannya adalah panjang 26,5 meter (87 kaki) dan lebar 4 meter (13 kaki). Sementara itu, ukuran lapangan

yang digunakan di sekolah atau halaman rumah adalah panjang 18 meter (59 kaki) dan lebar 3,5 meter (11,4 kaki).



Gambar 2. 3 Lapangan Bola Bocce

- **Zona atau batas permainan terbagi 3 yaitu**

Area awal (peluang melempar) terletak sekitar 1,5 meter dari kedua ujung lapangan. Titik tengah menjadi jarak awal untuk pallino, dan area pallino harus dilempar melewati titik tengah serta tidak boleh lebih dekat dari 1,5 meter ke papan belakang.

- **Jarak lemparan:**

Dalam permainan *bocce*, tidak ada aturan yang ketat mengenai seberapa jauh bola harus dilempar setiap kali. Fokus permainan ini adalah pada ketepatan, bukan kekuatan, sehingga pemain perlu menyesuaikan tenaga lemparan untuk mendekati pallino dengan presisi. Oleh karena itu, dilakukan modifikasi jarak lemparan menjadi 1 meter dan 3 meter dengan target untuk menjatuhkan cone dan memasukkan bola ke dalam keranjang.

- **Aturan**

Waktu permainan atau teknik tertentu bisa dilonggarkan untuk meningkatkan kenyamanan dan partisipasi pemain.

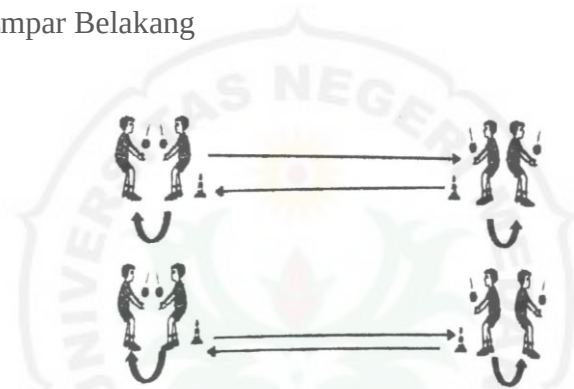
● **Program Latihan Melempar Bola Bocce (Sebelum melakukan tes)**

1. Cara memegang bola *bocce* dengan benar
 - a. Siswa diberikan menjadi 2 barisan saling berhadapan.
 - b. Siswa diberikan masing masing bola *bocce*
 - c. Siswa di instruksikan untuk meletakkan bola *bocce* kebawah dan diambil kembali dengan menggunakan 2 tangan. Lakukan berulang sebanyak 5 kali.
 - d. Setelah melakukan mengambil bola *bocce* dengan menggunakan 2 tangan, selanjutnya mengambil kembali dengan menggunakan 1 tangan kanan. Lakukan sebanyak 5 kali.
2. Cara mengayunkan tangan yang benar pada bola *bocce*
 - a. Siswa dibariskan menjadi 2 barisan
 - b. Pegang bola setinggi dada dengan menggunakan kedua tangan
 - c. Posisi telapak tangan Ketika memegang bola adalah terbuka
 - d. Lemparkan bola secara lurus setinggi dada kearah depan
 - e. Saat mengumpan, posisikan salah satu kaki di depan, Gerakan kaki ini berfungsi menambah kekuatan saat melemparkan bola.
3. Lempar Atas



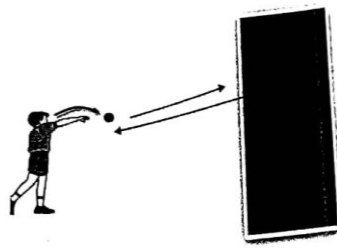
Gambar 2. 4 Melempar Ke atas

- a. Siswa dibariskan menjadi 2 barisan
 - b. Posisi badan berdiri dengan tegak dengan memegang bola *bocce*
 - c. Lalu diberi aba-aba untuk melemparkan bola ke arah atas dan berusaha untuk menangkap kembali bola yang sudah dilemparkan.
 - d. Dilakukan secara 3 kal.
4. Lempar Belakang



Gambar 2. 5 Melempar Kebelakang

- a. Siswa dibariskan menjadi 2 barisan saling berpasangan
 - b. Siswa diminta untuk melempar dengan cara membelakangi pasangannya.
 - c. Lalu pasangan tersebut menangkap bola dengan menghadap datangnya arah bola.
 - d. Ketika penangkap ingin melemparkan bola harus membalikkan badan terlebih dahulu seperti pelempar pertama, begitu seterusnya
 - e. Dilakukan secara 3 kali
5. Lempar Tembok



Gambar 2. 6 Melempar Bola Ke Tembok

- a. Siswa dibagi menjadi 2 barisan
- b. Posisi badan siswa menghadap tembok
- c. Siswa diminta untuk melemparkan bola ke arah tembok, lalu pantulan dari bola tersebut ditangkap kembali. Sesuai dengan aba-aba.
- d. Dilakukan secara 3 kali

2.1.7 Hakikat Anak Tunagrahita

Pengertian anak tunagrahita adalah istilah yang digunakan untuk menyebutkan anak yang mempunyai kemampuan intelektual dibawah rata-rata. Dalam kepustakaan asing digunakan istilah-istilah *mental retardation*, *mentally retarded*, *mental deficiency*, *mental defective*, dan lain-lain. Istilah tersebut memiliki arti yang sama dengan menjelaskan kondisi anak yang kecerdasannya jauh di bawah rata-rata dan di tandai dengan keterbatasan intelegensi dan ketidakcakapan dalam interaksi sosial. Anak tunagrahita dikenal juga dengan istilah keterbelakangan mental karena keterbatasan kecerdasannya mengakibatkan dirinya sukar untuk mengikuti program pendidikan di sekolah biasa secara klasikal, oleh karena itu anak keterbelakangan mental membutuhkan layanan pendidikan secara khusus yakni disesuaikan dengan kemampuan anak tersebut (Porkes Edisi Juni dkk., 2022)

Tunagrahita merupakan kata lain dari retardasi mental (*Mental Retardation*) Tuna yang artinya merugi dan Grahita berarti pikiran. Jadi, retardasi mental adalah keterbelakangan mental. Anak tunagrahita menurut Aip Sjarifuddin (1980:2) adalah anak yang mempunyai keadaan tingkat intelegensinya rendah, seperti *slow learner*, *debil*, *imbecile*, dan *idiot*. Menurut Soerjono (1988:2), anak tunagrahita adalah seseorang yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan orang dewasa dan selalu membutuhkan bantuan dari orang lain. Berdasarkan perkembangan *psikometri* dan *tes intelegensi* sebagai ahli menyatakan bahwa seseorang dapat dikatakan tunagrahita bila ia mempunyai taraf kecerdasan dibawah rata-rata (IQ nya dibawah 70). Tunagrahita merupakan istilah yang digunakan untuk menyebut anak yang mempunyai kemampuan intelektual di bawah rata-rata. Untuk istilah lain tunagrahita adalah sebutan anak dengan hendaya atau penurunan kemampuan atau berkurangnya kemampuan dalam segi kekuatan, nilai, kualitas dan kuantitas.

Menurut Nini Subini (2015:45), retardasi mental (tunagrahita) yaitu suatu kondisi ketika tingkat kecerdasannya anak berada dibawah rata-rata. Sedangkan menurut Desiningrum (2016:16), tunagrahita mempunyai kelainan mental, atau tingkah laku akibat kecerdasan yang terganggu. Tunagrahita dapat berupa cacat ganda, yaitu cacat mental yang dibarengi dengan cacat fisik. Misalnya cacat intelegensi yang mereka alami disertai dengan kelainan penglihatan (cacat mata). Ada juga yang disertai dengan gangguan pendengaran. Tidak semua anak tunagrahita memiliki cacat fisik.

Pengertian tunagrahita adalah anak-anak yang memiliki tingkat kecerdasan jauh di bawah anak-anak dengan tingkat kecerdasan normal sehingga membutuhkan pelayanan pendidikan khusus. Kecerdasan jauh dibawah normal ini diukur dari kecerdasan rata-rata anak sesuai dengan usia biologis mereka. Sedangkan menurut (Bulu Baan dkk. (2023), tunagrahita adalah suatu keadaan perkembangan mental yang berhenti atau tidak lengkap yang ditandai oleh kendala keterampilan selama masa perkembangan sehingga berpengaruh pada semua tingkat intelegensi, antara lain kemampuan kognitif, bahasa, motorik dan sosial.

Berbagai definisi telah dikemukakan oleh para ahli, salah satu definisi yang diterima secara luas dan menjadi rujukan utama ialah definisi yang dirumuskan Grossman (dalam Desiningrum 2016:16) yang secara resmi digunakan AAMD (*American Association on Mental Deficiency*) yaitu sebagai berikut, “*Mental Retardation refers to significantly subaverage general intellectual functioning resulting in or adaptive behavior and manifested during the developmental period*”. Maksud dari penjelasan tersebut adalah ketunagrahitaan mengacu pada fungsi intelektual umum yang secara nyata berada dibawah rata-rata (normal) bersamaan dengan kekurangan dalam tingkah laku penyesuaian diri dan semua ini berlangsung pada masa perkembangannya.

Japan League For Mentally Retarded (1992:22) dalam strategi belajar untuk Anak berkebutuhan Khusus (2012:27), mendefinisikan retardasi mental/tunagrahita ialah fungsi intelektualnya lambat, yaitu IQ 70 kebawah berdasarkan tes intelegensi buku; kekurangan dalam perilaku adaptif; dan terjadi pada masa perkembangan, yaitu antara masa konsepsi hingga usia 18 tahun.

Direktorat Pendidikan Luar Biasa (2003:13) menyatakan tunagrahita adalah seseorang yang mengalami keterbelakangan mental. Anak tunagrahita biasanya dihubungkan dengan tingkat kecerdasan seseorang. Tingkat kecerdasan secara umum biasanya diukur melalui tes intelegensi (*Intelligence Quotient*).

Putranto (2015:209) menjelaskan bahwa tunagrahita adalah seseorang yang mempunyai kekurangan atau keterbatasan dari segi mental intelektualnya (dibawah rata-rata normal) sehingga mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik, menjalin komunikasi serta berhubungan sosial. Perkembangan *Psikometri* di tes intelegensi dari sebagian ahli menyatakan bahwa seseorang dapat dikatakan tunagrahita apabila mempunyai taraf kecerdasan dibawah rata-rata. Tingkah laku anak tunagrahita berbeda dengan anak normal secara umum. Pada anak cacat mental terdapat bermacam-macam sifat khusus yang harus diperhatikan agar tidak timbul interpretasi yang salah terhadap mereka yang normal bila mereka bersikap lain dari masyarakat sekitarnya.

Sifat khusus anak tunagrahita menurut Brown *et al.* (1991); Wolery & Haring (1994) pada *Exceptional Children Fifth Edition*, p. 485-486 (1996) diantaranya sebagai berikut.

1. Lambat dalam mempelajari hal-hal baru;
2. Kesulitan dalam menggeneralisasi dan mempelajari hal-hal baru;
3. Kemampuan berbicara sangat kurang bagi anak tunagrahita berat;
4. Cacat fisik dan perkembangan gerak;
5. Kurang dalam kemampuan menolong diri sendiri;
6. Tingkah laku dan interaksi yang tidak lazim;

7. Tingkah laku yang kurang wajar secara terus menerus.

Tingkah laku anak tunagrahita bila berada di dalam lingkungan masyarakat normal, akan berlainan dengan anak-anak pada umumnya. Pada anak cacat mental terdapat beberapa sifat khusus yang harus diperhatikan agar tidak timbul interpretasi yang salah terhadap mereka yang normal bila mereka bersikap lain dari masyarakat sekitarnya.

Dari tingkah laku anak tunagrahita diketahui bahwa sifat-sifat khusus yang mereka miliki itu diantaranya sebagai berikut.

- a. Tingkat intelegensinya sangat rendah
- b. Mereka tidak dapat mengadakan generalisasi
- c. Mereka tidak dapat menggunakan pengalamannya
- d. Mereka tidak dapat menyesuaikan diri dengan situasi baru
- e. Mereka tidak mempunyai inisiatif tertentu, impulsif atau emosional
- f. Mereka mudah mendapat sugestif, tapi tidak dapat meramalkan hasilnya lebih dahulu
- g. Mereka tidak mempunyai kecakapan untuk mengkritik. Insting yang timbul hanya sebentar, mudah hilang dengan demikian mereka harus selalu diawasi

(Aip Syarifudin, 1979:32-33)

2.1.8 Klasifikasi Anak Tunagrahita

Potensi dan kemampuan anak berbeda-beda baik itu normal maupun tidak normal, demikian juga anak tunagrahita. Maka untuk kepentingan pendidikannya, pengelompokan tunagrahita sangat diperlukan. Menurut *American on Mental*

Retardation dalam (Rosmiati dkk., 2013) pengklasifikasian anak tunagrahita untuk keperluan pembelajaran terbagi atas 3 yaitu *educable, trainable, custodial*.

Pengelompokkan tunagrahita berdasarkan berat ringannya ketunaan, atas dasar itu anak tunagrahita dapat dikelompokkan menjadi Tunagrahita Ringan, Sedang dan Berat (Putranto, 2015:210) seperti berikut ini.

1. Tunagrahita Ringan (debil)

Anak-anak dengan tunagrahita ringan umumnya tidak memiliki perbedaan fisik yang mencolok dibandingkan dengan anak normal. Mereka memiliki kecerdasan intelektual (IQ) dalam kisaran 50-70 dan termasuk dalam kelompok yang bisa dididik, sehingga masih dapat diajarkan membaca, menulis, dan berhitung. Anak tunagrahita ringan biasanya dapat menyelesaikan pendidikan hingga kelas IV di sekolah dasar umum. Mereka memiliki banyak kelebihan dan kemampuan untuk dilatih dalam membaca, menulis, berhitung, menjahit, memasak, dan berjualan. Selain itu, anak-anak ini lebih mudah berkomunikasi, dan kondisi fisik mereka tidak terlalu mencolok. Mereka juga mampu mengenali berbagai bahaya, sehingga tidak memerlukan pengawasan yang ketat.

2. Tunagrahita Sedang (imbecile)

Anak-anak dengan tunagrahita sedang termasuk dalam kelompok yang dapat dilatih. Penampilan fisik mereka biasanya terlihat berbeda dibandingkan

dengan anak normal, meskipun ada sebagian yang memiliki fisik normal. Kelompok ini memiliki IQ antara 30-50 dan biasanya mampu menyelesaikan pendidikan hingga kelas II di sekolah dasar umum. Mirip dengan anak tunagrahita ringan, anak tunagrahita sedang juga dapat diajak berkomunikasi, meskipun mereka kurang mahir dalam menulis, membaca, dan berhitung. Namun, mereka dapat menjawab pertanyaan tentang nama dan alamat rumah dengan jelas. Anak-anak ini juga dapat bekerja di lapangan, tetapi memerlukan sedikit pengawasan. Mereka masih mampu melindungi diri dari bahaya, sehingga hanya memerlukan perhatian dan pengawasan minimal untuk mendukung perkembangan mental dan sosial mereka.

3. Tunagrahita Berat (idiot)

Anak-anak dengan tunagrahita berat sering kali disebut sebagai idiot. Dalam kehidupan sehari-hari, mereka memerlukan pengawasan, perhatian, dan pelayanan yang maksimal. Mereka tidak dapat mengurus diri sendiri, apalagi melindungi diri dari bahaya. Pandangan bahwa anak tunagrahita identik dengan idiot hanya berlaku untuk kelompok tunagrahita berat. Anak-anak dalam kategori ini memiliki tingkat inteligensi yang sangat rendah, sehingga tidak mampu mengikuti pendidikan formal. Mereka termasuk dalam kelompok yang memerlukan perawatan. Umumnya, IQ mereka berada di bawah 30, dan dalam aktivitas sehari-hari, mereka sangat bergantung pada bantuan orang lain.

Tabel 2. 1 Klasifikasi Anak Tunagrahita Berdasarkan Derajat Keterbelakangannya

Level Keterbelakangan	IQ	
	<i>Stanford Binet</i>	<i>Skala Wheschler</i>

Ringan	68-52	69-55
Sedang	51-36	54-40
Berat	32-90	39-25
Sangat Berat	>19	>24

(Sumber: Blake, 1976)

Keterbelakangan merupakan suatu kondisi yang terjadi selama masa perkembangan yang ditandai oleh intelektual yang nyata di bawah rata-rata dan kurang dalam sosial (Gunnar Dybwad Dalam Ulfatusholihat, 1964:3). Dari definisi tersebut jelas bahwa tunagrahita bukanlah suatu penyakit umum merupakan kondisi seseorang. Menurut *American Association of Mental Deficiency* (AAMD), anak tunagrahita adalah anak yang secara umum memiliki kekurangan dalam hal fungsi intelektualnya secara nyata dan bersamaan dengan itu, berdampak pula pada kekurangannya dari lahir sampai dengan usia 18 tahun (Hallahan dan Kauffman dalam Efendi, 2008:89).

Karakteristik anak tunagrahita yang tertuang/tercantum di buku Putranto (2015:2013) yaitu sebagai berikut:

- 1) Fisik (Penampilan)
 - a. Terlihat hamper sama dengan anak normal
 - b. Kematangan motorik lambat
 - c. Koordinasi gerak kurang, serta
 - d. Khusus pada anak tunagrahita berat, penampilannya jauh berbeda dibandingkan dengan anak normal.
- 2) Intelektual
 - a. Sulit mempelajari hal-hal akademik

- b. Pada anak tunagrahita ringan, kemampuan belajar paling tinggi setara dengan anak normal berusia 12 tahun dengan IQ 50-70
- c. Pada anak tunagrahita sedang, kemampuan belajar paling tinggi setara anak normal berusia 7-8 tahun dengan IQ 30-50
- d. Pada anak tunagrahita berat, kemampuan belajar setara dengan anak normal berusia 3-4 tahun, dengan IQ dibawah 30

3) Sosial dan Emosi

- a. Suka bergaul dengan anak yang lebih muda
- b. Senang menyendiri
- c. Mudah dipengaruhi
- d. Kurang dinamis
- e. Kurang pertimbangan/sulit mengendalikan diri
- f. Kurang konsentrasi, serta
- g. Tidak mampu memimpin diri sendiri dan orang lain.

Faktor penyebab dan waktu terjadinya tunagrahita, secara umum, Grossman et al, 1973, dalam B3PTKSM (p.24) menyatakan penyebab tunagrahita adalah akibat dari:

1. Infeksi dan/atau intoksikasi
2. Rudapaksa dan/atau sebab fisik lain
3. Gangguan metabolisme, pertumbuhan atau gizi (nutrisi)
4. Penyakit otak yang nyata (kondisi setelah lahir/post-natal)
5. Akibat penyakit atau pengaruh sebelum lahir (prenatal) yang tidak diketahui
6. Akibat kelainan kromosom

7. Gangguan pada waktu kehamilan (gestational disorders)
8. Gangguan pasca-psikiater/gangguan jiwa berat (post-psychiatric disorders)
9. Pengaruh-pengaruh lingkungan, dan
10. Kondisi-kondisi lain yang tidak termasuk golongan

Hamid, dkk (2020) menyatakan bahwa menurut penyelidikan para ahli, tunagrahita dapat terjadi akibat beberapa kondisi berikut:

1. Prenatal

Tunagrahita dapat terjadi sebelum lahir atau sewaktu berada didalam kandungan. Adapun beberapa penyebabnya antara lain campak, diabetes, cacar, serta virus tokso. Selain itu, kondisi ibu hamil yang kekurangan gizi, gemar memakai obat-obatan terlarang, serta suka merokok juga dapat memicu tunagrahita pada bayi.

2. Natal (saat lahir)

Prose melahirkan yang terlalu lama dapat mengakibatkan kekurangan oksigen pada bayi. Selain itu, jika tulang pinggul ibu terlalu kecil maka hal tersebut dapat menyebabkan otak bayi terjepit sehingga pendarahan (anoxia). Prose melahirkan yang menggunakan alat bantu, seperti penjepit atau tang juga rawan menyebabkan tunagrahita pada bayi.

3. Post Natal (sesudah lahir)

Pertumbuhan bayi yang kurang baik seperti gizi buruk, busung lapar, demam tinggi disertai kejang-kejang, kecelakaan, serta radang selaput otak (meningitis) dapat menyebabkan seseorang mengalami tunagrahita.

2.2 Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang berkaitan dengan eksplorasi ini diharapkan dapat membantu penyelidikan hipotesis yang telah dikembangkan, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai alasan kesiapan struktur penalaran. Hasil eksplorasi yang berlaku adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Mecca Puspitaningsari (2022) berjudul “PENGARUH MODIFIKASI BERMAIN BOLA *BOCCE* TERHADAP KEMAMPUAN MELEMPAR PADA SISWA TUNAGRAHITA SEDANG.” Bertujuan untuk menguji modifikasi bermain bola *bocce* terhadap kemampuan melempar pada siswa tunagrahita sedang SLB Paedagogia Maospati Tahun 2021. Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen dan menerapkan teknik *eksperimen Single Subject Research (SSR)*, dengan sampel berjumlah 1 orang siswa tunagrahita sedang kelas VIII.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Muh. Jamal Abdillah (2023) berjudul “APPLICATION OF MODIFICATION OF THE *BOCCE* BALL GAME TO GROSS MOTOR MANIPULATIVE MOVEMENTS IN CHILDREN INTELLECTUAL DISABILITY SLB-C YPLB CENDRAWASIH MAKASSAR.” Bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan permainan bola *bocce* yang dimodifikasi terhadap gerak manipulatif motorik kasar pada anak disabilitas intelektual SLB-C YPPLB Cendrawasih Makassar. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *pretest* dan *post test one group design*, dengan sampel berjumlah 25 siswa tunagrahita yang dipilih dengan Teknik *purposive sampling*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Dicky Chandra Tarigan (2023) berjudul “PENGARUH PERMAINAN OLAHRAGA BOCCE TERHADAP GERAK DASAR LOKOMOTOR PADA ANAK DOWN SYNDROME PADA KELAS VIII DI SLB KARYA TULUS MEDAN TUNTUNGAN.” bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan olahraga *bocce* terhadap gerak dasar lokomotor pada anak *down syndrome*. Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen dengan pre-eksperimental design yaitu one group pretest-posttest. Sampel dalam penelitian ini adalah anak *down syndrome* yang duduk di kelas VIII.
4. Nurbani, Program Studi Pendidikan Luar Biasa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Nusantara, Bandung. Penelitian yang berjudul “PEMBELAJARAN OLAHRAGA PERMAINAN BOLA BOCCE UNTUK MENGEMBANGKAN DAN MELATIH GROSS MOTOR SKILLS PADA SISWA TUNAGRAHITA SEDANG”. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pada anak tunagrahita sedang memiliki hambatan pada motorik kasar, yaitu kemampuan dalam melakukan gerak yang melibatkan otot besar, misalnya melempar, menggilir, berjalan, melompat dan meloncat. Maka perlu adanya pengembangan terhadap hambatan motorik kasar.
5. Ishani dan Balqis NL.Esser S1 Pendidikan Olahraga, FPOK IKIP Mataram. Penelitian yang berjudul “PENGARUH LATIHAN MODEL BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA DALAM PERMAINAN BOLA BOCCE PADA ANAK TUNAGRAHITA”. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas maka dapat disimpulkan bahwa ada

pengaruh yang signifikan metode Latihan bermain terhadap kemampuan melempar bola dalam permainan bola *bocce* pada anak tunagrahita, hal ini terbukti dari hasil yang diperoleh $t \text{ hitung} - 3.658 < 1.71714$ atau $0.001 < \alpha$ 0.05.

6. Meyda Nur Triana, Indra Safari dan Yogi Akin, S1 Pendidikan Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Universitas Indonesia Kampus Sumedang. Penelitian yang berjudul “PENGARUH PEMBELAJARAN DENGAN MODEL BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA PADA ANAK TUNAGRAHITA DALAM PERMAINAN BOCCE.” Berdasarkan hasil penelitian sesuai dengan permasalahan dan analisis maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan melempar bola anak tunagrahita ada pengaruh yang signifikan pada pembelajaran model bermain, hal ini dapat dibuktikan dari hasil yang diperoleh $t \text{ hitung} -11.196 < 1.7207$ atau $0.000 < \alpha = 0.05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima jadi terdapat perbedaan nilai antara hasil pre-test dan hasil post-test.
7. Penelitian yang dilakukan oleh Nita Agustin (2023). Yang berjudul “PENGARUH PERMAINAN BOCCE TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA TUNAGRAHITA SEDANG DI SLB BC BINA MANDIRI KABUPATEN GARUT”. Berdasarkan hasil penelitian sesuai dengan pengolahan data dan uji statistika, secara empiris dinyatakan bahwa terdapat pengaruh permainan bocce terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar siswa tunagrahita sedang.

8. Penelitian yang dilakukan oleh Ridho Anugrah Pangestu, yang berjudul “PENGARUH OLAHRAGA BOCCE TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA DOWN SYNDROME DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI ADAPTIF DI SLB C YPAALB PRAMBANAN”. Berdasarkan hasil penelitian yang menggunakan Wilcoxon sign rank test. Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata nilai kemampuan awal *pretest* sebesar 61,60 kemudian setelah diberikan perlakuan nilai rata-rata *posttest* menjadi 80,17. Pada penelitian ini memberikan Kesimpulan bahwa permainan olahraga bocce dalam pembelajaran Pendidikan jasmani adaptif berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa *down syndrome* SLB C YPAALB Prambanan.

Berdasarkan penelitian yang relevan diatas, dapat diketahui bahwa bola bocce memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap anak tunagrahita sedang, karena permainan ini dapat meningkatkan keterampilan motorik halus dan kasar melalui aktivitas melempar dan mengarahkan bola, serta melatih koordinasi dan keseimbangan. Selain itu, *bocce* mendorong interaksi sosial, membantu anak berkomunikasi dan berkolaborasi dengan teman-teman, yang pada gilirannya meningkatkan rasa percaya diri mereka saat meraih keberhasilan dalam permainan. Permainan ini juga merangsang perkembangan kognitif melalui elemen strategi dan perencanaan, serta memberikan kesempatan untuk mengurangi stres dan kecemasan. Dengan kemampuannya untuk diadaptasi sesuai dengan kebutuhan individu, bocce menciptakan lingkungan yang inklusif, mendukung partisipasi semua anak dalam kegiatan yang menyenangkan dan bermanfaat.

2.3 Kerangka Berpikir

Pendidikan sangat penting bagi setiap individu, termasuk anak-anak berkebutuhan khusus yang memiliki keterbatasan dalam mengikuti pembelajaran. Meskipun demikian, anak berkebutuhan khusus memiliki hak yang sama dengan anak-anak lainnya untuk mendapatkan pendidikan yang layak. Pendidikan jasmani perlu diperkenalkan kepada anak-anak, karena bergerak sebagai aktivitas fisik merupakan dasar bagi manusia untuk memahami dunia dan diri mereka sendiri. Pendidikan jasmani melibatkan banyak gerakan tubuh, yang dapat dengan mudah diikuti oleh anak-anak dengan kondisi mental atau fisik yang normal. Namun, anak-anak dengan keterbatasan dan kelainan akan mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan yang dilakukan oleh anak-anak normal.

Modifikasi permainan *bocce* adalah permainan dengan menggulingkan atau menggulirkan bola. Manfaat yang bisa didapatkan dalam permainan ini yaitu dapat mengasah konsentrasi anak-anak dengan titik fokusnya melempar bola *bocce* yang harus dekat dengan bola sasaran dapat menarik perhatian anak-anak karena warna bola *bocce* dan alat-alat modifikasinya berwarna menarik juga mudah digunakan dapat dilakukan oleh siapapun dan dimana saja, serta dapat melatih fleksibilitas otot-otot punggung, lengan maupun kaki pada anak-anak (Wahdatul & Sopandi, 2019).

Anak tunagrahita adalah anak yang mengalami keterbelakangan mental. Istilah tunagrahita merujuk pada kondisi anak dengan kecerdasan yang jauh di bawah rata-rata, ditandai oleh keterbatasan dalam intelegensi dan kemampuan berinteraksi sosial. Anak tunagrahita tidak dapat berdiri tanpa bantuan orang lain.

Kehadiran sekolah luar biasa untuk anak-anak dengan kebutuhan khusus sangat membantu mereka yang memerlukannya. Sekolah atau program pendidikan tersebut mengajarkan dan melatih anak tunagrahita agar dapat hidup mandiri di masa dewasa tanpa bergantung pada orang lain. Tunagrahita termasuk dalam kategori anak berkebutuhan khusus, dan pendidikan khusus bagi mereka lebih dikenal sebagai sekolah luar biasa (SLB).

Tujuan utama dalam mengajarkan modifikasi permainan bola *bocce* adalah untuk memasukkan bola ke dalam keranjang dan melempar *cone* menggunakan bola kasti. Aktivitas ini bertujuan untuk mengukur hasil lemparan masing-masing anak serta meningkatkan kemampuan mereka, yang dapat berdampak positif pada kehidupan mereka.

2.4 Hipotesis Penelitian

Menurut Dantes (2012:164), hipotesis adalah suatu praduga atau asumsi yang perlu diuji melalui data atau fakta yang diperoleh dari penelitian. Sementara itu, Sugiyono (2013:96) menyatakan bahwa hipotesis adalah jawaban sementara terhadap pertanyaan penelitian, yang telah dirumuskan dalam bentuk kalimat pernyataan. Dari penjelasan beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah data sementara atau jawaban dari semua pertanyaan yang harus diuji dalam penelitian.

Berdasarkan kajian-kajian tersebut, hipotesis dalam penelitian ini adalah: “Ada pengaruh dari modifikasi permainan terhadap kemampuan melempar siswa tunagrahita di SLB-E Negeri Pembina Tingkat Provinsi.”