

Pembelajaran Gerak Lokomotor Sebagai Upaya Mengembangkan Motorik Kasar Anak *Down Syndrome* SD Inklusif Galuh Hadayani Surabaya

Krisnina maharani¹, Sunanto², Muslimin ibrahim³, Asmaul lutfauziah⁴

Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Komunikasi, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

Info Articles

Sejarah Artikel:

Disubmit 23 Juli 2024

Direvisi 1 Oktober 2024

Disetujui 20 Oktober 2024

Keywords:

Locomotor Movement, Rough Motoric, Down Syndrome, Inclusive Learning, And Motor Development

Abstrak

Latar belakang Salah satu pendekatan yang efektif adalah dengan fokus pada pembelajaran gerak lokomotor. Melalui pendidikan jasmani, siswa dengan *Down syndrome* dapat memperoleh manfaat dari aktivitas fisik yang sesuai dan terstruktur, yang membantu meningkatkan koordinasi, kekuatan, dan kemampuan motorik kasar mereka. Tujuan Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis kemampuan motorik kasar anak *Down syndrome* melalui pembelajaran gerak lokomotor. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini difokuskan pada 3 siswa dengan *Down syndrome* di kelas 2 SD Galuh Handayani Surabaya. Hasil penelitian bahwa ketiga siswa menunjukkan antusiasme tinggi dan keterampilan yang baik dalam setiap gerakan yang diajarkan dalam kategori baik. Simpulan menunjukkan antusiasme tinggi dan keterampilan yang baik dalam setiap gerakan yang diajarkan dalam kategori baik.

Abstract

Background: Background One effective approach is to focus on learning locomotor movements. Through physical education, students with Down syndrome can benefit from appropriate and structured physical activity, which helps improve their coordination, strength and gross motor skills. The aim of this research was to analyze the gross motor skills of children with Down syndrome through learning locomotor movements. Methods The research used is descriptive qualitative, with data collection techniques through observation, interviews and documentation. This research focused on 3 students with Down syndrome in class 2 of SD Galuh Handayani Surabaya. The results of the research showed that the third student showed high enthusiasm and good skills in every movement taught in the good category. Conclusion shows high enthusiasm and good skills in every movement taught in the good category.

✉ Alamat Korespondensi:

E-mail: krisninamaharani8@gmail.com

p-ISSN 2722-3094

e-ISSN 2722-3094

PENDAHULUAN

Anak-anak dalam usia Sekolah Dasar umumnya sangat menyukai dan aktif dalam bermain serta bergerak. Pendidikan jasmani tidak mudah untuk diajarkan atau belajar karena keterlibatan gerak yang harus dimunculkan dalam pembelajarannya (Yuniar dan Nuryadi 2023). Gerak merupakan perubahan posisi dari satu tempat ke tempat lainnya, dipengaruhi oleh gaya yang diberikan. Dalam usia ini, anak-anak sedang dalam tahap penting dalam pengembangan keterampilan motorik kasar mereka. Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu yang domain dari gerak dasar fundamental.

Gerak dasar lokomotor merupakan dasar dari macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan, latihan, dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan baik dan benar (Saputra dan Firdaus 2019). Mereka secara alami cenderung mengeksplorasi berbagai gerakan dan aktivitas fisik sebagai bagian dari proses belajar dan pertumbuhan. Aktivitas fisik seperti bermain, berlari, bermain bola, atau bahkan hanya melompat dan meloncat adalah cara yang penting bagi mereka untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar mereka. Selama masa Sekolah Dasar, pendidikan jasmani menjadi sarana yang sangat penting untuk membantu anak-anak memahami dan meningkatkan keahlian gerak mereka. Hal ini membantu mereka tidak hanya dalam pengembangan fisik, tetapi juga dalam pengembangan keterampilan sosial, seperti berkolaborasi dengan teman-teman dalam permainan. Dengan demikian, memfasilitasi dan mendukung aktivitas fisik yang beragam adalah kunci dalam mendukung perkembangan yang seimbang pada usia ini (Mustafa dan Sugiharto 2020).

Gerak lokomotor ini sangat penting bagi anak untuk meningkatkan kualitas hidup anak down syndrome. Oleh sebab itu pembelajaran mengenai gerak lokomotor perlu diperhatikan oleh sekolah-sekolah yang didalamnya terdapat anak dengan kelainan *Down syndrome* (Simahate dan Munip 2020). Seorang Anak-anak berkebutuhan khusus dapat terhubung dengan anak-anak pada umumnya tanpa hambatan atau stigma apa pun berkat program inklusi. Penting untuk diingat bahwa setiap orang berhak atas kualitas pendidikan yang sama. Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik. Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak dasar yang merupakan gambaran umum dari kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas.

Aktivitas tersebut dapat membantu berkembangnya pertumbuhan anak (Sunanto, Nanang Rokhman Saleh, dan Machmudah 2020). Tidak hanya masyarakat yang sehat jasmani dan rohani saja yang boleh mendapat akses terhadap pendidikan. Anak-anak yang tergolong inklusif dan memiliki disabilitas fisik seperti down syndrome, buta mata, gangguan pendengaran, tuli mulut, atau buntung lengan atau kaki mempunyai hak dan kesempatan yang sama dengan anak-anak lainnya, terutama dalam hal bersekolah. Kegiatan fisik sangat penting bagi anak-anak dengan gangguan *Down syndrome* karena membantu Anak dalam pengembangan kemampuan motorik kasar yang diperlukan untuk aktivitas sehari-hari, seperti berlari, berjalan, meloncat, dan melompat. Aktivitas fisik ini melibatkan komponen kebugaran jasmani yang disebut lokomotor (Ekawati et al. 2021).

Berdasarkan pengamatan di lapangan pada hari rabu tanggal 26 oktober 2022 pukul 08.15 pagi di SD Inklusif Galuh Handayani Bertempat di JL.Manyar Sambongan No.42 A, Surabaya. Sekolah dasar inklusif seperti Galuh Handayani, Surabaya. Mencerminkan upaya memastikan bahwa anak-anak dengan berbagai kebutuhan khusus memiliki kesempatan yang sama untuk belajar dan berkembang di lingkungan yang mendukung. Berdasarkan temuan di lapangan sebuah lingkungan pembelajaran yang inklusif dan ramah anak. Lingkungan lapangan olahraga dan dilengkapi dengan peralatan lompat ban menjadi tempat berlangsungnya kegiatan pembelajaran ini. Beberapa anak *Down syndrome* aktif berpartisipasi

dalam sesi pembelajaran gerak lompat ban yang dipimpin oleh seorang guru dan didampingi oleh seorang terapis. Sesi pembelajaran dimulai dengan latihan pemanasan yang dirancang untuk mempersiapkan anak-anak secara fisik. Anak-anak dengan antusias mengikuti instruksi guru, melakukan gerakan pemanasan seperti *stretching* dan peregangan otot. Hal ini memberikan kesan bahwa mereka merespon positif terhadap kegiatan fisik ini. Berdasarkan hal diatas, peneliti melakukan penelitian di SD Inklusif Galuh Handayani Surabaya dengan judul yaitu “*pembelajaran gerak lokomotor sebagai upaya mengembangkan motorik kasar anak down syndrome sd inklusif galuh handayani surabaya*”.

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana Pembelajaran gerak lokomotor anak downsyndrome sebagai upaya mengembangkan motorik kasar untuk pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SD inklusif galuh handayani surabaya dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di SD inklusif galuh handayani yang beralamatkan di Jl. Manyar Sambongan No.83-89, Kertajaya, Kec. Gubeng, Kota Surabaya. Kelas yang menjadi sasaran penelitian yaitu kelas 2 karena berfokus pada anak yang mengalami downsyndrome. Pemilihan lokasi penelitian dikarenakan sekolah tersebut inklusif. Teknik pengumpulan data yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yaitu pengumpulan data, penyajian data, reduksi data, dan penarik kesimpulan. Validasi data dilakukan dengan triangulasi sumber dan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Temuan penelitian menunjukkan bahwa saat pembelajaran gerak lokomotor guru PJOK memberikan contoh gerakan dan merancang kegiatan dengan 3 gerakan pada saat itu yaitu berlari memindahkan benda, melompat dan memasukkan bola kedalam ring basket dan yang terakhir yaitu senam di iringi dengan musik. Peneliti mengobservasi bagaimana pembelajaran gerak 3 siswa anak dalam *Down syndrome* dalam proses pembelajaran gerak lokomotor. Tetapi pada observasi kali ini hanya 3 siswa yang dapat diamati, karena dalam kelas 2 hanya ada 3 anak dengan *Down syndrome*. Berikut hasil observasi pembelajaran gerak siswa dengan *Down syndrome* dalam proses pembelajaran gerak lokomotor:

No	Gerak motorik kasar	Ketercapaian			keterangan
		SA	NA	RY	
1.	berlari memindahkan benda	3	2	3	Gerak yang sangat berdampak pada motorik kasar anak <i>downsyndrome</i> adalah gerak berlari memindahkan benda.
2.	melompat dan memasukkan bola kedalam ring basket	3	1	1	
3.	senam di iringi dengan musik	3	2	2	

Ket :

1= cukup

2= baik

3= Sangat baik

- a. Siswa perempuan yang bernama SA Menunjukkan gerak, dimana SA menunjukkan gerak yang dicontohkan oleh guru PJOK tersebut yakni ada 3 gerakan yaitu berlari memindahkan benda dalam hal ini siswa berinisial SA Berlari dengan antusias, SA berlari dari satu titik ke titik lain sambil membawa benda dari satu tempat ke tempat lain. Gerakan ini membutuhkan koordinasi tangan dan kaki yang baik serta kemampuan untuk menjaga keseimbangan sambil berlari. SA menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam aktivitas ini. Dia berlari dengan cepat dan sigap, memegang benda dengan erat namun tetap luwes sehingga tidak terjatuh. Kecepatan dan ketepatan dalam memindahkan benda menunjukkan bahwa SA memiliki daya tahan dan ketangkasan yang baik. Gerakan yang berikutnya Melompat dan Memasukkan Bola ke Dalam Ring Basket SA melompat dengan kuat dan terarah, memegang bola basket dengan kedua tangan, kemudian melepaskan bola ke arah ring basket dengan gerakan yang tepat. SA sangat bersemangat ketika melakukan gerakan ini. Dia melompat dengan tenaga yang cukup untuk mencapai ketinggian yang diperlukan dan mengarahkan bola dengan akurasi ke dalam ring. Keberhasilan SA dalam memasukkan bola menunjukkan koordinasi mata dan tangan yang sangat baik serta kekuatan otot kaki dan tangan yang memadai. gerakan ke 3 yaitu senam diiringi oleh musik SA melakukan serangkaian gerakan senam yang diiringi oleh musik. Gerakan ini melibatkan berbagai bagian tubuh seperti tangan, kaki, pinggul, dan kepala yang bergerak secara teratur dan harmonis mengikuti irama musik. SA tampak sangat menikmati aktivitas ini. Dia bergerak dengan penuh semangat, mengikuti irama musik dengan tepat, dan menunjukkan kelenturan tubuh yang baik. Gerakan senam yang dilakukan SA dilakukan dengan presisi dan koordinasi yang baik, menandakan bahwa dia telah menguasai dasar-dasar senam dan memiliki kemampuan untuk mengikuti irama dengan baik.
- b. Siswa laki-laki yang bernama NA menunjukkan gerakan yang dicontohkan oleh guru PJOK dengan penuh antusiasme dan keterampilan yang baik. Pada gerakan pertama, NA berlari memindahkan benda dengan cepat dan sigap, menunjukkan koordinasi tangan dan kaki yang baik serta kemampuan menjaga keseimbangan. Pada gerakan kedua, yakni melompat dan memasukkan bola ke dalam ring basket, NA memperlihatkan kekuatan dalam lompatan dan semangat yang tinggi. Namun, dia membutuhkan perhatian lebih dari guru PJOK karena meskipun dia melompat dengan baik, akurasi dan koordinasi dalam memasukkan bola ke dalam ring masih perlu ditingkatkan. Gerakan ketiga, yaitu senam yang diiringi musik, dilakukan NA dengan penuh semangat, mengikuti irama musik dengan tepat, dan menunjukkan kelenturan serta koordinasi yang baik. Secara keseluruhan, NA menunjukkan kemampuan fisik yang baik, namun perlu bimbingan lebih lanjut pada gerakan melompat dan memasukkan bola untuk mencapai kesempurnaan.
- c. Seorang siswa laki-laki yang bernama RY menunjukkan gerakan yang dicontohkan oleh guru PJOK dengan penuh antusiasme dan keterampilan yang baik. Pada gerakan berlari memindahkan benda, RY berlari cepat dan sigap, menunjukkan koordinasi dan keseimbangan yang baik. Dia berhasil memindahkan benda dengan cepat dan tepat, menandakan ketangkasan dan daya tahan yang baik. Namun, pada gerakan melompat dan memasukkan bola ke dalam ring basket, RY memerlukan perhatian lebih dari guru PJOK. Meskipun lompatan RY kuat dan terarah, akurasi dan koordinasi dalam memasukkan bola ke ring masih perlu ditingkatkan. Guru PJOK harus memberikan arahan lebih intensif untuk membantu RY memperbaiki teknik melompat dan melempar, seperti posisi tangan, keseimbangan saat melompat, dan fokus saat melempar bola ke ring. Pada gerakan senam yang diiringi musik, RY bergerak dengan penuh semangat, mengikuti irama musik dengan tepat, dan menunjukkan kelenturan serta koordinasi yang baik. Secara keseluruhan, RY menunjukkan kemampuan fisik yang baik dan antusiasme

tinggi, namun memerlukan bimbingan lebih lanjut pada gerakan melompat dan memasukkan bola agar mencapai kesempurnaan.

Berdasarkan hasil observasi diatas, SA, NA, dan RY semuanya menunjukkan antusiasme tinggi dan keterampilan yang baik dalam gerakan yang dicontohkan oleh guru PJOK, yaitu berlari memindahkan benda, melompat dan memasukkan bola ke dalam ring basket, serta senam diiringi musik. SA tampil sangat baik dalam semua gerakan, menunjukkan koordinasi, keseimbangan, dan kelenturan yang luar biasa. NA juga menunjukkan kemampuan yang baik, terutama dalam berlari dan senam, namun memerlukan perhatian lebih pada gerakan melompat dan memasukkan bola ke dalam ring untuk meningkatkan akurasi dan koordinasi. RY serupa dengan NA, menunjukkan antusiasme dan keterampilan yang baik dalam berlari dan senam tetapi memerlukan bimbingan lebih intensif dari guru PJOK untuk menyempurnakan teknik melompat dan memasukkan bola. Dengan bimbingan yang tepat, ketiganya memiliki potensi besar untuk mengembangkan kemampuan fisik mereka lebih lanjut dan mencapai kesempurnaan dalam setiap gerakan yang diajarkan.

SIMPULAN

Pembelajaran gerak ini sangat berpengaruh bagi perkembangan motorik SA, NA, dan RY. Melalui kegiatan berlari memindahkan benda, melompat dan memasukkan bola ke dalam ring basket, serta senam yang diiringi musik, ketiganya tidak hanya menunjukkan antusiasme tinggi tetapi juga mengembangkan koordinasi, keseimbangan, dan kelenturan mereka. SA menunjukkan kemampuan luar biasa di semua gerakan, sementara NA dan RY, meskipun sudah baik dalam berlari dan senam, memerlukan perhatian lebih pada gerakan melompat dan memasukkan bola ke dalam ring untuk meningkatkan akurasi dan koordinasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ekawati, Febriani Fajar, Ismaryati Ismaryati, Tri Winarti Rahayu, dan Bambang Wijanarko. 2021. "Meningkatkan Profesionalisme Guru Slb Melalui Pendampingan Permainan Adaptif Keterampilan Gerak Dasar Anak Berkebutuhan Khusus." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 27(1): 28.
- Elyana, L. 2017 . Kurikulum Holistik Integratif Anak Usia Dini Dalam Implementasi Self Regulated Learning. Prosiding HIPKIN Jateng.
- Mustafa, Pinton Setya, dan Sugiharto Sugiharto. 2020. "Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup." *Sporta Saintika* 5(2): 199–218.
- Saputra, Muhammad Wahyu, dan Kamal Firdaus. 2019. "Hubungan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar Penjasorkes." *Jurnal Pendidikan Olahraga* 2(8): 14–20.
- Simahate, Salpina, dan Abdul Munip. 2020. "Latihan Gerak Lokomotor Sebagai Upaya Mengembangkan Motorik Kasar Anak Down Syndrome." *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal* 8(2): 236.
- Sunanto, Nanang Rokhman Saleh, dan Machmudah. 2020. "Profil Kemampuan Motorik Siswa

Peserta Ekstrakurikuler Hockey Ruangan Sd Negeri Wonokasian Wonoayu Sidoarjo." *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)* 5(2): 26–35.

Yuniar, Sinta Tiara, dan Hambali Burhan Nuryadi. 2023. "Analisis Gerak Lokomotor Siswa Sekolah Dasar Tinggi Pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Pendidikan Olahraga* 6: 50–56. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/riyadhohjurnal> ISSN. 2656-2936.