

**SURVEI PROGRAM AKTIFITAS FISIK DAN MOTORIK KASAR ANAK
DISABILITAS INTELEKTUAL KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga di
Departemen Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan*



Oleh:

**TIARA RISMA PERTIWI
Nim.21089176**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul penelitian : **"SURVEI PROGRAM AKTIFITAS FISIK DAN
MOTORIK KASAR ANAK DISABILITAS
INTELEKTUAL KOTA PADANG"**

Nama : Tiara Risma Pertiwi

Nim : 21089176

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

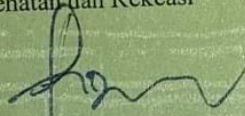
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 23 Januari 2026

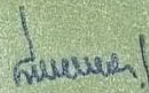
Disetujui oleh:

Kepala Departemen
Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Ridho Bahtra, S.Si., M.Pd
NIP. 198705022014041001

Dosen Pembimbing



Prof. Dr. Gusril, M.Pd
NIP. 195808161986031004

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Tiara Risma Pertiwi
Nim : 21089176

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Ilmu Keolahreagaan
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahraagaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul:

SURVEI PROGRAM AKTIFITAS FISIK DAN MOTORIK KASAR ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL KOTA PADANG

Padang, Januari 2026

Tim Penguji

Tanda Tangan

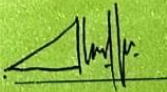
1. Pembimbing : Prof.Dr.Gusril, M.Pd

1. 

2. Anggota : Dr. Ahmad Chaeroni, S.Pd.,M.Pd

2. 

3. Anggot : Alimuddin S.Or.,M.Or

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul Survei Program Aktifitas Fisik dan Motorik Kasar Anak Disabilitas Kota Padang adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa pihak lain, kecuali dari pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini ,tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini , saya bersedia menerima sanksi akademik berupa gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang , Januari 2026
Yang membuat pernyataan



Tiara Risma Pertiwi
Nim 2021/21089176

ABSTRAK

Tiara Risma Pertiwi. 2026. Survei Program Aktivitas Fisik dan Motorik Kasar Anak Disabilitas Intelektual Kota Padang *Skripsi*. Padang: Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Kesehatan dan Rekreasi

Penelitian ini dilatar belakangi oleh indikasi permasalahan yang terlihat yakni pembelajaran dan aktivitas fisik masih monoton tanpa standar dan jadwal yang jelas. Anak kurang latihan motorik berkelanjutan, sering tantrum saat aktivitas baru, serta belum terlihat pengukuran motorik kasar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan program yang diberikan terhadap anak hingga pengukuran motorik kasar pada anak disabilitas.

Penelitian ini menggunakan metode campuran (*Mixed Methods*) dengan desain *Exploratory Sequential*, dimulai dari pengumpulan data kualitatif untuk menggambarkan program aktivitas fisik, kemudian dilanjutkan dengan data kuantitatif untuk mengukur kemampuan motorik kasar anak. Populasi kuantitatif adalah 169 anak disabilitas yang terdaftar di UPTD LDPI Kota Padang, dan sampel ditentukan secara *purposive sampling* sehingga diperoleh 20 anak yang memenuhi kriteria kelayakan tes. Pengumpulan data kuantitatif menggunakan *TGMD-2*, meliputi keterampilan lokomotor (berlari, melangkah kuda, melompat injitan, melompat jauh, lari disertai lompatan, dan bergerak menyamping) serta keterampilan kontrol objek (memukul bola diam, dribble di tempat, menangkap, menendang, melempar dari atas kepala, dan menggelindingkan bola). Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan tabulasi frekuensi.

Hasil penelitian untuk kualitatif menunjukkan bahwa program aktivitas fisik di UPTD LDPI sudah berjalan baik dan memberikan latihan gerak dasar bagi anak. Berdasarkan data pengukuran *TGMD-2*, kemampuan motorik kasar anak berada pada kategori sedang, dengan rata-rata skor 16,65 dari 33 untuk lokomotor dan 17,95 dari 32 untuk objek kontrol yang juga berada pada klasifikasi sedang. Untuk kesimpulan keseluruhan skor dapat diketahui bahwa Anak memiliki kemampuan motorik kasar pada fase kategori sedang, kedua aspek ini menggambarkan bahwa program terapi aktivitas fisik yang diberikan UPTD telah memberikan dampak positif terhadap perkembangan motorik kasar anak. Namun, kemampuan anak masih berada pada tahap berkembang sehingga perlu pendampingan berkelanjutan, variasi aktivitas, serta latihan yang terstruktur agar hasilnya lebih optimal.

Kata Kunci : *Motorik kasar, anak disabilitas, aktivitas fisik.*

ABSTRACT

Tiara Risma Pertiwi. 2026. Physical Activity and Gross Motor Skills Program Survey Children with Intellectual Disabilities in Padang City. Thesis. Padang: Sports Science Study Program, Department of Health and Recreation

This research was motivated by problems identified through observations at UPTD LDPI, where learning and physical activities remain monotonous, lacking clear standards and schedules. Children receive limited continuous motor training, often experience tantrums when facing new activities, and gross motor skill assessments have not yet been conducted. Parental support is also minimal. Therefore, this study aims to examine the gross motor abilities of children with disabilities and review the physical activity programs at UPTD LDPI.

The research method used is descriptive research. The population in this study consists of 169 children with disabilities registered at UPTD LDPI Padang City. The sampling technique used was purposive sampling, resulting in a total sample of 20 children. Data were collected using the Test of Gross Motor Development (TGMD), second edition. The locomotor skill aspects assessed include running, galloping, hopping, leaping, jumping forward in one direction, and sliding sideways. Meanwhile, the object control skills assessed include striking a stationary ball, stationary dribbling, catching, kicking, overhand throwing, and rolling a ball. The data obtained were analyzed using descriptive statistical techniques through frequency tabulation.

The results of the study, based on TGMD-2 scoring, showed that the gross motor skills of children with disabilities in Padang City achieved an average score of 16.65 out of a maximum of 33 in the locomotor skill aspect, which falls into the moderate classification. This indicates that most children are capable of performing basic locomotor movements but still require guidance to reach optimal performance. For the object control skills, the children obtained an average score of 17.95 out of a maximum of 32, also within the moderate classification. Overall, it can be concluded that the children's gross motor abilities are in the moderate category. These findings suggest that the physical activity therapy programs provided by UPTD LDPI have had a positive impact on the development of children's gross motor skills. However, their abilities remain in a developing phase, requiring continuous guidance, varied activities, and structured training to achieve more optimal results.

Keywords: *Gross motor skills, children with special needs, physical activity.*

KATA PENGANTAR



Assalamu`alaikum warahmatullahi wa barakatuh

Alhamdulillah, Puji Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Survei Program Aktfitas Fisik dan Motorik Kasar Pada Anak Disabilitas Intelektual Kota Padang”**. Ucapan Syukur tidak lupa penulis sampaikan kepada junjungan semesta alam, baginda Rasulullah Salallahu Wasallam.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S.Or) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan (NK), Departemen Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. Dalam penyelesaian Skripsi ini, penulis banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Krismadinata, S.T., M.T., Ph.D. sebagai Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.pd sebagai Dekan FIK UNP yang telah memberikan izin menulis untuk melaksanakan penelitian dan penyusunan Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Ridho Bahtra, S.Si, MPd selaku Kepala Departemen Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan izin penulis untuk melaksanakan penelitian dan penyusunan Skripsi ini.

4. Bapak Alimuddin, S.Or.,M.Or selaku Dosen Penasehat Akademik (PA) serta sekaligus tim kontributor kedua dalam memberikan masukan dan bimbingan yang sangat membantu penulis menyelesaikan Skripsi ini.
5. Bapak Prof. Gusril, M. Pd selaku selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan ilmu, pengetahuan, waktu, serta masukan dengan penuh kesabaran dalam mengarahkan dan membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Dr. Ahmad Chaeroni, S.Pd, M.Pd selaku tim kontributor pertama dalam pemberian masukan kepada penulis untuk proses penulisan Skripsi ini.
7. Bapak/Ibu staff pengajar di Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Teristimewa kepada Kedua Orang Tua yang tersayang ibu dan Ayah, terimakasih atas segala pengorbanan, doa dan tulus kasih yang di berikan. Ayah dan Ibu memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun beliau mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan semua kebutuhan, sarana prasarana, perhatian dan dukungan dalam menempuh Pendidikan yang lebih baik untuk anaknya. Dengan semua perjuangan yang telah diberikan oleh orang tua terhebat diatas dunia ini , hingga penulis mampu menyelesaikan studinya dan meraih gelar sarjana. Semoga ayah, Ibu, dan etek Marina sehat, panjang umur dan bahagia selalu dan selalu dilancarkan rezekinya oleh Allah SWT. Dan bisa melihat anak-anaknya meraih kesuksesan yang telah

diimpikan selama ini. Dan tak lupa juga untuk adik sepupu tersayang yang selalu dilibatkan dalam perjuangan ini, adik Keysha Amanda anak dari etek Marina yang memiliki hambatan pendengaran dan komunikasi. Beliau adalah motivasi utama penulis dalam rangkaian judul skripsi ini. Semoga kelak kalian semua bisa menjadi orang yang hebat..

9. Saudara-Saudari tersayang penulis kepada adik Lito, kakak dan abang etek dan ibuk Komplek Monang Indah Villa 2 serta Teh Rina dan kak Nova yang telah memberikan semangat dukungan bantuan, serta bimbingan dan doa yang tulus kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi ini.
10. Bapak/ibuk Lembaga UPTD LDPI Kota Padang yang telah menyokong dan memfasilitasi ketika penulis melakukan penelitian serta memberikan arahan hingga skripsi ini selesai.
11. Karyawan Matahari Basko yang telah memberikan semangat untuk penulis melanjutkan perjuangan akhir di bangku pendidikan Sarjana S1 hingga penulis bisa kembali menyelesaikan skripsi ini.
12. Serta seluruh pihak yang telah membantu dalam pembuatan skripsi ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bermanfaat bagi seluruh pihak. Aamiin.

Padang, November 2025

Penulis

DAFTAR ISI

COVER

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori	8
1. Pengertian Aktivitas Fisik (Physical Activity)	8
2. Pengertian Motorik Kasar (<i>Gross Motor Faundament</i>)	11
3. Unsur-Unsur dalam Motorik Kasar	19
4. Definisi Program Aktivitas	24
5. Kemampuan Motorik Anak Gangguan Perkembangan	27
6. Faktor-faktor yang mempengaruhi Perkembangan Motorik	34
7. Fungsi Perkembangan Motorik Kasar	38
B. Penelitian yang Relevan	42
C. Kerangka Konseptual	43
BAB III METODE PENELITIAN	45
A. Jenis Penelitian	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian	45
C. Populasi Penelitian dan Sampel Penelitian	46

D.	Definisi Operasional	47
E.	Jenis Data dan Sumber Data	48
F.	Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	48
G.	Teknik Analisis Data.....	60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		62
A.	Deskripsi Data.....	62
1.	Gambaran Program Aktifitas Fisik di Lembaga Terapi Kota Padang.....	63
2.	Hasil Test Kemampuan Motorik Anak Disabilitas Kota Padang.....	73
a.	Keterampilan <i>Run</i> (Lari).....	75
b.	Keterampilan <i>Gallop</i> (Langkah Kuda).....	77
d.	Keterampilan <i>Leap</i> (Lari Diiringi dengan Lompatan).....	80
e.	Keterampilan <i>Horizontal Jump</i>	82
f.	Keterampilan <i>Slide</i> (Lari Menyamping)	84
a.	Keterampilan Memukul Bola Diam	88
b.	Keterampilan <i>Dribble</i> Diam	90
c.	Keterampilan Menangkap.....	91
e.	Keterampilan Melempar dari Atas	95
B.	Pembahasan.....	98
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		102
A.	Simpulan	102
B.	Saran	103
DAFTAR PUSTAKA		104
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tolok Perkembangan Motorik.....	28
2. Populasi Penelitian	44
3. Sampel Penelitian	44
4. Rumus Nilai Standar 5 Skala.....	59
5. Distribusi Frekuensi Keterampilan Motorik Kasar Anak Disabilitas Intelektual di Lembaga UPTD LDPI Kota Padang	64
6. Distribusi Frekuensi Keterampilan Run Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang.....	66
7. Distribusi Frekuensi Keterampilan Gallop Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang.....	67
8. Distribusi Frekuensi Keterampilan Hop Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang.....	69
9. Distribusi Frekuensi Keterampilan Leap Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang	71
10. Distribusi Frekuensi Keterampilan Horizontal Jump Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang	72
11. Distribusi Frekuensi Keterampilan Slide Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang	74
12. Distribusi Frekuensi Keterampilan Objek Kontrol Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang	76
13. Distribusi Frekuensi Keterampilan Memukul Bola Diam Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang	78
14. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dribble Bola Diam Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang	80
15. Distribusi Frekuensi Keterampilan Menangkap Bola Anak Disabilitas Intelektual di UPTD LDPI Kota Padang.....	81

16. Distribusi Frekuensi Keterampilan Menendang Anak Disabilitas	
I n t e l e k t u a l di UPTD LDPI Kota Padang.....	83
17. Distribusi Frekuensi Keterampilan Melempar Bola dari Atas Anak	
Disabilitas di UPTD LDPI Kota Padang	85
18. Distribusi Frekuensi Keterampilan Menggelindingkan Bola Anak	
Disabilitas di UPTD LDPI Kota Padang	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gambar Aktifitas Fisik	11
2. Gerakan pelari mahir, jangkauan kaki jauh.....	15
3. Model Tampak Samping Cara Fase Melakukan	16
4. Melempar Bola	17
5. Menangkap Bola.....	18
6. Kerangka Konseptual	39
7. Pelaksanaan Tes Gallop (Langkah Kuda)	46
8. Sketsa Pelaksanaan Tes Gallop (Langkah Kuda).....	46
9. Pelaksanaan Tes Hop (Lompat dengan Injitan Kaki).....	47
10. Sketsa Pelaksanaan Tes Hop (Lompat dengan Injitan Kaki)	47
11. Pelaksanaan Tes Leap (Lari diiringi dengan melompat)	48
12. Sketsa Pelaksanaan Tes Leap (Lompat dengan Injitan Kaki)	48
13. Pelaksanaan Tes Horizontal Jump (Lompat Searah Sejauh Mungkin)	49
14. Sketsa Pelaksanaan Tes Horizontal Jump (Lompat Searah Sejauh Mungkin)	49
15. Pelaksanaan Tes Slide (Lari Menyamping).....	50
16. Sketsa Pelaksanaan Tes Slide (Lari Menyamping)	50
17. Pelaksanaan Tes Stationary Dribble (Memantulkan Bola ke Lantai).....	51
18. Pelaksanaan Tes Catch (Menangkap).....	52
19. Pelaksanaan Tes Kick (Menendang)	53
20. Pelaksanaan Tes Overhand Throw (Melempar Bola dari Atas).....	54
21. Pelaksanaan Tes Underhand roll (Menggelingkan Bola).....	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Blanko Test Keterampilan Motorik Kasar	98
2. Blanko Test Keterampilan Objek Kontrol.....	100
3. Data Mentah Hasil Penilaian Keterampilan Run.....	102
4. Data Mentah Hasil Penilaian Keterampilan Gallop	103
5. Data Mentah Hasil Penilaian Keterampilan Hop	104
6. Data Mentah Hasil Penilaian Keterampilan Leap	105
7. Data Mentah Hasil Penilaian Keterampilan Horizontal Jump.....	106
8. Data Mentah Hasil Penilaian Keterampilan Slide	107
9. Data Mentah Hasil Penilaian Test Lokomotor	108
10. Data Mentah Hasil Penilaian Keterampilan Memukul Bola Diam	109
11. Data Mentah Hasil Penilaian Test Keterampilan Dribble Diam	110
12. Data Mentah Hasil Penilaian Test Keterampilan Menangkap.....	111
13. Data Mentah Hasil Penilaian Test Keterampilan Menendang.....	112
14. Data Mentah Hasil Penilaian Test Keterampilan Melempar dari Atas	113
15. Data Mentah Hasil Penilaian Test Keterampilan Menggelandingkan	114
16. Data Mentah Hasil Penilaian Test Objek Kontrol	115
17. Dokumentasi Penelitian.....	116
18. Surat Izin Penelitian ke Dinas Pendidikan Kota Padang.....	121
19. Surat Izin Penelitian ke UPTD LDPI Kota Padang.....	122

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan inklusif di Indonesia berpeluang untuk memberikan kesempatan yang setara bagi semua anak, termasuk anak disabilitas. Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pada Pasal 5 Ayat 1, yang menegaskan bahwa setiap warga negara berhak memperoleh Pendidikan yang setara, dan Pasal 32 Ayat 1 mewajibkan pendidikan khusus bagi anak dengan kesulitan belajar akibat kelainan fisik, emosional, mental, atau sosial. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 08 tahun 2016 menyatakan bahwa Penyandang Disabilitas adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga Negara lainnya berdasarkan kesamaan hak. Di kota Padang Pendidikan inklusif sudah beroperasi dan aktif sejak 2014 dengan adanya peraturan pemerintah Walikota Padang Nomor 464 Tahun 2014 tentang Kelompok Kerja Pendidikan Inklusif yang ditugaskan untuk mensosialisasikan, mempromosikan dan menjamin terselenggaranya pendidikan inklusif di Kota Padang. Melalui UPTD Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusif Kota Padang membantu dalam proses penyusunan program pendidikan inklusif dan membantu percepatan program serta melakukan sosialisasi pendidikan inklusif di Kota Padang.

UPTD Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusif Kota Padang memberikan layanan asesmen dan Layanan Intervensi Terpadu kepada Penyandang Disabilitas, dengan tujuan untuk meminimalisir hambatan/gangguan perilaku repetitif, agresif, gangguan keseimbangan dan lain-lain, membentuk perilaku adaptif dalam lingkungan, meningkatkan komunikasi, membentuk kemandirian anak dalam mendukung kemampuan dasar akademis. Lembaga ini adalah milik Pemerintah Kota Padang, Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang. Perkembangan anak dapat dilihat dari segala aspek perubahan yang terjadi pada anak, antara lain aspek fisik (motorik) aspek yang menjadi fokus perkembangan yaitu aspek nilai agama, fisik motorik, sosial, kognitif, aspek bahasa dan seni. (Mendikbudristek, 2021).

Berdasarkan data hasil pengamatan observasi yang sudah dilaksanakan didapatkan nilai keterampilan lokomotor tertinggi adalah 33 poin, sedangkan nilai keterampilan lokomotor terendah adalah 3 poin dengan perhitungan nilai rata-rata yang diperoleh dengan total score 16,65 dan berada pada klasifikasi “Sedang”. Sejalan dengan penelitian Thaijing wang (2022) dengan judul *“Associations between Fundamental Movement Skills and Moderate-to-Vigorous Intensity Physical Activity among Chinese Children and Adolescents with Intellectual Disability”*. Mengatakan bahwa pada anak dan remaja dengan disabilitas intelektual sedang hingga berat memperkuat temuan tersebut, dengan hasil bahwa kemampuan lokomotor dan object-control mereka secara signifikan tertinggal ($t(92) = -16,91$ dan $t(92) = -25,39$; $p < .001$) dibandingkan kelompok normatif. Kondisi ini menunjukkan bahwa keterbatasan kognitif yang dialami

anak dengan disabilitas turut berdampak pada aspek motorik, terutama dalam menguasai keterampilan gerak dasar. Hal ini juga berdampak pada rendahnya tingkat aktivitas fisik dan partisipasi mereka dalam kegiatan olahraga. Anak-anak disabilitas sering kali kerap mengalami keterbatasan berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan motorik kasar. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pemahaman orang tua dan pendidik tentang pentingnya aktivitas fisik, serta kurangnya program aktifitas fisik yang dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan anak-anak dengan disabilitas. Dengan adanya Program aktivitas fisik yang terstruktur dan inklusif dapat memberikan manfaat bagi anak-anak disabilitas untuk memberikan intervensi melalui program yang baik. Oleh karena itu, penting untuk merancang dan melaksanakan program aktivitas fisik yang spesifik dan adaptif bagi anak-anak disabilitas di Kota Padang.

Program ini harus mempertimbangkan berbagai aspek, seperti jenis disabilitas, usia, dan tingkat kemampuan anak, serta melibatkan orang tua dan tenaga ahli, guru atau terapis dalam prosesnya. Dengan demikian, diharapkan anak-anak disabilitas dapat merasakan manfaat dari aktivitas fisik yang dapat mendukung perkembangan motorik kasar mereka dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Dalam perkembangan Aktivitas fisik memiliki peran signifikan dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak. Aktivitas ini tidak hanya membantu memperkuat otot dan koordinasi tubuh, tetapi juga meningkatkan daya tahan fisik serta kemampuan anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Dari segi fisiologis juga pentingnya anak

bergerak atau berolahraga tidak hanya untuk menjaga kebugaran fisik tetapi juga untuk menstimulasi fungsi tubuh. Dengan sering bergerak, anak dapat meningkatkan sirkulasi darah memperbaiki sistem pernapasan, dan memperkuat otot serta tulang.

Menurut (Hidayat dan Sumardi 2023), keberhasilan program aktivitas fisik tidak hanya bergantung pada layanan profesional, tetapi juga pada kontinuitas program di rumah. Pemahaman orang tua terhadap pentingnya stimulasi motorik kasar menjadi faktor kunci keberhasilan. Dengan pemahaman yang mendalam, orang tua dapat memberikan stimulasi yang tepat, meningkatkan efektivitas program, dan membantu anak mencapai potensi maksimal mereka serta banyak faktor yang mempengaruhi tingkat kemampuan motorik kasar anak salah satunya juga status gizi yang merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat Gizi. Maka status gizi akan mempengaruhi motorik anak karena semakin bagus asupan gizi seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kemampuan motorik kasar anak apabila status gizi anak bagus maka anak akan semangat melakukan aktivitas fisik. Selanjutnya indikator keberhasilan dalam program ini adalah peran orang tua serta guru atau terapis yang memberikan arahan mengenai perkembangan khususnya tentang motorik kasar pada anak.

Berdasarkan data diatas yakni pada pengamatan dan observasi saat PKL di UPTD LDPI maka terlihat bahwa pembelajaran yang diberikan guru atau terapis masih cenderung monoton dan aktivitas fisik yang diberikan di UPTD ini belum memiliki standar yang jelas dan tidak terintegrasi dalam jadwal pembelajaran secara konsisten. Akibatnya, anak-anak tidak mendapatkan

latihan yang berkelanjutan untuk meningkatkan koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan otot mereka metode yang diberikan juga kurang diminati oleh anak serta kurangnya modul ajar atau RPP yang terstruktur untuk anak mengenai aktifitas fisik yang diberikan dan ketika anak diberikan kegiatan aktifitas fisik sebagian anak menunjukkan ketidakmampuan menyelesaikan tugas motorik sederhana dan sering menunjukkan tantrum apabila dihadapi oleh aktivitas baru. Sejauh ini juga belum terlihat proses pengukuran motorik kasar pada anak maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kemampuan motorik kasar Anak Disabilitas dan juga mengamati Program Aktifitas Fisik yang diberikan oleh Lembaga UPTD LDPI. Penelitian ini diharapkan dapat menjawab tantangan yang ada, memberikan solusi dengan pendekatan bersama Orang Tua beserta guru pendamping/ terapis, dan mendukung kolaborasi antara UPTD LDPI, keluarga, serta tenaga ahli untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung perkembangan anak secara menyeluruh.

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan maka peneliti tertarik mengangkat judul **“Survei Program Aktifitas Fisik dan Motorik Kasar Anak Disabilitas Kota Padang”**.

B. Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah yang peneliti temui antara lain sebagai berikut:

1. Kurangnya Motivasi untuk melakukan aktivitas fisik dan bermain
2. Kurangnya sarana dan prasarana pendukung seperti modul atau bahan ajar
3. Kurangnya kompetensi guru PJOK atau terapis dengan Anak Disabilitas.
4. Kurangnya pemahaman guru karena berlatar belakang yang berbeda dengan

bidangnya terhadap perkembangan Motorik Kasar anak disabilitas.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan, banyaknya faktor yang menyebabkan kurangnya motorik kasar pada anak. Agar cakupan penelitian ini lebih jelas dan tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda, serta adanya beberapa keterbatasan peneliti, maka pada kesempatan kali ini penulis membatasi variabel-variabel yang mempunyai hubungan erat dengan analisis program aktifitas anak dan kemampuan motorik kasar. Pembatasan ini adalah hanya melihat Program Aktifitas Fisik dalam mendukung Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Disabilitas yang berada dalam Layanan Intervensi Terpadu di UPTD LDPI Kota Padang dengan peneliti akan mengukur tingkat kemampuan motorik kasar pada Anak .

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas dapat ditentukan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apa saja Bentuk Layanan Program Aktifitas Fisik Anak Disabilitas Intelektual?
2. Bagaimana Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Disabilitas Intelektual?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi tentang :.

1. Bentuk Layanan Program Aktifitas Fisik yang diberikan
2. Bagaimana Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Disabilitas Intelektual

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi peneliti, dengan adanya penelitian ini akan menambah wawasan, pengetahuan mengenai kepribadian anak disabilitas, motorik, dan pengalaman tersendiri dalam penelitian ini.
- b. Bagi guru atau pendamping anak serta tenaga ahli di UPTD Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusif Kota Padang ini memiliki kemampuan sesuai dengan bidang keahlian terutama pendidikan khusus upaya meningkatkan keprofesionalannya dalam mengajar.
- c. Bagi anak agar dapat dijadikan motivasi untuk meningkatkan keterampilan Motorik Kasar.
- d. Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keolahragaan.

2. Manfaat Praktis

Untuk memberikan sumbangsih khasanah untuk kebutuhan anak disabilitas Intelektual dan mengembangkan wawasan kompetensi guru dan juga bermanfaat bagi sekolah Inklusi.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan, adapun kesimpulan yang dapat diambil adalah:

1. Bentuk Layanan Program aktivitas fisik di lembaga UPTD Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusi ini bukan seperti pelajaran yang sering diajarkan oleh guru di sekolah, namun lebih berupa pendekatan anak melalui terapi gerak atau fisioterapi yang dirancang untuk membantu anak mengembangkan kemampuan motorik kasar sesuai kondisi dan kemampuan masing-masing. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan koordinasi tubuh, keseimbangan, kekuatan otot, serta rasa percaya diri melalui kegiatan fisik yang menyenangkan serta mampu mengendalikan regulasi anak secara mandiri hingga bisa menjadi berkarya dalam setiap kelebihan yang dimilikinya.
2. Dari perhitungan skor anak dengan menggunakan TGMD-2 maka dapat dilihat kemampuan motorik kasar pada anak disabilitas Intelektual kota Padang ini pada aspek keterampilan lokomotor memperoleh rata-rata 16,65 dari skor maksimal 33 yang berada pada klasifikasi sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah mampu melakukan gerakan dasar berpindah tempat, namun masih memerlukan pendampingan untuk mencapai kemampuan yang lebih optimal. Serta untuk keterampilan objek kontrol, anak memperoleh rata-rata 17,95 dari

skor maksimal 32, yang juga berada pada klasifikasi sedang. Untuk keseluruhan skor dapat diketahui bahwa Anak memiliki kemampuan motorik kasar pada fase kategori sedang, kedua aspek ini menggambarkan bahwa program terapi aktivitas fisik yang diberikan UPTD telah memberikan dampak positif terhadap perkembangan motorik kasar anak. Namun, kemampuan anak masih berada pada tahap berkembang sehingga perlu pendampingan berkelanjutan, variasi aktivitas, serta latihan yang terstruktur agar hasilnya lebih optimal.

B. Saran

1. Bagi Lembaga

Dengan adanya bahan penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan dalam menentukan kebijakan dalam mewujudkan kualitas pendidikan yang diharapkan tentang pertumbuhan dan perkembangan anak disabilitas.

2. Bagi Guru Pendamping

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang positif dalam meningkatkan kualitas pelayanan pendidikan. Guru juga akan memahami dengan betul-betul apa yang terjadi dalam gerak dasar anak yang di hambat oleh beberapa faktor tersebut. Sehingga guru akan lebih mudah mengetahui perkembangan siswanya.

3. Bagi Penulis

Dapat memperluas pemahaman mengenai pendidikan inklusif serta untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S1) di UNP

DAFTAR PUSTAKA

- Adriana D. Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain Anak. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
- Adolph, K. E., & Franchak, J. M. (2017). *The development of motor behavior*. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 8(1–2), e1430. <https://doi.org/10.1002/wcs.1430>
- Aglis Andhita Hatmawan, dan Slamet Riyanto. 2020. Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen,. Sleman: CV Budsi Utama
- Arikunto. (2015). Populasi dan Sampel. In S. Siyoto, & A. Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (p. 64). Yogyakarta: Literasi Media Publishin
- Atlantis Press. (2020). *Gross motor quotient comparison between children with intellectual disabilities and typical children*. Retrieved from <https://www.atlantispress.com/article/126007468.pdf>
- Badan Pembinaan Hukum Nasional. (2016). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas. Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia.
- Badau (2024) *Identifying the benefits of recovery programs of aquatic gymnastics, aquatic ludotherapy and therapeutic swimming on human motor, kinetotherapeutic and mental capacity*. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e38690>
- Bakhtiar, S. (2018). Pengantar Dasar Gerak Lokomotor Anak. Bandung: Penerbit Alfabeta
- Baqiyudin, G., Nurhasan, N., & Suroto, S. (2023). *Improving the Gross Motor Skills of Mentally Retarded Children Through Rhythmic Brain Gym Activities*. *International Journal of Educational Research & Social Sciences*, 4(5). <https://doi.org/10.51601/ijersc.v4i5.726>
- Block, M. E. (2016). *A teacher's guide to adapted physical education: Including students with disabilities in sports and recreation*. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing.
- Brian M. Cavagnari (2023) *The double burden of malnutrition and gross motor development in infants: A cross-sectional study*, hal 118-118 <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2023.05.001>

- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). Peridization: Theory and Methodology of Training. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9)
- Chen, A., Zhang, B., Li, C., & Wang, J. (2023). *Motor development and gross motor skills in children: An integrative review*. *Journal of Physical Activity and Child Health*, 15(3), 123-135. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101916>
- Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. (2025). *Gross motor developmental delay in children with autism spectrum disorder: A prevalence study in China*. Retrieved from <https://capmh.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13034-025-00858-9>
- Coyns, Tom. *Circuit Training Development Of strength & Conditioning, Coacing Ireland Ierland, The Lucozade Sport Education Programme*. <http://www.coachinginireland.com/files/circuittraining.pdf> (diakses tanggal 27 Oktober 2015).
- Depdiknas. 2008. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Jakarta : Dikmenum Depdiknas
- Deanira (2020) Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Anak Autisme SLB Autisma Dian Amanah Ngetak Sleman. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta
- Gadotra, A. (2020) *Faundamental movement skills in children with autism spectrum disorder: A systematic review*.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Gusril (2021) Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak. UNP Press
- Hartati (2020) *Policy Analysis of Sumedang Regency as Center for Sundanese Culture in Congklak Traditional Games* <https://doi.org/10.51773/sssh.v2i2>
- Junaedah, J., Thalib, S. B., & Ahmad, M. A. (2020). *The Outdoor Learning Modules Based on Traditional Games in Improving Prosocial Behaviour of Early Childhood*. *International Education Studies*, 13(10), 88. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n10p88>
- Jurnal STIKKU (2022). Pengaruh pengetahuan ibu, stimulasi, dan status gizi terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 1–5 tahun. Retrieved from <https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/jppk/article/view/1606>
- Jurnal PAUD Lectura (2023). Kasus keterlambatan motorik kasar pada anak tunadaksa usia dini di PAUD. Retrieved from <https://journal.unilak.ac.id/index.php/paud-lectura/article/view/10922>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tumbuh kembang Anak [halaman 133-

134]. From: Profil Kesehatan Indonesia 2023

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 66 Tahun 2014 tentang Pemantauan Pertumbuhan Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2014

Khadijah, S., & Amelia, R. (2020). Peran Aktivitas Motorik Kasar dalam Perkembangan Anak. Bandung: Pustaka Karya

Maharani, D., et al. (2023). Pengaruh latihan terapi fisik terhadap kemampuan berdiri dan berjalan anak cerebral palsy di sekolah luar biasa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 6(2), 45–53.

Maria, S., & Junaedah, T. (2019). Pengembangan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini. Jakarta: Penerbit Anak Cemerlang.

Nurdin, N. (2022). Pengaruh Bermain Outdoor terhadap Perkembangan Fisik Motorik dan Kreativitas Anak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 5819–5826. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3226>

Nurhayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain Dan Permainan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 52–64. <https://journal.uir.ac.id/index.php/generasiemas/article/view/6985>

PubMed. (2021). *Effect of hippotherapy on gross motor function in children with developmental delays: A quasi-experimental study*. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33781428>

Purna, S. K., Kardiyo, D. W., & Angga, P. D. (2020). Kerangka pembinaan olahraga disabilitas. *Zifatama Jawa*.

Purnama Sari N (2021). Hubungan Peran Keluarga dengan Kemampuan Motorik Kasar Anak Disabilitas Intelektual

Purwanto, D., & Baan, A. B. (2022). Pengaruh Aktivitas Pendidikan Jasmani Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 5669–5678. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3158>

Rahayubi, H. (2012). Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik. Bandung: Nusa Media

Sepdanius. E (2021). Aktifitas Fisik dan Psikososial Pada Lansia. Depok Sudaryanti. (2022). Pengembangan Model Pembelajaran Berbasis Bermain “Outdoor“ untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Siswa Taman Kanak-Kanak. Universitas Negeri Yogyakarta.

- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sukamti, E., R. (2007). *Perkembangan motorik*. Yogyakarta: UNY
- Soetjiningsih, I. G. (2015). *Ranuh, Tumbuh Kembang Anak* (Ed. 2). Jakarta: EGC
- Tanjungpura University, Anniza, S., Andriani, R., & Vinny, P. E. (2024). *Special Needs Children Nutritional Status with Gross Motor Delay Age 0-6 Years: An Overview*. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 6(2). <https://doi.org/10.24269/ijhs.v6i2.4749>
- Ulrich, D. A., Burghardt, A. R., Lloyd, M., & Tiernan, C. (2008). *Physical activity benefits of learning to ride a two-wheel bicycle for children with Down syndrome*. *Physical Therapy*, 88(1), 23–34. <https://doi.org/10.2522/ptj.20070043>
- Wahyuni, F., & Azizah, S. M. (2020). *Bermain dan Belajar pada Anak Usia Dini*. *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan Dan Keagamaan*, 15(01), 161–179. <https://doi.org/10.37680/adabiya.v15i01.257>
- Wang Thaijing. (2022) Judul “*Associations between Fundamental Movement Skills and Moderate-to-Vigorous Intensity Physical Activity among Chinese Children and Adolescents with Intellectual Disability*”
- Wicaksono, A. (2020) *Berjalan sebagai Latihan Fisik Sederhana yang dapat Memelihara Fungsi Fisiologis Tubuh*. *Jurnal Penelitian Universitas Tanjungpura*.
- Zulbahri, Z., Astuti, Y., Sasmitha, W., Pitnawati, P., Erianti, E., Damrah, D., & Rosmawati, R. (2022). *Effectiveness of Developing Gymnastics Learning Media With the Application of Teileren and Global (Ganze) a Method Based on Lectora Digital*. *Linguistics and Culture Review*, 6(3), 248–263. <https://doi.org/10.21744/lingcure.v6ns3.2133>