

**PENGARUH GERAK TARI BEDANA TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK TUNAGRAHITA
DI SAHABAT DIFABEL LAMPUNG**

(SKRIPSI)

Oleh

**FISCHA ANGGRAINI
NPM 2213043035**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

**PENGARUH GERAK TARI BEDANA TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK TUNAGRAHITA
DI SAHABAT DIFABEL LAMPUNG**

Oleh
Fischa Anggraini

Skripsi

Sebagai Salah Satu Untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Program Studi Pendidikan Tari
Jurusan Pendidikan Bahasa Dan Seni
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lampung



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

ABSTRAK

PENGARUH GERAK TARI BEDANA TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK TUNAGRAHITA DI SAHABAT DIFABEL LAMPUNG

Oleh

FISCHA ANGGRAINI

Penelitian ini merupakan penelitian *eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest* yang bertujuan mengetahui pengaruh gerak tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung. Subjek penelitian berjumlah 12 anak tunagrahita yang dipilih dari 20 orang berdasarkan adanya hambatan pada aspek motorik kasar. Kemampuan motorik kasar diukur menggunakan tes psikomotorik yang mencakup tiga aspek, yaitu lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, dengan indikator menyilangkan kaki, berjalan, menekuk, melompat, dan melempar bola. Instrumen penilaian disusun berdasarkan indikator tersebut dan telah dikonsultasikan kepada ahli sebagai bentuk validitas isi, sehingga setiap butir dinilai sesuai dengan kebutuhan penelitian. Penelitian berlangsung sejak instrumen dinyatakan layak, dengan pemberian *treatment* gerak tari Bedana sebanyak 16 kali dalam jadwal yang terstruktur. Data dikumpulkan melalui *pretest* sebelum *treatment* dan *posttest* setelah seluruh latihan selesai, kemudian dianalisis secara kuantitatif menggunakan nilai rata-rata, uji normalitas, serta uji hipotesis *paired sample t-test*. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari 58,1 saat *pretest* menjadi 73,9 pada *posttest*, dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga (H_0) ditolak dan (H_a) diterima. Temuan ini menegaskan bahwa, gerak tari Bedana berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita, sehingga layak direkomendasikan sebagai alternatif terapi motorik kasar bagi anak berkebutuhan khusus.

Kata Kunci: gerak tari bedana, motorik kasar, anak tunagrahita.

ABSTRACT

EFFECT OF BEDANA DANCE MOVEMENTS ON IMPROVING GROSS MOTOR SKILLS OF CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES AT SAHABAT DIFABEL LAMPUNG

By

FISCHA ANGGRAINI

This study employed an experimental method using a one-group pretest–posttest design aimed at determining the effect of Bedana dance movements on improving gross motor skills of children with intellectual disabilities at Sahabat Difabel Lampung. The research subjects consisted of 12 children with intellectual disabilities selected from a total of 20 children based on the presence of impairments in gross motor aspects. Gross motor skills were measured using a psychomotor test covering three aspects, namely locomotor, non-locomotor, and manipulative skills, with indicators including crossing legs, walking, bending, jumping, and throwing a ball. The assessment instrument was developed based on these indicators and was reviewed by experts as a form of content validity, ensuring that each item was appropriate for the research objectives. The study was conducted after the instrument was declared feasible, with Bedana dance movement treatment administered 16 times in a structured schedule. Data were collected through a pretest before the treatment and a posttest after all training sessions were completed, then analyzed quantitatively using mean scores, normality tests, and hypothesis testing with a paired sample t-test. The results showed an increase in the average score from 58.1 in the pretest to 73.9 in the posttest, with a significance value of $0.000 < 0.05$, indicating that H_0 was rejected and H_a was accepted. These findings confirm that Bedana dance movements have a significant effect on improving gross motor skills of children with intellectual disabilities and can therefore be recommended as an alternative gross motor therapy for children with special needs.

Keywords: *bedana dance movements, gross motor skills, children with intellectual disabilities.*

Judul Skripsi : PENGARUH GERAK TARI BEDANA TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK TUNAGRAHITA DI SAHABAT DIFABEL LAMPUNG

Nama Mahasiswa : **Fischa Anggraini**

Nomor Pokok Mahasiswa : **2213043035**

Program Studi : **Pendidikan Tari**

Jurusan : **Pendidikan Bahasa dan Seni**

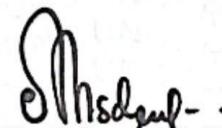
Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



1. Komisi Pembimbing,

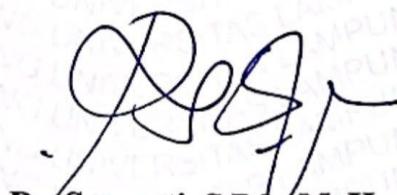
A handwritten signature in black ink, appearing to read "Afrizal Yudha Setiawan".

Afrizal Yudha Setiawan, S.Pd., M.Pd.
NIP 199304292019031017

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Amelia Hani Saputri".

Amelia Hani Saputri, S.Pd., M.Pd.
NIP 199503112019032017

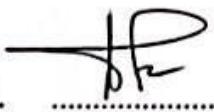
2. Ketua Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni,

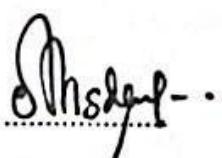
A handwritten signature in black ink, appearing to read "Dr. Sumarti".

Dr. Sumarti, S.Pd., M. Hum.
NIP 197003181994032002

MENGESAHKAN

1. Tim Pengaji

Ketua : Afrizal Yudha Setiawan, S.Pd., M.Pd. 

Sekretaris : Amelia Hani Saputri, S.Pd., M.Pd. 

Pengaji
Bukan Pembimbing : Dr. Fitri Daryanti, M.Sn. 



Dr. Albert Maydlantoro, S.Pd., M.Pd.
NIP 198705042014041001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Januari 2026

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fischa Anggraini
NPM : 2213043035
Fakultas/Jurusan : KIP/Pendidikan Bahasa dan Seni
Program Studi : Pendidikan Tari
Alamat : Prum Tj. Raya Permai Jl. Ratu di Balau Gg. Seroja Blk. 17
No. 23, Tanjung Senang, Bandar Lampung, Provinsi
Lampung

Dengan ini menyatakan bahwa Saya menyatakan bahwa skripsi ini murni hasil pemikiran dan kerja saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, tidak ada bagian dari karya ini yang diambil dari karya orang lain yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di perguruan tinggi mana pun. Setiap gagasan, kutipan, atau pendapat milik pihak lain yang menjadi rujukan telah saya cantumkan secara tertulis di dalam isi naskah serta dicantumkan pula pada daftar pustaka.

Bandar Lampung, 23 Januari 2026

Penulis,



RIWAYAT HIDUP



Nama lengkap Fischa Anggraini, dilahirkan di Bandar Lampung pada tanggal 16 Maret 2003. Anak kedua dari tiga bersaudara dari pasangan ayah Bustami dan ibu Sunaini. Peneliti mengawali pendidikan formal di TK Mekar Wangi diselesaikan pada tahun 2009. Melanjutkan pendidikan di SD Negeri 1 Tanjung Senang yang diselesaikan tahun 2016. Peneliti melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 19 Bandar Lampung dan lulus pada tahun 2018. Kemudian peneliti melanjutkan sekolah di SMAN 15 Bandar Lampung yang lulus pada tahun 2021. Pada tahun yang sama peneliti kuliah 1 tahun di Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang di jurusan Keperawatan Gigi. Peneliti diterima melalui jalur SBMPTN oleh Perguruan Tinggi Universitas Lampung pada tahun 2022 di Program Studi Pendidikan Tari.

Selama menempuh pendidikan di Universitas Lampung, peneliti mengikuti kegiatan organisasi maupun non-organisasi. Pada tahun 2023 peneliti mengikuti organisasi intra kampus BEM U KBM Unila dengan jabatan Staf Ahli dibidang Kominfo. Kemudian tahun 2022-2023 dan 2023-2024 peneliti mengikuti Himpunan Prodi yaitu Ikatan Mahasiswa Prodi Pendidikan Tari (IMASTAR) yang dipercaya mengemban amanah dalam bidang Kominfo. Tahun 2025 penulis telah melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Panca Karsa Purna Jaya, Kabupaten Tulang Bawang. penulis juga telah melakukan Pengenalan Lingkungan Persekolahan (PLP) di SMPN 1 Banjar Baru, Kabupaten Tulang Bawang.

MOTTO

وَأَن لَّيْسَ لِلْإِنْسَنِ إِلَّا مَا سَعَى
wa al laisa lil-insâni illâ mâ sa‘â

“Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya.”
(QS. An-Najm: 39)

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai syarat guna menyelesaikan studi sarjana di perguruan tinggi. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW. Dengan segala kerendahan hati, penulis mempersembahkan karya sederhana ini sebagai wujud kasih dan bakti yang tulus kepada :

1. Ibunda tercinta Sunaini, S.Ag. adalah sosok ibu yang selalu menghadirkan ketenangan dan kekuatan di saat saya mulai goyah, seolah setiap ucapannya mampu menenangkan hati saya. Dalam perhatian dan kasihnya, saya menemukan semangat baru untuk terus melangkah hingga tugas akhir ini terselesaikan. Kehadirannya menjadi cahaya yang membuat perjalanan panjang ini terasa lebih ringan dan penuh harapan. Dengan penuh cinta dan hormat, saya berterima kasih atas segala dukungan yang telah mama berikan sepanjang perjalanan saya meraih gelar ini.
2. Superhero keluarga, bapak Bustami sosok yang selalu menjadi sumber kekuatan dalam setiap langkah yang saya tempuh, bapak yang dengan ketulusan dan keberaniannya mengajarkan saya arti tanggung jawab, keteguhan hati, dan mandiri. Meski perjalanan hidup membawa saya melalui banyak lika-liku, kehadiran dan doa bapak senantiasa menjadi pegangan yang membuat saya mampu berdiri kembali. Setiap dukungan dan kasih sayang yang diberikan menjadi dorongan terbesar saya untuk menyelesaikan skripsi ini dengan sepenuh hati. Dengan rasa hormat dan cinta yang mendalam, karya ini saya persembahkan sebagai ungkapan terima kasih atas perannya yang begitu berarti dalam hidup saya.

3. Teruntuk Kakak M. Bachri Maulana, S.Pd., Gr. dan Adik tersayang Chaila Fitria, terima kasih telah menjadi sumber kekuatan yang selalu memberikan dukungan tanpa henti. Semangat dan motivasi tulus dari kalianlah yang mampu membuat bertahan dan menolak untuk menyerah hingga karya ini dapat diselesaikan.
4. Kepada keluarga besar Yayik Basid – Andung Nurmi serta Kakek Nasyaruddin Latief – Nenek Umayyah, saya menyampaikan rasa terima kasih yang tulus atas doa dan dukungan yang selalu mengiringi langkah saya.
5. Para pendidik dari jenjang TK hingga perguruan tinggi yang dengan penuh kesabaran membimbing, mengajarkan ilmu, dan menanamkan nilai-nilai kebaikan dalam setiap langkah saya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul "**Pengaruh Gerak Tari Bedana terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar pada Anak Tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung**". Karya ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi teladan dalam setiap perjalanan hidup. Penulis menyadari bahwa terselesaiannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, serta bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis menyampaikan apresiasi kepada.

1. Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani D.E.A., IPM., ASEAN Eng., selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd. selaku Dekan FKIP Universitas Lampung.
3. Dr. Sumarti, M.Hum. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni FKIP Universitas Lampung.
4. Dr. Dwiyana Habsary, M.Hum. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Tari Universitas Lampung.
5. Bapak Afrizal Yudha Setiawan, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I, yang dengan penuh kesabaran selalu memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini. Beliau senantiasa merespon dengan baik setiap kebutuhan akademik penulis dan memberikan dorongan yang menguatkan di saat penulis mengalami kesulitan. Terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan, semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan dan kelancaran dalam setiap urusan bapak.

6. Ibu Amelia Hani Saputri, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang dengan ketulusan dan kesabaran senantiasa memberikan arahan, masukan, serta motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi ini. Kehadiran beliau dalam setiap sesi bimbingan selalu memberikan kenyamanan dan kejelasan sehingga penulis mampu memahami setiap langkah yang harus ditempuh. Penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada ibu Amel yang dalam hal ini sekaligus selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang telah mensupport penulis dari awal hingga akhir.
7. Kepada Ibu Dr. Fitri Daryanti, M.Sn. selaku Dosen Pembahas, penulis ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya atas waktu, saran konstruktif, serta masukan berharga yang telah diberikan selama proses ujian dan penyempurnaan skripsi ini. Arahan yang Ibu berikan tidak hanya memperbaiki kualitas tulisan ini, tetapi juga memberikan perspektif baru yang sangat bermanfaat bagi pengembangan keilmuan penulis ke depannya.
8. Ibu Susi Wedhaningsih, M. Pd. selaku validator yang telah memberikan penilaian, masukan, dan koreksi yang sangat membantu penyempurnaan instrumen penelitian.
9. Ibu Etik Mutmainah, S.Pd., selaku validator yang telah berkenan memberikan penilaian dan masukan konstruktif untuk meningkatkan kualitas instrumen penelitian.
10. Bapak dan Ibu dosen di Program Studi Pendidikan Tari Universitas Lampung yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan inspirasi selama penulis menempuh pendidikan.
11. Staf dan karyawan Program Studi Pendidikan Tari Universitas Lampung yang telah membantu kelancaran administrasi dan berbagai kebutuhan penulis selama proses perkuliahan.
12. Sahabat Difabel Lampung sebagai lokasi penelitian yang telah memberikan kesempatan dan dukungan sehingga proses pengumpulan data dapat berlangsung dengan baik.
13. Teman-teman angkatan 2022, Pentawa, yang selalu menemani dalam suka maupun duka dan menjadi bagian penting dalam perjalanan penulis hingga terselesaiannya skripsi ini.

14. Saudara jamet-jametku, Khalista, Amara, Latifah, Anggy, dan Risa yang selalu memberikan dorongan, menemani proses panjang ini, serta menghadirkan warna dalam setiap langkah yang penulis jalani.
15. Koreografi Tradisi “Bukha Akhong”, Rika, Davita, Ana, Vanny, dan Ranti, telah menghadirkan begitu banyak kenangan mulai dari proses panjang tanpa mengenal waktu hingga menjahit kostum di malam hari yang semuanya menjadi bagian dari usaha bersama untuk melahirkan sebuah karya yang kami banggakan.
16. Koreografi Pendidikan “Kerincing”, Sari, Langit, dan Erin telah membuat sebuah karya yang berhasil tampil di layar lebar, menjadi kebanggaan tersendiri setelah melalui proses panjang yang dijalani bersama, termasuk perjalanan ke Tanggamus dengan motor hingga kehujanan yang kini menjadi kenangan berharga.
17. Koreografi Non-Tradisi “Gen-dis”, Jodi, Sukma, Nadia, dan Henny menjadi pengalaman yang tidak pernah penulis duga sebelumnya, karena karya ini justru membuka banyak sudut pandang baru tentang kehidupan. Prosesnya begitu panjang mulai dari mencari bahan, membuat pola kostum, hingga berbagai persiapan lainnya, namun terasa ringan karena dijalani bersama. Ada hal unik yang selalu dikenang, yaitu kebiasaan kami yang tak terpisahkan: jika satu pergi, semuanya ikut pergi. Kekompakkan dan kebersamaan itu membuat karya ini terasa sangat istimewa.
18. Tim Sendratari “Jejak Khah” yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan berkarya, menghadirkan pengalaman berharga melalui kerja sama, proses kreatif, dan kebersamaan yang tidak terlupakan.
19. Rekan-rekan KKN–PLP, yaitu Tria, Azrofa, Mala, Vika, Berlian, Nata, Farid, dan Dandi, yang telah menjadi teman seperjuangan selama 40 hari penuh kebersamaan dan kerja sama yang berkesan.
20. Ibu kantin yang selalu menyediakan makanan sehingga menjalani kegiatan perkuliahan dan penyusunan skripsi dengan lebih baik.

Penulis berharap agar segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini mendapatkan balasan pahala dari Allah SWT, serta semoga karya ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Aamiin

Bandar Lampung, 23 Januari 2026
Penulis



Fischa Anggraini
NPM 2213043035

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	6
1.5.1 Objek Penelitian	6
1.5.2 Subjek Penelitian	6
1.5.3 Tempat Penelitian	6
1.5.4 Waktu Penelitian	6
1.6 Hipotesis	7
II. TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Penelitian Terdahulu	9
2.2 Tuna Grahita	12
2.2.1 Klasifikasi Anak Tunagrahita	12
2.3 Kemampuan Motorik Kasar	13
2.3.1 Komponen Motorik Kasar	13
2.3.2 Motorik Anak Tunagrahita	15
2.4 Gerak Tari Bedana	15
2.5 Kerangka Berpikir	17
III. METODE PENELITIAN	20
3.1 Desain Penelitian	20
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	22
3.3 Variabel Penelitian	23
3.3.1. Variabel Independen	23
3.3.2. Variabel Dependen	24
3.4 Populasi dan Sampel	25
3.5 Sumber Data	26
3.5.1 Data Primer	26
3.5.2 Data Sekunder	26

3.6	Teknik Pengumpulan Data	27
3.6.1	Tes Psikomotorik	27
3.7	Instrumen Penelitian	28
3.7.1	Instrumen Tes	28
3.8	Teknik Analisis Data	32
3.8.1	Perhitungan Nilai Rata-Rata	33
3.8.2	Presentase.....	33
3.8.3	Uji Normalitas.....	34
3.8.4	Uji Hipotesis	35
3.9	Teknik Keabsahan Data	36
IV.	HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	39
4.1.1.	Gambaran Umum Penelitian.....	40
4.2.	Hasil Penelitian	41
4.2.1.	Deskripsi kegiatan awal (<i>Pretest</i>)	42
4.2.2.	Pemberian <i>Treatment</i> Gerak Tari Bedana	46
4.2.3.	Hasil <i>Posttest</i> Penilaian Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita	52
4.3.	Analisis Data Kemampuan Motorik Kasar	55
4.3.1.	Uji Normalitas.....	58
4.3.2.	Hasil Hipotesis	59
4.4.	Pembahasan.....	63
4.4.1.	Lokomotor.....	65
4.4.2.	Non-Lokomotor	67
4.4.3.	Manipulatif.....	68
V.	KESIMPULAN DAN SARAN	70
5.1	Kesimpulan	70
5.2	Saran	71
	DAFTAR PUSTAKA.....	73
	GLOSARIUM.....	76
	LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1.1. Jadwal Kegiatan Penelitian	7
Tabel 3.1. Rubik Penilaian Kemampuan Motorik Kasar	29
Tabel 3.2. Kategori Motorik Kasar	29
Tabel 3.3. Penilaian Kegiatan Motorik Kasar	31
Tabel 4.1. Daftar Nama Sampel Anak Tunagrahita.....	42
Tabel 4.2. Hasil <i>Pretest</i> pada Kemampuan Motorik Kasar.....	45
Tabel 4.3. Deskripsi <i>Treatment</i> Gerak Tari Bedana	47
Tabel 4.4. Hasil <i>Posttest</i> pada Kemampuan Motorik Kasar	54
Tabel 4.5. Hasil Pengukuran Statistik Deskriptif	56
Tabel 4.6. Perbandingan Kenaikan Persentase Penilaian Kemampuan Motorik Kasar	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1. Kerangka Berpikir	18
Gambar 3.1. Desain Penelitian.....	21
Gambar 4.1. Lokasi Penelitian	40
Gambar 4.2. Dokumentasi Penilaian <i>Pretest</i>	44
Gambar 4.3. Kegiatan <i>Treatment</i> Gerak Tari Bedana	46
Gambar 4.4. Dokumentasi Penilaian <i>Posttest</i>	52
Gambar 4.5. Hasil Uji Normalitas Kemampuan Motorik Kasar menggunakan <i>Shapiro-Wilk</i>	58
Gambar 4.6. Hasil Uji T (<i>Paired Sample T-Test</i>) Kemampuan Motorik Kasar	59
Gambar 4.7. Diagram Perbandingan Persentase <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Peningkatan kemampuan Motorik Kasar	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Penilaian Kegiatan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kemampuan Motorik Kasar	78
Lampiran 2. Rubik Penilaian <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kemampuan Motorik Kasar ...80	80
Lampiran 3. Kategori Hasil Penilaian Kemampuan Motorik Kasar80	80
Lampiran 4. Hasil Uji Validasi Instrumen Penilaian <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>81	81
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian di Sahabat Difabel Lampung85	85
Lampiran 6. Balasan Surat Izin Penelitian.....86	86
Lampiran 7. Hasil Nilai <i>Pretest</i> Kemampuan Motorik Kasar.....87	87
Lampiran 8. Hasil Nilai <i>Posttest</i> Kemampuan Motorik Kasar88	88
Lampiran 9. Hasil Nilai yang diperoleh dari <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>89	89
Lampiran 10. Hasil Statistik Deskriptif90	90
Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas menggunakan IBM SPSS Statistics versi 25 .91	91
Lampiran 12. Hasil Uji T menggunakan IBM SPSS Statistics versi 2591	91
Lampiran 13. Dokumentasi Kegiatan Penilaian <i>Pretest</i> Kemampuan Motorik Kasar.....92	92
Lampiran 14. Dokumentasi Kegiatan <i>Treatment</i> Gerak Tari Bedana93	93
Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan Penilaian <i>Posttest</i> Kemampuan Motorik Kasar.....95	95
Lampiran 16. Dokumentasi Bersama Narasumber dan Validator96	96

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak tunagrahita merupakan individu yang memiliki hambatan dalam perkembangan kognitif motorik dan kemampuan adaptif (Widiastuti & Winaya, 2019: 117). Salah satu permasalahan yang sering muncul adalah keterlambatan dalam perkembangan motorik kasar. Motorik kasar mencakup kemampuan seperti menyilangkan kaki, berlari, melompat, menjaga keseimbangan dan koordinasi tubuh secara keseluruhan. Anak tunagrahita sering kali menunjukkan kelemahan dalam melakukan aktivitas fisik yang melibatkan kontrol otot besar sehingga berdampak pada kepercayaan diri dan partisipasi dalam kegiatan sosial. Hambatan ini tidak hanya memengaruhi aktivitas pembelajaran tetapi juga membatasi kemampuan anak dalam menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Kemampuan motorik kasar sangat penting sebagai fondasi dasar bagi kemandirian anak dalam menjalani kehidupan sehari-hari seperti berpakaian mandi atau bermain. Ketika aspek ini tidak berkembang secara optimal anak akan lebih bergantung pada bantuan orang lain yang pada akhirnya memengaruhi perkembangan sosial dan emosionalnya. Hal ini menunjukkan pentingnya intervensi yang mampu merangsangkan perkembangan motorik kasar anak tunagrahita secara bertahap. Salah satu bentuk intervensi yang potensial adalah melalui aktivitas gerak atau latihan fisik yang menyenangkan seperti gerakan tari. Dengan pendekatan yang sesuai anak dapat mengembangkan kemampuan motoriknya sekaligus merasa lebih percaya diri dalam beraktivitas (Widiastuti & Winaya, 2019: 119).

Kemampuan motorik kasar merupakan aspek penting yang harus dikembangkan pada anak tunagrahita agar mereka dapat menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri. Berdasarkan studi penelitian (Esposito & Marascio, 2023) dari *The American Journal of Occupational Therapy* menunjukkan 21 dari 20 orang mengalami peningkatan yang signifikan pada fungsi motorik kasar dengan latihan terapi tari balet. Latihan motorik tidak cukup dilakukan secara mekanis melainkan harus bersifat menyenangkan dan komunikatif agar lebih mudah diterima. Anak tunagrahita umumnya lebih tertarik pada aktivitas yang melibatkan gerak visual dan irama (Lutfiah, 2017). Pendekatan pembelajaran yang menggabungkan unsur gerak ritmis menjadi lebih efektif untuk meningkatkan partisipasi dan keterlibatan mereka. Suasana yang menyenangkan akan membuat latihan motorik lebih mudah diterima dan berdampak positif terhadap keseimbangan koordinasi serta kontrol tubuh.

Latihan motorik dapat dilakukan melalui aktivitas gerak ritmis atau tari yang terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan fisik anak tunagrahita. Berdasarkan penelitian (Lutfiah, 2017) salah satu bentuk gerak ritmis tradisional yang cocok untuk digunakan adalah gerak Tari Bedana yang berasal dari daerah Lampung (Sofia, 2014: 19). Tari Bedana memiliki gerakan berulang yang sederhana, ritmis, dan mudah diikuti, sehingga sesuai dengan karakteristik belajar anak berkebutuhan khusus. Penemuannya memukakan bahwa dari 9 ragam gerak Tari Bedana, yang mampu dipelajari oleh anak tunagrahita yaitu hanya 3 ragam gerak. Ketiga ragam gerak Tari Bedana itu adalah ragam gerak *belitut*, *humbak muloh*, dan *ayun*.

Berdasarkan analisis penelitian (Lutfiah, 2017) Ragam gerak *belitut* melatih pola berjalan menyilangkan kaki yang menuntut perpindahan berat badan secara terkontrol, sehingga membantu meningkatkan keseimbangan dinamis dan kestabilan langkah. Ragam gerak *humbak muloh* melibatkan langkah samping dan ayunan lengan yang terkoordinasi, yang berperan dalam melatih kemampuan berjalan ke berbagai arah. Ragam gerak *ayun* menghadirkan langkah kaki berulang dengan ritme yang konsisten, sehingga membantu anak memahami pola berjalan teratur dan transisi menuju gerakan melompat ringan. Ragam gerak *ayun*

menekankan sikap berdiri berirama dengan tekukan ringan pada lutut yang dilakukan berulang, sehingga meningkatkan kontrol otot, keseimbangan statis, dan kesiapan anak tunagrahita dalam melakukan gerak non-lokomotor secara lebih mantap dan terarah. Ketiga ragam gerak Tari Bedana ini *belitut*, *humbak muloh* dan *ayun* melatih ayunan tangan yang terkontrol, penguatan otot lengan, serta koordinasi mata–tangan sehingga gerakan lempar menjadi lebih tepat, mantap, dan terarah.

Melalui latihan gerak Tari Bedana anak dapat mengembangkan kekuatan otot, keseimbangan, kelenturan, serta koordinasi gerak tubuh secara bertahap dan terarah. Tari Bedana memiliki struktur gerakan yang sejalan dengan prinsip rangsangan motorik kasar karena mampu mengaktifkan komponen lokomotor (seperti menyilangkan kaki, berjalan), non-lokomotor (menekuk dan melompat), serta manipulatif (melempar bola) (Monicha, 2020: 25). Pemilihan 5 aspek kegiatan didasari oleh analisis gerak tari bedana serta indikator dalam motorik kasar. Kegiatan aspek yang menunjang peningkatan motorik kasar anak tunagrahita yaitu menyilangkan kaki, berjalan, menekuk, melompat, dan melempar bola menjadi dasar uji dalam penelitian ini. Selain meningkatkan kemampuan motorik kasar, latihan berbasis gerak Tari Bedana juga memperkenalkan budaya lokal secara menyenangkan kepada peserta didik.

Sahabat Difabel Lampung merupakan yayasan luar biasa yang melayani peserta didik dengan berbagai kategori kebutuhan khusus, yaitu *down syndrome*, tunarungu (B), dan tunagrahita (C). Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti, dari total 20 siswa tunagrahita yang terdaftar, sekitar 60% menunjukkan hambatan dalam aspek motorik kasar. Kondisi ini berdampak pada keterbatasan siswa dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari secara mandiri. Hambatan motorik kasar ini menjadi tantangan besar dalam proses pembelajaran karena dapat memengaruhi kepercayaan diri dan partisipasi siswa dalam kegiatan yayasan.

Pemilihan Sahabat Difabel Lampung sebagai lokasi penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan penting. Yayasan ini memiliki keberagaman peserta didik dengan kebutuhan khusus yang sesuai dengan fokus penelitian, khususnya tunagrahita. Selain itu, pihak yayasan menunjukkan dukungan yang baik terhadap kegiatan penelitian dan bersedia memberikan akses terhadap data serta fasilitas yang dibutuhkan. Yayasan ini juga memiliki pendekatan pembelajaran yang terbuka terhadap metode alternatif dan inovatif, termasuk pembelajaran berbasis seni dan gerak. Hal ini menjadikan Sahabat Difabel Lampung sebagai tempat yang relevan dan potensial untuk mengkaji pengaruh gerak tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar.

Penelitian mengenai intervensi motorik kasar pada anak tunagrahita telah banyak dilakukan, terutama dengan menggunakan metode permainan, senam ritmik, atau tari modern. Namun masih sangat terbatas penelitian yang secara spesifik mengangkat tari tradisional daerah sebagai bentuk terapi motorik dalam konteks pendidikan khusus. Tari tradisional yang dipilih yaitu gerak tari Bedana yang fokus utama menggerakkan otot otot besar dan banyak gerak menggunakan kaki sebagai tumpuan dalam bergerak (Wahid, 2024: 4). Kekosongan riset ini menunjukkan adanya ruang untuk mengeksplorasi pendekatan budaya lokal sebagai terapi yang lebih kontekstual dan bermakna. Penelitian ini berusaha mengisi celah tersebut dengan mengkaji secara empiris pengaruh gerak Tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita. Dengan mengangkat elemen budaya lokal, diharapkan hasil penelitian ini juga dapat memperkaya referensi terapi untuk anak tuna grahita di SLB secara kreatif.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh gerak Tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak tuna grahita di Sabahat Difabel Lampung?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh gerak Tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Peserta Didik

Pembelajaran Tari Bedana membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik secara menyenangkan sekaligus menumbuhkan kemandirian. Selain itu, kegiatan ini mengenalkan budaya Lampung melalui pengalaman belajar seni tari.

1.4.2 Manfaat bagi Guru/Pendidik

Penelitian ini bermanfaat sebagai acuan dalam menerapkan terapi motorik kasar melalui gerak tari yang sesuai bagi anak tunagrahita. Guru dapat memahami bentuk rangsangan fisik seperti gerakan dalam Tari Bedana, untuk melatih motorik kasar anak. Terapi ini juga membantu guru membangun interaksi yang lebih positif dan empatik dengan siswa berkebutuhan khusus.

1.4.3 Manfaat bagi Yayasan

Penelitian ini memberikan manfaat bagi yayasan dalam merancang program kegiatan tambahan yang menyenangkan di luar jam pelajaran untuk melatih kemampuan motorik kasar anak tunagrahita.

1.4.4 Manfaat bagi Peneliti Lain

Penelitian ini masih memerlukan pengembangan melalui kajian lanjutan. Penelitian selanjutnya disarankan mengkaji motorik kasar dan halus secara lebih menyeluruh serta memperpanjang durasi penelitian agar peningkatan motorik kasar berlangsung optimal. Selain itu, penggunaan desain, sampel, dan instrumen yang lebih beragam diharapkan dapat memperkuat hasil penelitian.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung. Fokus pengamatan diarahkan pada perubahan kemampuan motorik kasar setelah anak menerima *treatment* gerak Tari Bedana.

1.5.2 Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah 12 orang peserta didik tunagrahita yang beryayasan di Sahabat Difabel Lampung.

1.5.3 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sahabat Difabel Lampung yang berlokasi di Jl. Flamboyan 2, Labuhan Dalam, Kec. Tj. Senang, Kota Bandar Lampung, Lampung 35141. Yayasan tersebut terdapat peserta didik tunagrahita yang mengikuti program layanan pendidikan dan pelatihan keterampilan. Kondisi tersebut mendukung pelaksanaan *treatment* gerak Tari Bedana untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

1.5.4 Waktu Penelitian

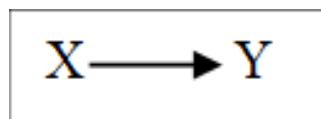
Waktu penelitian berlangsung sejak bulan Agustus 2025 hingga bulan Januari 2026. Seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari observasi awal, penyusunan proposal penelitian hingga hasil dan kesimpulan, dilakukan dalam rentang waktu tersebut. Berikut adalah jadwal kegiatan penelitian yang disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1.1. Jadwal Kegiatan Penelitian

No	Kegiatan	Waktu Kegiatan (Bulan)					
		Agustus 2025	September 2025	Oktober 2025	November 2025	Desember 2025	Januari 2026
1	Observasi Awal						
2	Penyusunan Proposal Penelitian						
3	Pelaksanaan Penelitian						
4	Pengolahan Data						
5	Penyusunan Hasil Penelitian						
6	Hasil dan Kesimpulan						

1.6 Hipotesis

Hipotesis berasal dari dua suku kata yaitu *hypo* dan *thesis*. *Hypo* yang berarti "sementara atau lemah kebenarannya" sedangkan *thesis* yaitu pernyataan/teori. Sehingga hipotesis memiliki pengertian pernyataan sementara yang perlu dilakukan uji kebenarannya. Hipotesis juga perlu dilakukan guna untuk menjawab pertanyaan penelitian. Hipotesis bisa menjadi acuan saat pengumpulan data. Hipotesis atau dugaan sementara biasa digunakan dalam karya ilmiah dengan metode kuantitatif (Hamdani & Sa'diyah, 2025: 67-68)



Gambar 1.1. Skema Hipotesis
(Sumber : Anggraini, 2026)

Keterangan

- X = Variabel Bebas (mempengaruhi)
Y = Variabel Terikat (dipengaruhi)

Hipotesis ini merupakan dugaan yang bersifat sementara maka perlu adanya uji lebih mendalam untuk mencari tau kebenarannya. Dalam penelitian eksperimen hipotesis berisikan pernyataan tentang pengaruh, perbedaan variabel variabel lain, atau lebih dari dua variabel. Pada penelitian ini, peneliti membandingkan atau menghubungkan dua variabel yang diuji sehingga peneliti mendapatkan hasil baru

dari penelitian yang telah dilakukan. Pada penelitian ini menggunakan 2 variabel, variabel (X) gerak Tari Bedana dan variabel (Y) kemampuan motorik kasar. Sehingga hipotesis pada penelitian ini adalah H_0 tidak ada pengaruh gerak Tari Bedana terhadap kemampuan motorik kasar anak Tunagrahita. Hipotesis alternatif (H_a) yaitu adanya pengaruh gerak Tari Bedana terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu menjadi landasan penting dalam mengembangkan kajian mengenai pengaruh latihan motorik terhadap anak tunagrahita. Berbagai studi telah dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas metode intervensi dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar, seperti melalui permainan edukatif, senam ritmis, dan terapi gerak. Setiap penelitian memberikan kontribusi terhadap pemahaman tentang strategi pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan fisik anak berkebutuhan khusus. Dengan menelaah hasil-hasil penelitian tersebut, peneliti dapat memahami pendekatan yang telah terbukti efektif serta mengetahui keterbatasan yang masih ada. Subbab ini akan menguraikan beberapa penelitian yang relevan sebagai pijakan dalam menyusun rancangan penelitian tentang gerak tari Bedana. Adapun beberapa penelitian yang menjadi rujukan dari penelitian ini, antara lain:

Penelitian yang dilakukan oleh Anatasya (2025) berjudul “*Pengaruh Teknik Gerak Ukel terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Anak Down Syndrome di Komunitas PIK POTADS Lampung*” menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini memberikan perlakuan berupa teknik gerak ukel selama tiga bulan guna mengamati peningkatan kemampuan motorik halus secara signifikan pada anak dengan *down syndrome*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif dari pemberian rangsangan gerak tradisional terhadap aspek motorik halus. Perbedaan utama antara penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada fokus variabel yang diteliti, di mana penelitian Anatasya menitik beratkan pada motorik halus, sedangkan penelitian ini mengkaji pengaruh gerak tari Bedana terhadap peningkatan motorik kasar. Subjek dalam penelitian ini

adalah anak tunagrahita yang berada di lingkungan yayasan luar biasa, bukan komunitas *down syndrome*.

Perbedaan konteks, sasaran, dan jenis kemampuan motorik yang dikaji menjadi alasan penting untuk melakukan penelitian ini sebagai kajian yang berbeda namun saling melengkapi. Manfaat penelitian ini terletak pada upaya memperluas pemahaman mengenai penggunaan gerak tradisional sebagai sarana pengembangan kemampuan fisik anak berkebutuhan khusus. Kontribusi penelitian ini juga terletak pada penguatan literatur tentang hubungan antara seni budaya lokal dengan intervensi pendidikan khusus. Dengan menjadikan gerak Tari Bedana sebagai media terapi motorik kasar, penelitian ini menghadirkan perspektif baru yang mengintegrasikan nilai budaya dengan kebutuhan perkembangan anak tunagrahita.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Mahar (2012) berjudul “*Pengaruh Terapi Bermain Paper Toys Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Anak Retardasi Mental di SLB Negeri Cerme*” memiliki objek penelitian berupa anak dengan retardasi mental (tuna grahita) yang mengalami hambatan dalam kemampuan motorik kasar dan halus. Masalah dalam penelitian ini dipecahkan menggunakan pendekatan quasi-eksperimental, dengan memberikan perlakuan berupa terapi bermain menggunakan media paper toys, yang dirancang untuk merangsang koordinasi motorik anak. Jumlah populasi dalam penelitian tersebut sebanyak 36 anak, dengan sampel terpilih 16 orang, dan instrumen penilaian menggunakan *Gross Motor Skill Assessment*, sama seperti penelitian ini. Persamaannya terletak pada fokus pengembangan kemampuan motorik pada anak berkebutuhan khusus dan penggunaan instrumen penilaian keterampilan motorik kasar, sedangkan perbedaannya terletak pada jenis perlakuan (terapi bermain vs rangsangan tari Bedana), jenis motorik yang dikembangkan (kasar dan halus vs hanya kasar), dan desain eksperimen (quasi vs pra-eksperimen). Judul ini dipilih sebagai referensi karena relevan secara subjek dan metodologi, serta menunjukkan efektivitas intervensi berbasis aktivitas terhadap peningkatan keterampilan motorik anak tuna grahita, sehingga dapat memperkuat landasan penelitian yang sedang dilakukan.

Penelitian yang dilakukan oleh Lutfiah (2017) berjudul “*Pembelajaran Tari Bedana untuk Anak Tunagrahita Di SLB Negeri Metro*” bertujuan untuk mendeskripsikan proses pembelajaran dan hasil Tari Bedana pada siswa tunagrahita. Penelitian ini menggunakan teori pembelajaran humanistik, dengan desain penelitian deskriptif kualitatif. Sumber data diperoleh dari guru dan tiga peserta didik, dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian tersebut menekankan bagaimana teori pembelajaran humanistik dapat diterapkan dalam konteks pendidikan khusus, khususnya bagi anak tunagrahita. Objek penelitian lebih berfokus pada proses dan hasil belajar seni tari sebagai bentuk pengembangan potensi diri siswa. Dengan demikian, penelitian Lutfiah memberikan kontribusi penting dalam memahami implementasi pembelajaran berbasis seni tari untuk anak berkebutuhan khusus.

Berbeda dengan penelitian Lutfiah, penelitian ini dirancang untuk memecahkan masalah mengenai pengaruh gerak Tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita. Tari Bedana tidak lagi diposisikan semata sebagai media pembelajaran, tetapi lebih difungsikan sebagai bentuk terapi motorik. Persamaan kedua penelitian terletak pada objek yang sama, yaitu penggunaan tari Bedana pada anak tunagrahita, namun perbedaannya terletak pada fokus dan tujuan yang ingin dicapai. Relevansi penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah adanya bukti bahwa Tari Bedana dapat diadaptasi dalam pendidikan khusus, sehingga memberikan dasar pijakan untuk mengeksplorasi fungsi lain dari tari tersebut. Pemilihan judul penelitian ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk menghadirkan pendekatan baru yang lebih kontekstual, yakni menjadikan gerak tari Bedana sebagai intervensi terapeutik.

Penelitian mengenai pengembangan motorik kasar anak tunagrahita masih menunjukkan adanya kekosongan, terutama dalam konteks penggunaan pendekatan budaya lokal sebagai studi terapi. Pendekatan budaya lokal seperti seni tari tradisional belum banyak dieksplorasi sebagai studi terapi yang kontekstual dan bermakna bagi anak berkebutuhan khusus. Studi yang dilakukan oleh (Wahid, 2024: 71-72) menunjukkan bahwa Tari Bedana memiliki potensi signifikan dalam meningkatkan koordinasi gerak, keseimbangan, dan kemampuan fisik. Penelitian

tersebut bersifat deskriptif dan belum menyentuh aspek intervensi terukur dalam jangka waktu tertentu. Penelitian ini dirancang untuk menjawab keterbatasan tersebut dengan pendekatan yang lebih empiris dan berbasis data. Hasil yang diperoleh diharapkan dapat memperkuat pemahaman bahwa pendekatan budaya lokal mampu menjadi bagian dari strategi pendidikan inklusif yang relevan secara sosial dan budaya.

2.2 Tuna Grahita

Tuna grahita merupakan kondisi keterbatasan intelektual yang ditandai dengan kemampuan kognitif di bawah rata-rata dan hambatan dalam perilaku adaptif, termasuk keterampilan sosial, konseptual, dan praktis (Dzakiyyah dkk, 2024: 148). Anak dengan kondisi ini mengalami kesulitan dalam memahami instruksi, memecahkan masalah sederhana, dan beradaptasi dalam lingkungan sosial maupun akademik. Dalam konteks pendidikan khusus, anak tuna grahita diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, yaitu ringan, sedang, dan berat, berdasarkan tingkat kebutuhan dan hambatan fungsional yang dimiliki. Kondisi ini juga berdampak pada perkembangan fisik, khususnya keterampilan motorik kasar yang sering kali berkembang lebih lambat dibandingkan anak dengan perkembangan tipikal.

2.2.1 Klasifikasi Anak Tunagrahita

Anak tuna grahita diklasifikasikan ke dalam tiga kategori utama berdasarkan tingkat intelektual dan kemampuan adaptif, yaitu tuna grahita ringan, sedang, dan berat. Klasifikasi ini merujuk pada tingkat IQ dan kemampuan individu dalam menjalani aktivitas kehidupan sehari-hari, seperti komunikasi, perawatan diri, dan interaksi sosial. Anak tuna grahita ringan umumnya memiliki IQ antara 50–70 dan masih mampu mengikuti program pendidikan dengan dukungan, sedangkan anak tuna grahita sedang memiliki IQ 35–50 yang masih mampu dilatih tetapi membutuhkan pengawasan intensif serta pendekatan pembelajaran yang lebih konkret (Maulidiyah, 2020: 94). Anak tunagrahita berat memiliki IQ di bawah 35 dan mengalami keterbatasan yang sangat signifikan dalam komunikasi, dan aktivitas dasar lainnya sehingga memerlukan pendampingan penuh sepanjang waktu. Klasifikasi ini penting

untuk menentukan strategi pembelajaran yang tepat, termasuk dalam penerapan rangsangan gerak yang sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan masing-masing kategori (Hakim, 2016: 36–37).

2.3 Kemampuan Motorik Kasar

Motorik kasar merupakan kemampuan melakukan gerakan yang melibatkan otot-otot besar tubuh seperti otot tangan, kaki, dan punggung yang berperan penting dalam aktivitas fisik sehari-hari seperti berjalan, melompat, berlari, dan menjaga keseimbangan. Kemampuan ini berkembang seiring pertumbuhan anak dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan, aktivitas fisik, serta kematangan sistem saraf dan otot. Motorik kasar juga berkaitan erat dengan koordinasi, kekuatan otot, dan kemampuan tubuh dalam merespons rangsangan gerak secara menyeluruh (Dzakiyyah, dkk. 2024: 149-150). Penguasaan motorik kasar yang baik akan membantu anak dalam menjalani aktivitas secara mandiri dan meningkatkan rasa percaya diri. Perkembangan motorik kasar dapat diamati melalui tahapan kemampuan gerak dasar hingga keterampilan gerak kompleks yang lebih terstruktur. Latihan dan permainan fisik yang menyenangkan dapat menjadi sarana efektif untuk merangsang aspek motorik kasar sejak usia dini.

2.3.1 Komponen Motorik Kasar

Motorik kasar terdiri dari tiga komponen utama, yaitu keterampilan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif (Monicha, 2020: 24–25). Ketiga komponen ini saling berkaitan dan berperan penting dalam membentuk kemampuan gerak dasar anak. Setiap komponen melibatkan aktivitas fisik yang memanfaatkan otot-otot besar tubuh serta menuntut koordinasi, keseimbangan, dan kontrol gerakan. Sejalan dengan pendapat Gallahue & Ozmun dalam buku *Understanding Motor Development* menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar merupakan fondasi penting bagi keterampilan fisik yang lebih kompleks menekankan bahwa pembelajaran berbasis gerak sangat efektif untuk merangsang perkembangan motorik kasar karena gerakan yang dilakukan secara berulang mampu meningkatkan keterampilan secara bertahap (Sholihah & Hamami, 2024: 117).

Keterampilan gerak lokomotor merupakan kemampuan anak untuk melakukan gerakan berpindah tempat, seperti berjalan, dan meyilangkan kaki. Komponen ini berperan dalam mengembangkan kekuatan otot, kelincahan, serta koordinasi tubuh secara menyeluruh. Aktivitas lokomotor memungkinkan anak menjelajahi lingkungan sekitar dan memperluas pengalaman geraknya. Berdasarkan Gallahue & Ozmun dalam (Monicha, 2020: 25) menyebutkan bahwa keterampilan lokomotor muncul sejak dini dan akan terus berkembang jika diberikan rangsangan yang tepat. Dalam praktiknya gerakan melangkah dan berputar seperti pada aktivitas Tari Bedana dapat membantu memperkuat keterampilan lokomotor anak secara alami dan menyenangkan.

Komponen kedua yaitu keterampilan gerak non-lokomotor meliputi gerakan yang dilakukan tanpa berpindah tempat, seperti membungkuk, memutar tubuh, menekuk, melompat. Gerakan ini penting untuk membantu anak mengembangkan kontrol tubuh, stabilitas postural, dan koordinasi gerak statis. Berdasarkan Gallahue & Ozmun dalam (Monicha, 2020: 25) menjelaskan bahwa keterampilan non-lokomotor diperlukan untuk mendukung aktivitas gerak lainnya karena melatih keseimbangan tubuh dalam berbagai posisi. Aktivitas seperti menyeimbangkan tubuh dalam posisi berdiri atau berputar pada tempat tertentu, seperti yang dilakukan dalam gerak Tari Bedana, dapat menjadi latihan efektif dalam penguatan aspek non-lokomotor anak.

Komponen terakhir keterampilan gerak manipulatif, yaitu gerakan yang melibatkan koordinasi otot-otot besar tubuh untuk memanipulasi diri, seperti melempar, menangkap, menendang, memukul, menggiring, dan aktivitas fisik lainnya yang melibatkan penggunaan seluruh tubuh secara terkoordinasi. Keterampilan ini menuntut koordinasi antara penglihatan dan gerakan anggota tubuh untuk menghasilkan gerak yang tepat sasaran. Gallahue & Ozmun dalam (Monicha, 2020: 25) menyebutkan bahwa keterampilan manipulatif sangat penting dalam mendukung perkembangan anak dalam

aktivitas. Selain itu latihan manipulatif dapat meningkatkan keterampilan sosial, konsentrasi, dan ketepatan gerakan.

2.3.2 Motorik Anak Tunagrahita

Perkembangan motorik kasar pada anak tuna grahita umumnya mengalami hambatan karena adanya keterbatasan fungsi intelektual, kontrol gerak, serta respons sensorik yang belum optimal. Anak tunagrahita cenderung menunjukkan performa gerak yang lebih lambat, kurang terkoordinasi, dan memerlukan waktu lebih lama untuk menguasai keterampilan fisik dasar seperti berjalan, melompat, atau menyeimbangkan tubuh. Hasil (Ardianto, 2013) penelitian di SLB Bakti Putra Ngawis menunjukkan bahwa rata-rata kemampuan motorik kasar anak tunagrahita berada di bawah 61% sebelum diberikan intervensi berbasis permainan, yang menunjukkan rendahnya kapasitas gerak yang dimiliki. Temuan ini memperkuat urgensi adanya pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak, terutama yang mampu merangsang sistem motorik melalui pengalaman fisik langsung.

2.4 Gerak Tari Bedana

Tari Bedana merupakan salah satu tari tradisional dari Provinsi Lampung yang memiliki karakteristik gerak ritmis, dan berulang (Wahid, 2024: 2). Tari ini umumnya dibawakan secara berkelompok dengan pola gerak yang melibatkan langkah kaki, ayunan tangan, dan perubahan posisi tubuh yang harmonis. Ragam geraknya menuntut keterlibatan otot besar tubuh, seperti kaki, tangan, dan punggung, sehingga sangat potensial dalam melatih kemampuan motorik kasar. Unsur estetika dalam Tari Bedana tetap mengutamakan ketepatan gerak dan keseimbangan, yang relevan dengan kebutuhan pelatihan fisik anak berkebutuhan khusus. Oleh karena itu gerak Tari Bedana tidak hanya bernilai budaya, tetapi juga memiliki fungsi terapi yang dapat dimanfaatkan dalam pengembangan fisik anak tunagrahita.

Berdasarkan hasil penelitian (Lutfiah, 2017) pembelajaran Tari Bedana dinilai lebih sesuai untuk anak tunagrahita. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa dari sembilan ragam gerak Tari Bedana, hanya tiga ragam gerak yang efektif dalam menstimulasi anak berkebutuhan khusus, yaitu *belitut*, *humbak muloh*, dan *ayun*. Ketiga ragam gerak ini dilakukan secara berulang dan terstruktur sehingga mudah diikuti oleh anak. Gerakan *belitut* membantu melatih keseimbangan dan koordinasi tubuh melalui langkah kaki yang menyilang. *Humbak muloh* berfungsi untuk melatih kerja sama antara gerakan tangan dan kaki, sehingga kemampuan motorik anak dapat berkembang dengan lebih baik. Sementara itu, gerakan *ayun* memberikan rangsangan pada kesadaran posisi tubuh melalui irama langkah yang sederhana dan konsisten, sehingga membantu anak dalam mengontrol gerak dan kekuatan otot.

Gerak Tari Bedana dijadikan sebagai bentuk terapi gerak untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tuna grahita di Sahabat Difabel Lampung. Gerakan yang terstruktur dan berulang dalam gerak Tari Bedana memberikan stimulasi pada sistem motorik, khususnya dalam aspek koordinasi, kekuatan, keseimbangan, dan kelenturan tubuh. Selain itu, pelibatan anak dalam aktivitas kelompok melalui tari ini juga mendorong motivasi dan partisipasi aktif yang berdampak positif pada perkembangan fisik mereka. Pemilihan gerak Tari Bedana didasarkan pada kesesuaian karakteristik geraknya dengan kebutuhan anak tunagrahita, yang memerlukan pendekatan atau rangsangan terhadap motorik yang menyenangkan dan mudah dipahami (Lutfiah, 2017).

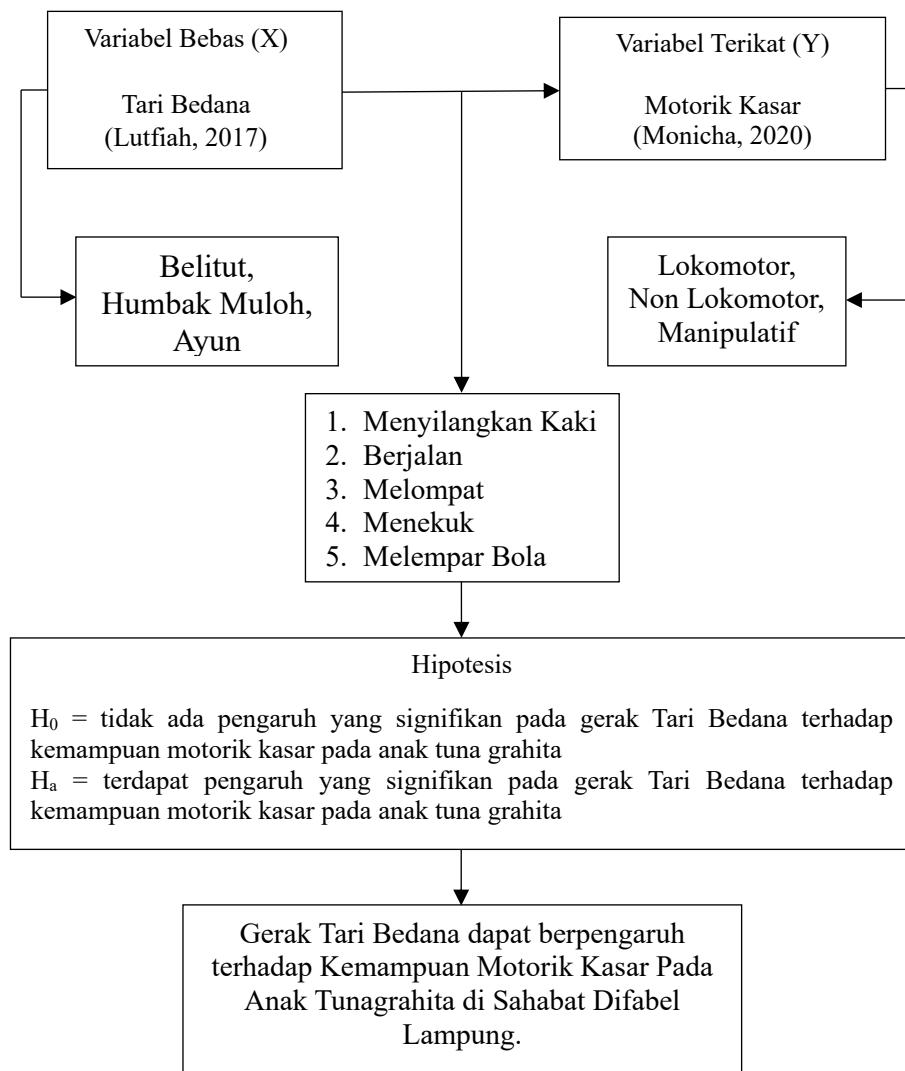
Rangsangan yang diberikan secara sengaja dan terencana untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Pada anak tuna grahita rangsangan dibutuhkan secara intensif karena mereka mengalami hambatan dalam koordinasi gerak, kekuatan otot, serta kontrol tubuh. Bentuk rangsangan motorik kasar yang efektif melalui gerakan ritmis dan menyenangkan, seperti gerak Tari Bedana. Gerakan ini melibatkan aktivitas fisik seperti melangkah, berputar, menekuk lutut, menendang serta menjaga keseimbangan tubuh yang secara langsung melatih otot besar dan kemampuan koordinasi anak. Dengan pendekatan yang sederhana dan repetitif, gerak Tari

Bedana menjadi terapi yang tepat untuk diterapkan pada anak berkebutuhan khusus, khususnya tunagrahita.

Menurut penelitian (Dzakiyyah, 2023: 73), aktivitas permainan yang memiliki pola berulang dan terstruktur dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan motorik kasar anak tunagrahita, terutama pada aspek keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan otot. Gerak Tari Bedana memiliki struktur gerakan yang sejalan dengan prinsip rangsangan tersebut, karena mampu mengaktifkan komponen lokomotor (seperti berdiri, melangkah dan berjalan), non-lokomotor (menekuk), serta manipulatif (melempar bola). Selain meningkatkan kemampuan fisik, aktivitas ini juga mendukung perkembangan sosial dan emosi anak melalui interaksi, kerja sama, dan rasa percaya diri selama kegiatan berlangsung. Suasana yang menyenangkan dan partisipatif menjadikan rangsangan ini lebih diterima dan dijalankan secara konsisten oleh anak.

2.5 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir adalah dasar pemikiran yang memuat teori atau konsep konsep serta variabel yang lebih mendalam yang terdapat di penelitian (Syahputri, dkk. 2023: 161). Kerangka berpikir ini disusun berdasarkan 2 variabel terikat dan variabel bebas. Motorik kasar dari (Monicha, 2020) untuk menggambarkan variabel terikat. Variabel bebas yaitu gerak Tari Bedana disusun berdasarkan hasil penelitian dari (Lutfiah, 2017). Kerangka berpikir disusun agar penelitian ini dapat memberikan gambar secara sistematis dan logis. Bagian ini berfungsi sebagai dasar teoritis yang mengarahkan alur pemikiran peneliti dalam menjawab rumusan masalah serta mengembangkan hipotesis yang akan diuji. Berikut kerangka berpikir pada penelitian ini.



Gambar 2.1. Kerangka Berpikir
(Sumber: Anggraini, 2025)

Berdasarkan gambar 2.1 Tari Bedana diposisikan sebagai variabel bebas (X) yang berfungsi sebagai *treatment* berbasis terapi untuk merangsang perkembangan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita. Kerangka berpikir ini menempatkan tiga ragam gerak utama, yaitu *belitut*, *humbak muloh*, dan *ayun*, sebagai sumber stimulasi fisik yang terstruktur, sistematis, dan berulang. Ragam gerak *belitut* melatih pola berjalan menyilangkan kaki yang menuntut perpindahan berat badan secara terkontrol, sehingga membantu meningkatkan keseimbangan dinamis dan kestabilan langkah. Ragam gerak *humbak muloh* melibatkan langkah samping dan ayunan lengan yang terkoordinasi, yang berperan dalam melatih kemampuan berjalan ke berbagai arah. Ragam gerak *ayun* menghadirkan langkah kaki berulang

dengan ritme yang konsisten, sehingga membantu anak memahami pola berjalan teratur dan transisi menuju gerakan melompat ringan. Ragam gerak *ayun* menekankan sikap berdiri berirama dengan tekukan ringan pada lutut yang dilakukan berulang, sehingga meningkatkan kontrol otot, keseimbangan statis, dan kesiapan anak tunagrahita dalam melakukan gerak non-lokomotor secara lebih mantap dan terarah. Ketiga ragam gerak Tari Bedana ini *belitut*, *humbak muloh* dan *ayun* melatih ayunan tangan yang terkontrol, penguatan otot lengan, serta koordinasi mata–tangan sehingga gerakan lempar menjadi lebih tepat, mantap, dan terarah. Ketiga ragam gerak tersebut dikemas dalam konteks seni budaya lokal agar latihan fisik menjadi aktivitas yang bermakna dan meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Variabel terikat (Y) dalam kerangka berpikir ini adalah kemampuan motorik kasar yang diukur melalui tiga indikator utama, yaitu lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan lima aspek kegiatan, yakni menyilangkan kaki, berjalan, melompat, menekuk, dan melempar bola. Indikator lokomotor diwakili oleh aspek menyilangkan kaki, dan berjalan yang dianalisis melalui pola langkah *belitut* serta ritme *humbak muloh*. Indikator non-lokomotor direpresentasikan oleh aspek menekuk dan melompat di tempat yang tersirat dalam sikap kaki menekuk dan lompatan ringan dengan kontrol statis pada ragam gerak *ayun*. Indikator manipulatif diukur melalui aspek melempar bola yang menilai koordinasi mata–tangan serta kekuatan lengan hasil dari latihan ayunan tangan pada gerak Tari Bedana. Panah dalam diagram menunjukkan hipotesis bahwa latihan berulang terhadap ragam gerak Bedana akan memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kelima aspek motorik kasar tersebut. Dengan desain *pretest-posttest*, perubahan skor kemampuan motorik kasar dianalisis secara empiris untuk menguji pengaruh *treatment*. Kerangka ini menegaskan bahwa Tari Bedana berpotensi diintegrasikan sebagai terapi edukatif berbasis budaya lokal di Sahabat Difabel Lampung.

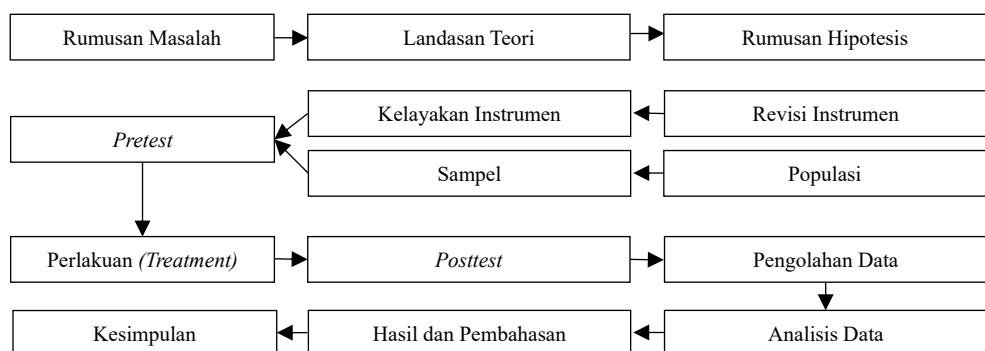
III. METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian yang berjudul “Pengaruh Tari Bedana Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung” menggunakan metode *eksperimen* kuantitatif. Menurut Creswell dalam (Sugiyono, 2019 : 111) Metode *eksperimen* kuantitatif digunakan saat penelitian mengukur sebab akibat dan peneliti harus mengendalikan antar variabel independen dan dependen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pemberian stimulus Tari Bedana terhadap kemampuan motorik kasar anak kebutuhan khusus sehingga pendekatan yang digunakan adalah *eksperimen* dengan pemberian perlakuan (*treatment*). Desain penelitian *eksperimen* dalam kuantitatif adalah metode penelitian yang dilakukan dengan percobaan, digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen (Sugiyono, 2019 : 111).

Desain penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah *one group pretest-posttest design*, yaitu suatu bentuk desain *pre-eksperimen* yang melibatkan satu kelompok subjek tanpa kelompok kontrol. Desain *one group pretest-posttest* digunakan karena memungkinkan peneliti mengetahui secara langsung perubahan kemampuan motorik kasar peserta didik sebelum dan sesudah diberikan perlakuan stimulus Tari Bedana. Melalui pengukuran awal (*pretest*) dan akhir (*posttest*), peningkatan yang terjadi dapat diamati secara sistematis sehingga pengaruh intervensi dapat dianalisis dengan jelas. Desain ini juga praktis diterapkan pada subjek terbatas seperti anak tunagrahita, serta sesuai untuk penelitian eksperimen sederhana di lingkungan yayasan.

Dalam desain ini subjek terlebih dahulu diberikan *pretest* untuk mengukur kondisi awal kemampuan motorik kasar sebelum perlakuan dilakukan. Selanjutnya kelompok tersebut diberikan perlakuan berupa terapi tari Bedana yang dilaksanakan secara intensif selama 16 kali *treatment*. Setelah masa *treatment* berakhir, dilakukan *posttest* untuk mengetahui adanya perubahan atau peningkatan yang terjadi pada kemampuan motorik kasar. Perbandingan antara hasil *pretest* dan *posttest* digunakan sebagai dasar untuk menilai pengaruh rangsangan gerak yang diberikan. Berikut skema desain penelitian ini.



Gambar 3.1. Desain Penelitian
(Sumber: Anggraini, 2025)

Desain penelitian ini menggambarkan alur sistematis untuk mengkaji pengaruh gerak Tari Bedana terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita dengan pendekatan *pre-eksperimen one group pretest-posttest*. Penelitian diawali dari perumusan masalah yang didukung oleh kajian teori dan pre-penelitian, kemudian disusun rumusan hipotesis sebagai dasar pengujian data. Tahap berikutnya adalah pengembangan dan uji kelayakan instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan motorik kasar, yang disusun berdasarkan indikator lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Populasi penelitian berjumlah 20 peserta didik tunagrahita, sedangkan sampel terdiri dari 12 anak yang tercatat mengalami hambatan motorik kasar. Pada tahap ini juga ditetapkan prosedur perlakuan berupa rangkaian gerak Tari Bedana yang diberikan kepada sampel dalam beberapa sesi terstruktur.

Pengumpulan data dilakukan melalui *pretest* sebelum perlakuan dan *posttest* setelah perlakuan Tari Bedana selesai dilaksanakan. Skor *pretest* dan *posttest* kemudian diolah dengan teknik analisis kuantitatif untuk melihat perubahan kemampuan motorik kasar yang terjadi. Proses pengolahan data meliputi penyusunan tabel, perhitungan statistik deskriptif, dan uji hipotesis sesuai desain penelitian yang digunakan. Hasil analisis tersebut memberikan informasi mengenai ada atau tidaknya perbedaan kemampuan motorik kasar sebelum dan sesudah *treatment*. Dari temuan inilah peneliti menyusun pembahasan yang mengaitkan hasil empiris dengan teori yang mendasari. Akhirnya, rangkaian langkah dalam desain penelitian ini menjadi dasar penarikan kesimpulan mengenai pengaruh gerak tari Bedana terhadap perkembangan motorik kasar anak tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung.

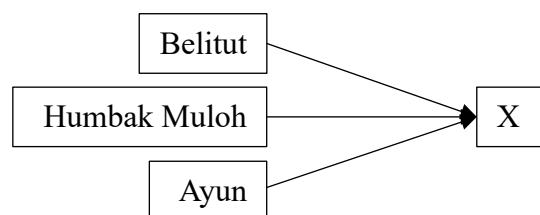
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sahabat Difabel Lampung yang berlokasi di Jl. Flamboyan 2, Labuhan Dalam, Kec. Tj. Senang, Kota Bandar Lampung, Lampung 35141. Yayasan ini merupakan satuan pendidikan khusus yang menyelenggarakan layanan bagi anak berkebutuhan khusus dengan tunagrahita (C), tuna wicara (F) serta *down syndrome* (P). Pemilihan lokasi penelitian di Sahabat Difabel Lampung didasarkan pada kesesuaian karakteristik peserta didik, yaitu anak tunagrahita yang membutuhkan stimulasi motorik terarah, serta dukungan lembaga terhadap pembelajaran kreatif berbasis gerak untuk pengembangan potensi siswa. Lingkungan belajar yang kondusif dan terbuka terhadap inovasi seni menjadikan lokasi ini relevan dengan tujuan penelitian. Penelitian dilaksanakan selama 16 kali *treatment* pada bulan Oktober hingga November 2025 agar peserta didik memiliki waktu yang cukup untuk beradaptasi dan menunjukkan peningkatan kemampuan motorik kasar secara bertahap.

3.3 Variabel Penelitian

3.3.1. Variabel Independen

Variabel bebas adalah variabel yang dapat mempengaruhi variabel lain (Susanti & Srifariyati, 2024 : 19). Variabel independen dalam penelitian ini adalah stimulasi gerak Tari Bedana, yaitu perlakuan atau intervensi yang diberikan kepada subjek penelitian berupa rangkaian gerakan ritmis dan terstruktur yang melibatkan aktivitas fisik seperti menyilangkan kaki, berjalan, melompat, menekuk, dan melempar bola (Monicha, 2020). Rangsangan ini dirancang untuk memberikan rangsangan pada sistem motorik kasar anak melalui pola gerak yang menyenangkan dan berulang. Gerak Tari Bedana diberikan secara intensif selama dua bulan dengan frekuensi dan durasi yang disesuaikan dengan kemampuan serta kebutuhan anak tunagrahita. Tujuan utama dari pemberian rangsangan ini adalah untuk meningkatkan fungsi otot besar, koordinasi tubuh, keseimbangan, serta kesadaran tubuh terhadap ruang gerak. Tari Bedana diharapkan memberikan pengaruh terhadap perubahan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita setelah perlakuan diberikan. Sehingga dapat dilihat pada bagan berikut.



Keterangan

X = Variabel Independen/Bebas (mempengaruhi)

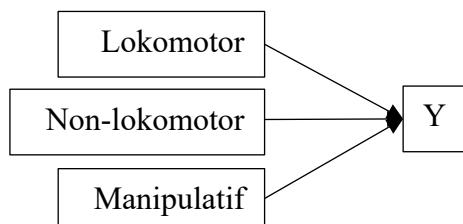
Aspek = *Belitut, humbak muloh, dan ayun*

Bagan tersebut menggambarkan hubungan antara beberapa ragam gerak dalam Tari Bedana, yaitu *belitut*, *humbak muloh*, dan *ayun*, sebagai bentuk perlakuan pembelajaran yang diberikan kepada peserta didik. Ketiga gerakan tersebut diarahkan secara terpadu untuk memengaruhi variabel X sebagai hasil yang diukur dalam penelitian, yaitu peningkatan kemampuan motorik kasar. Melalui penerapan gerakan yang melibatkan koordinasi,

keseimbangan, dan kekuatan tubuh, peserta didik distimulasi secara aktif dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, bagan ini menunjukkan bahwa kombinasi ragam gerak Tari Bedana berperan penting dalam memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik kasar peserta didik secara keseluruhan.

3.3.2. Variabel Dependen

Variabel terikat atau dependen adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Susanti & Srifariyati, 2024 : 19). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik kasar anak tunagrahita, yaitu hasil atau dampak yang diukur setelah subjek menerima perlakuan berupa rangsangan gerak tari Bedana. Kemampuan Motorik ini menyoroti 3 indikator lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif untuk menentukan peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung. Kemampuan motorik kasar merujuk pada keterampilan yang melibatkan penggunaan otot-otot besar tubuh, seperti menyilangkan kaki, berlari, melompat, menekuk, dan melempar bola. Pada anak tunagrahita kemampuan ini sering kali mengalami hambatan sehingga memerlukan *treatment* khusus untuk mengoptimalkannya (Widiastuti & Winaya, 2019). Pengukuran variabel ini dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* untuk melihat perbedaan tingkat kemampuan motorik sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Variabel ini menjadi indikator keberhasilan dari perlakuan gerak Tari Bedana dalam meningkatkan keterampilan fisik dasar yang penting bagi kemandirian dan partisipasi anak dalam aktivitas sehari-hari. Berikut bagan variabel dependen.



Keterangan

Y = Variabel Dependen/Terikat (dipengaruhi)

Indikator = Lokomotor, Non-lokomotor, Manipulatif

Bagan tersebut menggambarkan bahwa kemampuan motorik kasar (Y) dipengaruhi oleh tiga jenis gerak, yaitu lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor mencakup aktivitas menyilangkan kaki dan berjalan yang melatih perpindahan tubuh serta keseimbangan. Gerak non-lokomotor meliputi melompat dan menekuk yang berfungsi mengembangkan kelenturan dan kekuatan tubuh tanpa berpindah tempat secara dominan. Sementara itu, gerak manipulatif ditunjukkan melalui aktivitas melempar yang melatih koordinasi tangan dan mata. Ketiga jenis gerakan tersebut secara terpadu berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik.

3.4 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik tuna grahita yang terdaftar di Sahabat Difabel Lampung pada tahun ajaran 2025/2026. Populasi ini terdiri dari siswa dengan klasifikasi tunagrahita yang telah teridentifikasi secara administratif dan akademik oleh pihak yayasan. Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah keseluruhan siswa tunagrahita adalah 20 orang. Teknik pengambilan sampel berdasarkan administratif yayasan dengan rentan usia 13-20 tahun, hambatan kemampuan motorik kasar yaitu 60% dari 20 anak, yang berarti dapat ambil sampel sejumlah 12 peserta didik anak tunagrahita. Dalam penelitian ini pemilihan sampel tidak dilakukan secara acak, melainkan menggunakan teknik *non-probability sampling*.

Teknik *non-probability sampling* ini menempatkan peneliti sebagai pihak yang menentukan sampel, sehingga tidak semua anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terlibat dalam penelitian (Santina dkk, 2021). Pendekatan tersebut dipilih karena adanya pertimbangan tertentu yang berkaitan dengan tujuan dan kebutuhan penelitian. Jenis *non-probability sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu jenis teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu, teknik ini diambil berdasarkan jumlah hambatan kemampuan motorik kasar yang kurang di yayasan Sahabat Difabel Lampung (Suriani dkk, 2023 : 30). Pendekatan ini dinilai paling sesuai untuk memperoleh

gambaran menyeluruh mengenai pengaruh terapi Tari Bedana terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita secara komprehensif.

3.5 Sumber Data

3.5.1 Data Primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung dari hasil pengukuran kemampuan motorik kasar siswa tunagrahita sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa rangsangan gerak tari Bedana. Data ini dikumpulkan melalui pelaksanaan *pretest* dan *posttest* menggunakan instrumen yang telah disusun berdasarkan analisis gerak tari bedana yaitu *belitut*, *humbak muloh*, dan *ayun* serta indikator motorik kasar, yaitu lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, dengan mengamati lima aspek kegiatan menyilangkan kaki, berjalan, melompat, menekuk, dan melempar bola. Setiap pengukuran dilakukan secara sistematis dan terkontrol agar data yang diperoleh bersifat valid dan reliabel. Proses pengumpulan data ini dilakukan oleh peneliti dengan bantuan guru pendamping agar aktivitas berjalan sesuai prosedur dan tetap memperhatikan kondisi individual siswa.

3.5.2 Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari dokumen dan informasi pendukung yang berasal dari pihak yayasan, seperti data identitas siswa, klasifikasi kebutuhan khusus, serta catatan perkembangan kemampuan motorik kasar sebelumnya. Selain itu data sekunder juga mencakup referensi dari jurnal ilmiah, buku teori, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan topik rangsangan gerak dan perkembangan motorik anak tuna grahita. Sumber tersebut digunakan untuk memperkuat landasan teoritis dan mendukung analisis dalam pembahasan hasil penelitian. Pengumpulan data sekunder dilakukan melalui studi pustaka dan dokumentasi yang diperoleh dari Sahabat Difabel Lampung maupun sumber literatur akademik lainnya. Dengan adanya data sekunder peneliti dapat memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai konteks penelitian serta memastikan relevansi dan keakuratan temuan yang diperoleh.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan salah satu tahapan yang paling penting dan menentukan kualitas serta validitas hasil penelitian (Romdonia dkk, 2025 : 39). Teknik ini merujuk pada cara atau prosedur yang digunakan peneliti untuk memperoleh data dari subjek maupun objek penelitian. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes yang disusun berdasarkan indikator kemampuan motorik kasar. Tes dipilih karena dapat memberikan data kuantitatif yang terukur dan objektif mengenai kemampuan peserta didik. Melalui teknik ini, peneliti dapat membandingkan kondisi sebelum dan sesudah perlakuan secara lebih akurat. Dengan demikian penggunaan tes diharapkan mampu menjawab dan memperkuat hasil temuan di lapangan secara empiris.

3.6.1 Tes Psikomotorik

Ranah psikomotorik merupakan aspek yang berhubungan dengan keterampilan gerak atau kemampuan melakukan suatu tindakan yang muncul setelah peserta didik memperoleh pengalaman belajar tertentu (Larasati, dkk. 2023: 3256). Dalam penelitian ini fokus pengukuran psikomotorik bukan pada kemampuan peserta didik untuk mempraktikkan rangkaian gerak Tari Bedana secara utuh sebagai sebuah pertunjukan. Penekanan utamanya terletak pada sejauh mana *treatment* gerak Tari Bedana dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik. Gerak-gerak dalam Tari Bedana dimanfaatkan sebagai bentuk latihan yang terstruktur untuk menstimulasi komponen lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. *Treatment* ini diberikan dalam kurun waktu 2 bulan dengan frekuensi pertemuan yang telah direncanakan secara sistematis.

Tes psikomotorik dalam penelitian ini digunakan sebagai metode untuk mengukur kemampuan motorik kasar anak tunagrahita sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa rangsangan gerak Tari Bedana. Tes dilakukan dalam dua tahap, yaitu (*pretest*) sebelum perlakuan dan (*posttest*) setelah rangsangan berlangsung selama 16 *treatment*, untuk mengetahui peningkatan atau perubahan kemampuan motorik kasar yang terjadi. Penilaian dilakukan

melalui lembar tes yang telah divalidasi secara isi dan disesuaikan dengan kondisi serta karakteristik anak tunagrahita. Hasil tes digunakan sebagai data kuantitatif utama untuk dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics versi 25 dengan cara *paired sample t-test* dan dijadikan dasar dalam menarik kesimpulan mengenai pengaruh rangsangan gerak Tari Bedana terhadap kemampuan motorik kasar.

3.7 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data secara sistematis dan terukur. Instrumen penelitian berisi serangkaian pertanyaan yang digunakan untuk mengumpulkan data dari responden (Ardiansyah dkk, 2023 : 3–4). Pada penelitian ini peneliti menggunakan beberapa jenis instrumen yang disesuaikan dengan teknik pengumpulan data yang telah ditetapkan.

3.7.1 Instrumen Tes

Pedoman penilaian ini mengadaptasi alat ukur dari penelitian (Mahar, 2012) yang menggunakan *Gross Motor Skill Assessment* untuk menilai kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita. Skor dan kategori yang digunakan telah teruji dalam penelitian sebelumnya sehingga layak dijadikan acuan dalam pengukuran pada penelitian ini. Instrumen ini dinilai relevan karena memuat aspek-aspek gerak dasar seperti menyilangkan kaki, berjalan, melompat, menekuk, dan melempar bola. Kelima aspek tersebut merepresentasikan komponen utama motorik kasar yang menjadi fokus peningkatan melalui *treatment* gerak Tari Bedana. Dengan menggunakan pedoman ini, peneliti dapat memperoleh gambaran yang lebih rinci mengenai kemampuan motorik kasar setiap peserta didik. Selain itu, penggunaan instrumen yang sudah dikembangkan dan diuji oleh peneliti terdahulu membantu memperkuat validitas hasil pengukuran.

Tabel 3.1. Rubik Penilaian Kemampuan Motorik Kasar

Nilai (Skor)	Keterangan
4	Jika anak dapat melakukan sendiri dalam 1 kali instruksi
3	Jika anak dapat melakukan dengan pertolongan sedikit dalam 2 kali instruksi
2	Jika anak dapat melakukan dengan pertolongan sepenuhnya dalam 3 kali instruksi
1	Jika anak tidak dapat melakukan

(Sumber: Anggraini, 2026)

Tabel 3.1. menjelaskan pedoman pemberian skor untuk menilai kemampuan motorik kasar anak berdasarkan kecepatan dan tingkat kemandirian dalam melakukan gerakan. Skor yang digunakan berkisar dari 1 hingga 4, dengan skor 4 menunjukkan anak mampu melakukan gerakan secara mandiri dalam 1 kali instruksi. Sebaliknya, skor 1 diberikan apabila anak tidak mampu melakukan gerakan yang diminta. Skor 2 dan 3 menggambarkan kondisi anak yang masih membutuhkan bantuan dengan tingkat kemandirian yang berbeda. Melalui sistem skor ini, peneliti dapat menilai kemampuan motorik kasar anak secara lebih objektif dan terukur. Untuk mempermudah interpretasi hasil pengukuran, digunakan kategori penilaian berdasarkan rentang skor total yang diperoleh masing-masing siswa.

Tabel 3.2. Kategori Motorik Kasar

Nilai	Kategori
1-40	Sangat Kurang
41-70	Kurang
71-80	Cukup
81-90	Baik
91-100	Sangat Baik

(Sumber: Anggraini, 2026)

Setelah pengukuran kemampuan motorik kasar dilakukan, skor yang diperoleh kemudian diklasifikasikan ke dalam lima kategori, yaitu sangat kurang, kurang, cukup, baik, dan sangat baik. Pengkategorian ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih terstruktur mengenai tingkat perkembangan kemampuan motorik kasar setiap peserta didik. Dengan

adanya kategori tersebut peneliti lebih mudah membedakan peserta didik yang masih memerlukan perlakuan intensif dengan yang sudah menunjukkan perkembangan yang lebih baik. Klasifikasi skor membantu dalam menyajikan data secara deskriptif melalui tabel sehingga hasilnya lebih komunikatif dan mudah dipahami pembaca. Kategori yang jelas juga mempermudah proses perbandingan antara nilai sebelum dan sesudah perlakuan diberikan. Dengan demikian pengelompokan skor ke dalam lima tingkat kategori ini sangat membantu dalam menganalisis serta menarik kesimpulan mengenai pengaruh perlakuan yang diterapkan.

3.7.2 Pedoman Penilaian Kegiatan Motorik Kasar pada Anak Tunagrahita.

Pedoman ini digunakan untuk menilai peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita yang diadaptasi dari (Monicha, 2020) berdasarkan analisis dari gerak Tari bedana dan motorik kasar. Lima aspek, yaitu menyilangkan kaki, berjalan, melompat, menekuk, dan melempar bola. Setiap aktivitas pada kelima aspek tersebut dinilai menggunakan skor tertentu yang menggambarkan tingkat kemandirian anak dalam melakukan gerak. Penilaian tidak hanya melihat apakah gerakan berhasil dilakukan, tetapi juga seberapa tepat dan stabil gerak yang ditampilkan. Waktu pelaksanaan tugas motorik turut diperhatikan untuk melihat kecepatan dan konsistensi anak dalam menyelesaikan instruksi. Dengan demikian, satu aktivitas dapat memberikan informasi mengenai kekuatan, koordinasi, dan kontrol gerak anak. Melalui pedoman ini, kemampuan motorik kasar anak dapat diukur secara lebih objektif karena setiap skor memiliki kriteria yang jelas. Standarisasi penilaian juga memudahkan perbandingan kemampuan antar anak maupun antara hasil *pretest* dan *posttest*. Hasil pengukuran kemudian menjadi dasar untuk menilai efektivitas treatment gerak Tari Bedana terhadap perkembangan motorik kasar anak tunagrahita.

Tabel 3.3. Penilaian Kegiatan Motorik Kasar

Aspek yang Diamati	Jenis Kegiatan	Skor
Menyilangkan kaki	1. Berdiri dengan kaki menyilang sambil menjaga keseimbangan tubuh. 2. Duduk tegak sambil menyilangkan kaki kanan di atas kaki kiri. 3. Duduk bersila sambil menjaga posisi punggung tetap tegak. 4. Berdiri dengan kaki menyilang sambil merentangkan kedua tangan ke samping. 5. Melangkah menyilang ke depan mengikuti aba-aba guru.	
Berjalan	6. Berjalan sejauh 3–5 langkah di dalam kelas. 7. Berjalan menuju arah guru ketika dipanggil. 8. Berjalan membawa benda ringan (misalnya botol kosong). 9. Berjalan mengelilingi meja. 10. Berjalan mengikuti garis lurus dari pita yang ditempel di lantai.	
Melompat	11. Melompat di tempat tanpa berpindah. 12. Melompat maju satu langkah kecil. 13. Melompat satu kaki secara bergantian. 14. Melompat mengikuti irama hitungan guru. 15. Melompat di atas garis atau pita di lantai.	
Menekuk	16. Menekuk badan untuk mengambil mainan di lantai. 17. Menekuk lutut saat mengambil benda di depan kaki. 18. Menekuk badan saat duduk menjangkau benda. 19. Menekuk sambil memasukkan bola ke dalam keranjang rendah. 20. Menekuk badan mengikuti instruksi gerakan senam.	
Melempar Bola	21. Melempar bola ke arah keranjang dari jarak dekat. 22. Melempar bola ke tembok lalu menangkapnya. 23. Melempar bola ke arah guru dari jarak ± 1 meter. 24. Melempar bola dari posisi duduk. 25. Melempar bola sambil berdiri di satu tempat.	

(Sumber: Anggraini, 2026)

Tabel di atas memuat jenis kegiatan sederhana yang disesuaikan dengan kemampuan anak tunagrahita. Setiap aktivitas dirancang untuk memudahkan proses observasi dan penilaian terhadap lima aspek motorik kasar. Kegiatan yang dipilih bersifat praktis, terarah, dan dapat dilakukan dalam lingkungan yayasan tanpa alat yang kompleks. Melalui rangkaian aktivitas tersebut, pendidik dapat mengamati respons gerak anak secara lebih terstruktur dan konsisten. Selain itu penyusunan kegiatan dalam tabel diatas membantu memandu pelaksanaannya agar sesuai dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dengan demikian tabel ini berfungsi sebagai panduan operasional dalam mengimplementasikan penilaian kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita.

3.8 Teknik Analisis Data

Kegiatan analisis data dalam penelitian ini meliputi pengolahan dan penyajian data, melakukan berbagai perhitungan untuk mendeskripsikan data, dan melakukan analisis untuk menguji hipotesis (Sofwatillah dkk, 2024 : 80). Dalam tahap pengolahan data peneliti terlebih dahulu memeriksa, mengelompokkan, dan memasukkan data ke dalam tabel kerja agar siap dianalisis. Selanjutnya dilakukan perhitungan statistik deskriptif seperti nilai rata-rata, dan persentase untuk memberikan gambaran umum mengenai kemampuan motorik kasar peserta didik. Hasil perhitungan ini kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan diagram sehingga memudahkan pembacaan serta interpretasi temuan penelitian. Setelah itu, peneliti melanjutkan ke tahap analisis inferensial dengan menerapkan uji prasyarat, seperti uji normalitas, untuk memastikan kelayakan penggunaan uji statistik lanjutan. Apabila asumsi terpenuhi, dilakukan uji hipotesis menggunakan uji t berpasangan guna mengetahui perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest. Melalui rangkaian kegiatan analisis data ini, peneliti dapat menarik kesimpulan yang objektif mengenai pengaruh gerak tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita.

3.8.1 Perhitungan Nilai Rata-Rata

Perhitungan nilai rata rata adalah nilai rata-rata yang diperoleh berdasarkan teoritis dari alat ukur, bukan dari data empiris yang dikumpulkan di lapangan (Atmawarni dkk, 2022 : 22). Dalam konteks penelitian ini, pengukuran rata rata ditentukan dari rentang skor pada instrumen penelitian kemampuan motorik kasar, yang disusun berdasarkan indikator tertentu dengan skala penilaian tertentu. Nilai rata rata diperoleh dengan menggunakan software IBM SPSS Statistics versi 25. Pengukuran ini berfungsi sebagai tolok ukur untuk menilai apakah skor empiris menunjukkan peningkatan atau penurunan kemampuan motorik kasar. Dengan membandingkan mean empiris dan mean teoritik, peneliti dapat menyimpulkan tingkat perlakuan yang diberikan dalam penelitian.

$$\tilde{x} = \frac{x_1 + x_2 + \cdots + x_n}{n}$$

Keterangan

- \tilde{x} = rata-rata
- x = data yang akan dicari rata-ratanya
- n = banyaknya data

3.8.2 Presentase

Persentase digunakan dalam penelitian ini untuk menggambarkan tingkat pencapaian kemampuan motorik kasar peserta didik pada setiap indikator, baik sebelum maupun sesudah diberikan perlakuan pembelajaran Tari Bedana. Melalui perhitungan persentase, perubahan kemampuan pada aspek lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dapat terlihat secara lebih jelas dan sistematis. Data persentase memudahkan peneliti dalam membandingkan hasil pretest dan posttest sehingga peningkatan yang terjadi dapat dianalisis secara objektif. Dengan demikian, penggunaan persentase membantu menyajikan hasil penelitian secara sederhana namun informatif. Berikut rumus presentase.

$$x = \frac{p_1 + p_2}{2} \times 100\%$$

Keterangan

x = persentase hasil yang diperoleh

p_1 = skor atau nilai pada pengukuran *permulaan* (*pretest*)

p_2 = skor atau nilai pada pengukuran *kedua* (*posttest*)

3.8.3 Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari hasil *pretest* dan *posttest* berdistribusi secara normal. Distribusi normal merupakan syarat dasar untuk melakukan analisis parametrik dalam penelitian kuantitatif sehingga hasil uji statistik dapat dipercaya. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 25 dengan metode *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel kurang dari 50. Metode tersebut dipilih karena lebih sensitif untuk mendekripsi penyimpangan distribusi pada sampel kecil. Hasil uji normalitas kemudian digunakan sebagai dasar untuk menentukan kelayakan penerapan uji statistik parametrik, seperti uji t. Dengan demikian, uji normalitas menempati posisi penting sebagai gerbang awal sebelum peneliti melanjutkan ke tahap analisis (Isnaini dkk, 2025: 1379).

$$g = \frac{Sf - Si}{\text{maximum skor} - Si}$$

Keterangan :

g :Normalized Gain (N-Gain)

Sf :Skor *Posttest*

Si :Skor *Pretest*

Jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 maka data dianggap berdistribusi normal dan memenuhi asumsi analisis parametrik. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi berada di bawah 0,05 maka data dinyatakan tidak normal sehingga peneliti perlu mempertimbangkan penggunaan teknik analisis nonparametrik. Keputusan ini berpengaruh langsung terhadap jenis uji statistik yang akan digunakan dalam menguji

hipotesis penelitian. Oleh karena itu, interpretasi hasil uji normalitas harus dilakukan secara cermat agar tidak terjadi kekeliruan dalam memilih metode analisis. Uji normalitas yang dilakukan dengan prosedur yang tepat akan membantu menjaga keabsahan temuan penelitian. Dengan cara ini keseluruhan proses analisis data menjadi lebih sistematis, akurat, dan dapat dipertanggungjawabkan.

3.8.4 Uji Hipotesis

Hipotesis ini digunakan untuk menentukan dasar dari dugaan penelitian dengan menggunakan analisis *paired sample t-test*. Dalam penelitian ini, hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa tidak ada pengaruh gerak Tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung. Hipotesis alternatif (H_a) menyatakan bahwa terdapat pengaruh gerak Tari Bedana terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita di Sahabat Difabel Lampung. Kedua hipotesis tersebut disusun untuk memberikan landasan yang jelas dalam pelaksanaan uji statistik dan penafsiran hasil analisis data. Melalui perumusan H_0 dan H_a peneliti dapat menilai apakah data yang diperoleh mendukung dugaan adanya pengaruh perlakuan atau tidak. Dengan demikian, hipotesis pada tahap ini berfungsi sebagai langkah awal untuk menentukan diterima atau ditolaknya dugaan penelitian mengenai pengaruh gerak Tari Bedana.

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2} - 2r\left(\frac{S_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{S_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Keterangan:

\bar{X}_1 = rata-rata sampel sebelum perlakuan

\bar{X}_2 = rata-rata sampel setelah perlakuan

S_1 = simpangan baku sebelum perlakuan

S_2 = simpangan baku setelah perlakuan

n_1 = jumlah sampel sebelum perlakuan

n_2 = jumlah sampel setelah perlakuan

n_2 = jumlah sampel setelah perlakuan

Uji *paired sample t-test* digunakan untuk mengukur perbedaan skor antara *pretest* dan *posttest* dalam satu kelompok yang sama (Waluyo dkk, 2024 : 777). Tujuan utama uji ini adalah mengetahui apakah terdapat perubahan yang signifikan setelah peserta didik mendapatkan perlakuan berupa terapi tari Bedana. Penggunaan uji ini sesuai dengan desain penelitian yang menerapkan pendekatan *one group pretest–posttest*. Dalam analisisnya, skor rata-rata sebelum perlakuan dibandingkan dengan skor rata-rata sesudah perlakuan untuk melihat adanya peningkatan kemampuan motorik kasar. Hasil perbandingan rata-rata tersebut akan memberikan gambaran mengenai seberapa besar dampak perlakuan yang diberikan. Jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari perlakuan terhadap kemampuan motorik kasar. Dengan demikian, *paired sample t-test* menjadi alat uji yang tepat untuk menilai pengaruh terapi Tari Bedana dalam penelitian ini.

3.9 Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data adalah sejauh mana data yang diperoleh melalui instrumen penelitian benar-benar menggambarkan apa yang seharusnya diukur (Husnullail dkk, 2024 : 71). Dalam konteks penelitian ini, keabsahan menjadi penting untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh mencerminkan kondisi kemampuan motorik kasar anak tuna grahita secara objektif dan akurat. Teknik keabsahan data digunakan agar instrumen yang disusun memiliki kesesuaian dengan indikator yang diteliti dan layak diterapkan pada subjek penelitian. Teknik keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan validitas isi (*content validity*) yang diterapkan pada tahap awal penyusunan instrumen. Validitas isi (*content validity*) adalah bentuk validitas yang digunakan pada tahap awal ketika peneliti menyusun sebuah instrumen. Pada fase pengembangan instrumen, penelaahan validitas isi menjadi langkah penting untuk memastikan setiap butir penilaian benar-benar sesuai dengan aspek kemampuan yang hendak diukur. Melalui prosedur ini, peneliti mencocokkan indikator, kisi-kisi, serta bentuk butir dengan tujuan pengukuran yang telah dirumuskan sebelumnya (Mokhtar, dkk. 2023: 2).

Pelaksanaan validitas isi dilakukan melalui penilaian para ahli (*expert judgment*) yang memiliki kompetensi di bidang materi dan pengukuran. Para ahli diminta memberikan penilaian terhadap setiap butir instrumen menggunakan skala tertentu untuk menunjukkan tingkat kesesuaian, kejelasan, dan keterwakilan indikator yang diukur. Pada tahap ini, keabsahan data diuji melalui pertimbangan dan masukan para ahli terhadap keseluruhan butir yang disusun. Untuk mendukung validitas isi instrumen, penelitian ini menggunakan teknik *expert judgment* sebelum instrumen diterapkan di lapangan kepada peserta didik. Langkah ini dilakukan agar instrumen benar-benar selaras dengan tujuan penelitian, indikator kemampuan motorik kasar, serta karakteristik anak tunagrahita yang menjadi subjek.

Expert judgment adalah teknik validasi yang dilakukan dengan melibatkan pakar atau ahli untuk menilai kelayakan dan kesesuaian instrumen penelitian. Dalam penelitian ini teknik tersebut digunakan untuk mengevaluasi instrumen penilaian motorik kasar. Para ahli yang terlibat adalah ibu Susi Wedhaningsih, M.Pd selaku dosen Mata Kuliah Tari Pendidikan Khusus, dan ibu Etik Mudmainah, S.Pd selaku Ketua Yayasan Sahabat Difabel Lampung. Para ahli yang dilibatkan memiliki kompetensi di bidang pendidikan khusus dan perkembangan anak, khususnya yang memahami karakteristik anak tunagrahita. Penilaian dilakukan terhadap isi, bahasa, kesesuaian indikator, serta kemudahan dalam penerapan instrumen. Masukan yang diberikan ahli digunakan sebagai dasar revisi instrumen agar lebih tepat guna dan sesuai konteks. Teknik ini membantu menjamin bahwa instrumen memiliki validitas isi yang tinggi dan layak digunakan dalam penelitian ini (Rositasari, 2021 : 44).

Instrumen penelitian ini telah melalui proses *expert judgment* untuk menilai kelayakan penggunaan pada subjek dengan jumlah populasi kecil dalam satu kelompok penelitian. Para ahli mengevaluasi butir-butir instrumen berdasarkan kesesuaian dengan indikator kemampuan motorik kasar, kejelasan kisi-kisi instrumen, serta tingkat keterwakilan setiap aspek yang diukur. Hasil penilaian menunjukkan bahwa setiap butir mampu mengukur indikator secara tepat dan relevan, sehingga memenuhi kriteria validitas isi. Selain itu, konsistensi pengukuran yang diperoleh menunjukkan instrumen bersifat reliabel. Berdasarkan

tingkat kesesuaian yang tinggi dan kesimpulan para ahli, instrumen dinyatakan layak digunakan sebagai alat ukur dalam tes kemampuan motorik kasar peserta didik.

Uji instrumen pertama dilakukan oleh validator Ibu Susi Wedhaningsih, M.Pd., selaku dosen mata kuliah Tari Pendidikan Khusus. Berdasarkan hasil penilaian, diperoleh beberapa masukan dan revisi terhadap instrumen yang disusun peneliti. Revisi pertama berkaitan dengan rubrik penilaian yang semula menggunakan rentang skor 0–4 diubah menjadi 1–4. Perubahan ini dimaksudkan untuk menghindari adanya nilai nol yang dapat mengaburkan interpretasi kemampuan dasar anak. Revisi selanjutnya menyangkut kategori hasil penilaian yang awalnya menggunakan tiga skala, kemudian dikembangkan menjadi lima skala kategori untuk memperjelas tingkat pencapaian motorik kasar.

Validator kedua adalah Etik Mudmainah, S.Pd., yang bertugas sebagai Ketua Yayasan Sahabat Difabel Lampung. Pada proses uji instrumen oleh validator kedua ini, tidak terdapat revisi tambahan dari rubrik maupun kategori penilaian. Instrumen dinyatakan layak digunakan sebagai alat uji kemampuan motorik kasar pada anak tunagrahita. Setelah memperoleh persetujuan dari kedua validator, peneliti melakukan perbaikan instrumen sesuai masukan yang diberikan sebelum pelaksanaan tes. Sehingga instrumen tersebut telah layak digunakan dalam pengukuran tes.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis uji t pada nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* kemampuan motorik kasar diperoleh nilai t sebesar -32,374 dengan nilai signifikansi 0,000 yang berada di bawah taraf signifikansi 0,05. Kondisi ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata yang sangat signifikan antara kemampuan motorik kasar sebelum dan sesudah diberikan *treatment* gerak Tari Bedana pada anak tunagrahita. Sehingga hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak ada pengaruh perlakuan ditolak, sedangkan hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan adanya pengaruh gerak tari Bedana terhadap kemampuan motorik kasar diterima. Secara persentase peningkatan kemampuan motorik kasar mencapai 27,2% yang diperoleh dari hasil pengukuran menggunakan instrumen lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif pada lima aspek gerak, yaitu menyilangkan kaki, berjalan, menekuk, melompat, dan melempar bola. Temuan ini mengindikasikan bahwa program latihan gerak Tari Bedana berpengaruh dan baik digunakan sebagai salah satu bentuk terapi untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita.

Berdasarkan rangkaian proses pembelajaran dan hasil pengukuran kemampuan motorik kasar yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dari lima aspek indikator yang dinilai terdapat tiga aspek yang menunjukkan peningkatan yang berhasil dan signifikan setelah diberikan perlakuan pembelajaran. Keberhasilan pada tiga indikator tersebut menandakan bahwa intervensi yang diterapkan, khususnya melalui pembelajaran gerak Tari Bedana, efektif dalam menstimulasi sebagian besar kemampuan motorik peserta didik. Meskipun dua aspek lainnya belum menunjukkan hasil yang maksimal, temuan ini tetap memperlihatkan adanya perkembangan positif secara umum. Dengan demikian, pembelajaran yang

diberikan terbukti mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar pada beberapa indikator utama.

5.2 Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebagai berikut:

1. Bagi orang tua Sahabat Difabel Lampung (SADILA), penerapan gerak Tari Bedana diharapkan dapat menjadi bagian dari kegiatan rutin yang mendukung perkembangan anak. Latihan gerak ini memiliki peran penting dalam menstimulasi kemampuan motorik kasar, terutama bagi anak tunagrahita yang membutuhkan rangsangan gerak terarah. Keterlibatan orang tua dalam mendampingi latihan juga membantu menciptakan suasana belajar yang lebih nyaman dan konsisten. Melalui latihan yang berkelanjutan, anak dapat mengalami peningkatan kontrol gerak, koordinasi, serta kepercayaan diri.
2. Bagi Yayasan Sahabat Difabel Lampung (SADILA) diharapkan dapat mempertahankan dan mengembangkan program gerak tari Bedana sebagai salah satu bentuk layanan terapi gerak bagi anak tunagrahita, mengingat program ini terbukti berkontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar. Kegiatan latihan sebaiknya dijadwalkan secara rutin dan terstruktur, dengan durasi serta intensitas yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan masing-masing peserta didik. Yayasan juga disarankan untuk meningkatkan kompetensi pendidik dan pendamping melalui pelatihan terkait pembelajaran motorik kasar dan modifikasi gerak tari adaptif bagi anak berkebutuhan khusus. Perlu juga dilakukan dokumentasi dan evaluasi secara berkala terhadap perkembangan anak agar hasil intervensi dapat dimonitor dan dijadikan dasar perbaikan program di masa mendatang. Kolaborasi dengan orang tua dan pihak profesional juga penting untuk mengoptimalkan keberlanjutan terapi motorik kasar anak baik di sekolah maupun di rumah.
3. Penelitian ini belum sepenuhnya sempurna sehingga masih memerlukan pengembangan melalui penelitian lanjutan. Peneliti berikutnya disarankan untuk memperluas fokus kajian tidak hanya pada kemampuan motorik kasar, tetapi juga pada kemampuan motorik halus agar gambaran perkembangan

motorik anak tunagrahita dapat diperoleh secara lebih menyeluruh. Pengembangan intervensi yang menstimulasi koordinasi otot kecil, ketepatan gerak tangan, serta keterampilan manipulatif juga perlu dipertimbangkan melalui berbagai aktivitas yang bersifat edukatif dan kreatif. Selain itu, durasi waktu penelitian sebaiknya diperpanjang agar proses stimulasi motorik kasar dapat berlangsung secara berkesinambungan dan menghasilkan peningkatan kemampuan yang lebih optimal serta stabil dalam jangka panjang. Peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan desain penelitian yang lebih variatif, jumlah sampel yang lebih besar, serta instrumen pengukuran yang lebih beragam guna meningkatkan validitas, reliabilitas, dan daya generalisasi hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anatasya, P. N. (2025). *Pengaruh Teknik Gerak Ukel terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Anak Down Syndrome di Komunitas PIK POTADS Lampung*. [Skripsi, Universitas Lampung]. Digilib Unila.
<https://digilib.unila.ac.id/94182/>
- Azmi, A. (2014). *Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunarungu di SLB B Karnnamanohara Sleman*. [Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta]. Eprints UNY.
https://eprints.uny.ac.id/15840/1/SKRIPSI_AuliaAzmi.pdf
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9.
<https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Ardianto, R. (2013). *Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Di Slb Bakti Putra Ngawis Kabupaten Gunungkidul the Levels of Gross Motor Ability of Mentally Retarded Children in Slb Bakti Putra Ngawis Gunungkidul Regency*. 1–13.
- Atmawarni, A., Kusuma, S., & Fadilla, T. (2022). Model Pembelajaran E-Learning Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Siswa Smk Al Washliyah Pasar Senen 2 Kampung Baru Medan. *Journal of Education Technology and Civic Literacy (JET CIVIL)*, 3(1), 19–24.
<https://doi.org/10.30743/jetcivil.v3i1.6181>
- Dzakiyyah, D. M. N. (2023). Permainan Tradisional Terhadap Pendidikan Perkembangan Motorik Kasar Anak Pada Disabilitas Tunagrahita. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 4(2), 73–83.
<https://doi.org/10.52060/pgsd.v7i1.1651>
- Dzakiyyah, D. M. N., Sumaryanti, Suhartini, B., & Budiyanti, E. S. (2024). Permainan Tradisional Terhadap Pendidikan Perkembangan Motorik Kasar Anak Pada Disabilitas TunaGrahita. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 7(1), 148–157.
- Espósito, P., & Marascio, C. (2023). Effects of Ballet & Dance Programs on Gross Motor Skills in Children With Intellectual & Developmental Disabilities: A Scoping Review. *The American Journal of Occupational Therapy*, 77(Supplement_2).
<https://doi.org/10.5014/ajot.2023.77s2-po290>

- Hakim, A. R. (2016). Pengaruh Motorik Kasar Anak TunaGrahita Terhadap Motorik Halus. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 2(2), 33–49.
<http://www.ejournal.utp.ac.id/index.php/JIP/article/view/440/532>
- Hamdani, & Sa'diyah, H. (2025). Konsep Dasar Penyusunan Hipotesis dan Kajian Teori dalam Penelitian. *Journal Of Linguistics And Social Studies*, 2(2), 64–73.
- Husnulail, M., Syahran, R. M. J., & Asbui. (2024). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Riset Ilmiah. *Jurnal Genta Mulia*, 15(2), 70–78.
- Isnaini, M., Afgani, M. W., Haqqi, A., & Azhari, I. (2025). *Teknik Analisis Data Uji Normalitas*. 4(2), 1377–1384.
- Larasati, N. J., Bella, S., Nurhijatina, H., & Shaleh, S. (2023). Ranah Psikomotorik Dalam Konteks Pendidikan : Teknik dan Instrumen Asesmen yang Efektif. *Didaktif: Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 09(05), 3256–3273.
- Lutfiah, D. D. (2017). Kemampuan Peserta Didik Dalam Pengembangan Pembelajaran Tari Bedana Untuk Anak Tunagrahita Di Sbl Negeri Metro. [Skripsi, Universitas Lampung]. Digilib Unila.
<https://digilib.unila.ac.id/29176/>
- Mahar, A. F. (2012). Pengaruh Terapi Bermain Paper Toys Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Anak Retardasi Mental di SLB Negeri Cerme. [Skripsi, Universitas Airlangga]. Repository Unair.
https://repository.unair.ac.id/121275/1/Ainin%20Fitriana%20Mahar_010810127%20B.pdf.
- Maulidiyah, F. N. (2020). Media Pembelajaran Multimedia Interaktif untuk Anak Tunagrahita Ringan. *Jurnal Pendidikan*, 29(2), 93–100.
- Mokhtar, F., Jumaeda, S., & Prihono, E. W. (2023). Kelayakan Instrumen Kinerja Dosen Bidang Pengajaran. *Measurement in Educational Research*, 3(1), 1–8.
- Monicha, N. (2020). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Sirkuit. *Jurnal Cikal Cendikia*, 01(01), 33–42.
- Romdona, S., Junista, S. S., & Gunawan, A. (2025). Teknik Pengumpulan Data : Observasi, Wawancara, dan Kuesioner. *Jisosepol: Jurnal Ilmu Sosial Ekonomi Dan Politik*, 3(1), 39–47.
- Santina, R. O., Hayati, F., & Oktarina, R. (2021). Analisis Peran Orangtua Dalam Mengatasi Perilaku Sibling Rivalry Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1).
- Sholihah, N., & Hamami, N. (2024). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Permainan Jeki di RA Darul Ulum Mojorejo Kecamatan Kemlagi Kabupaten Mojokerto. *EduSpirit : Jurnal Pendidikan Kolaboratif*, 1(1), 111–116.
<https://journal.makwafoundation.org/index.php/eduspirit/article/view/877>

- Sofia, A. (2014). Perubahan Bentuk Tari Penyajian Tari Bedana Bandar Lampung. *Greget: Jurnal Kreativitas Dan Studi Tari*, 13(1), 12–29.
- Sofwatillah, Risnita, Jailani, M. S., & Saksitha, D. A. (2024). Teknik Analisis Data Kuantitatif dan Kualitatif dalam Penelitian Ilmiah. *Journal Genta Mulia*, 15(2), 79–91.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suriani, N., Risnita, R., & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36.
<https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- Susanti, O. M., & Srifariyati, S. (2024). Perumusan Variabel Dan Indikator Dalam Penelitian Kuantitatif Kependidikan. *Jurnal Pendidikan Rokania*, 9(1), 18–30.
- Syahputri, A. Z., Fallenia, F. Della, & Syafitri, R. (2023). Kerangka Berfikir Penelitian Kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(1), 160–166.
- Wahid, I. (2014). Kecerdasan Kinestetik Pada Ragam Gerak Tari Bedana. [Skripsi, Universitas Lampung]. Digilib Unila.
<https://digilib.unila.ac.id/86319/>
- Waluyo, E., Septian, A., Jerilian, E., Hidayat, I. N., Prahadi, M. A., & Sabilah, A. I. (2024). Analisis Data Sample Menggunakan Uji Hipotesis Penelitian Perbandingan Menggunakan Uji Anova dan Uji T. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 2(6), 775–785.
- Widiastuti, N. L. G. K., & Winaya, I. M. A. (2019). Prinsip Khusus Dan Jenis Layanan Pendidikan Bagi Anak Tunagrahita. *Jurnal Santiaji Pendidikan*, 9(2), 116–126.
<https://doi.org/10.36733/jsp.v9i2.392>.