

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Dalam kehidupan manusia semua orang berkeinginan untuk bisa mencapai segala hal yang diinginkannya. Tubuh dan jiwa yang sehat menjadi salah satu keinginan seluruh manusia karena dengan itu manusia bisa menjalani hidup dengan lebih maksimal. Di sisi lain ada lagi kebutuhan yang sifatnya penunjang tetapi menjadi satu hal yang penting juga yaitu meraih hal-hal istimewa dan memaksimalkannya yang bisa membuat diri manusia itu bahagia.

Kebahagiaan itu banyak munculnya dari lingkungan sekitar akibat dari bagaimana seorang manusia bisa menyesuaikan kehidupan di lingkungan sosialnya. Paduan antara olahraga dan kehidupan sosial mempunyai pengaruh penting untuk kebahagiaan manusia. Saat ini telah banyak bentuk olahraga yang sifatnya beregu maupun individual semuanya bisa dipastikan memiliki manfaat untuk kebaikan jasmani kesehatan juga penunjang hidup untuk beraktivitas dengan baik.

Dalam setiap gerakan-gerakan dalam berolahraga butuh adanya keselarasan pergerakan dari tiap bagian tubuh manusia yang terkoneksi langsung dari mata sebagai reseptor dan otak sebagai perencana dan eksekusi sampai berbuah tindakan oleh tiap bagian tubuh secara harmonis. Perlu diketahui semua proses itu masuk dalam konsep pembelajaran keterampilan gerak dasar.

Keterampilan gerak dasar merupakan prediktor keberhasilan dalam beraktivitas fisik. Menurut Marta et al., (1'), penguasaan keterampilan gerak dasar merupakan pondasi penting bagi anak untuk dapat terlibat dalam banyak macam aktivitas fisik di masa depan. menurut Zulfikar, (2023), keterampilan motorik kasar adalah gerakan yang kita lakukan dengan otot-otot besar, seperti otot-otot di kaki, lengan, dan tubuh. Contoh gerakan sehari-hari yang merupakan keterampilan motorik kasar termasuk berdiri, berjalan, berlari, melompat, membungkuk, melempar dan menangkap bola, berenang, dan mengendarai sepeda ( Cleveland, 2023).

Tunagrahita atau disabilitas intelektual adalah kondisi yang ditandai dengan keterbatasan signifikan dalam fungsi intelektual dan perilaku adaptif, yang dimulai sebelum usia 18 tahun (Singer et al., 2025). Disabilitas intelektual adalah kondisi neurodevelopmental yang memengaruhi fungsi kognitif dan adaptif, dengan onset biasanya sebelum usia 18 tahun menurut American Psychiatric Association (Rubi, 2024). Cleveland Clinic, (2023) menekankan bahwa disabilitas intelektual mempengaruhi kemampuan mental yang berdampak pada kecerdasan, pembelajaran, dan keterampilan hidup sehari-hari, dengan tingkat keparahan yang bervariasi di antara individu.

Individu dengan tunagrahita sering mengalami keterlambatan atau kesulitan dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar. Seidl et al., (2024) menyatakan bahwa kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk gangguan neurologis yang memengaruhi kontrol motorik dan koordinasi. Selain itu, tonus otot rendah (hipotonus) juga berkontribusi terhadap kesulitan dalam

mempertahankan postur dan melakukan gerakan yang terkontrol. Koordinasi yang buruk menjadi faktor lain yang menghambat kemampuan individu dalam melakukan tugas-tugas motorik yang kompleks. Kesulitan dalam memproses informasi sensorik dari lingkungan turut berpengaruh terhadap perencanaan dan pelaksanaan gerakan. Di samping itu, keterbatasan dalam perhatian dan memori dapat menghambat proses belajar dan mengingat keterampilan motorik baru, sehingga semakin menghambat motorik yang dialami individu dengan tunagrahita.

Keterbatasan dalam keterampilan motorik tidak hanya memengaruhi partisipasi dalam aktivitas fisik tetapi juga dapat berdampak pada kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan intervensi yang dapat meningkatkan keterampilan motorik dan partisipasi dalam aktivitas fisik bagi individu dengan disabilitas intelektual (Tian et al., 2023). Kurangnya aktivitas fisik pada tunagrahita juga dapat meningkatkan risiko obesitas, penyakit kardiovaskular, diabetes tipe 2, dan masalah kesehatan lainnya (WHO, 2016). Selain itu, isolasi sosial dan kurangnya kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebaya dapat menyebabkan masalah emosional dan perilaku.

Special Olympics Indonesia (SOIna) adalah organisasi yang menyediakan pelatihan dan kompetisi olahraga bagi individu dengan disabilitas intelektual di Indonesia. SOIna merupakan bagian dari gerakan Special Olympics internasional, yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan inklusi sosial bagi individu dengan disabilitas intelektual melalui olahraga (SOIna, 2023).

SOIna memainkan peran penting dalam mendukung perkembangan atlet tunagrahita melalui berbagai aspek. Program pelatihan SOIna dirancang untuk membantu atlet mengembangkan keterampilan motorik dasar dan keterampilan khusus olahraga. Selain itu, partisipasi dalam SOIna mendorong aktivitas fisik yang berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan kebugaran. Lebih jauh, SOIna juga berperan dalam mempromosikan inklusi sosial dengan memberikan kesempatan bagi atlet tunagrahita untuk berinteraksi dengan teman sebaya, pelatih, dan sukarelawan, sehingga dapat membangun hubungan sosial yang positif dan mengurangi stigma. Keberhasilan dalam olahraga yang difasilitasi oleh SOIna juga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri atlet, yang berpengaruh positif pada berbagai aspek kehidupan mereka.

Meskipun SOIna telah berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan keterampilan motorik dan inklusi sosial bagi atlet tunagrahita di Indonesia, penelitian tentang profil keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna masih terbatas. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai kekuatan dan kelemahan keterampilan motorik atlet futsal SOIna sangat penting untuk beberapa tujuan. Pertama, informasi ini dapat digunakan dalam perancangan program pelatihan yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan individu atlet. Kedua, penelitian dapat membantu mengidentifikasi area keterampilan motorik yang memerlukan intervensi khusus. Ketiga, hasil penelitian dapat digunakan untuk mengevaluasi efektivitas program SOIna dalam meningkatkan keterampilan motorik atlet. Selain itu, penelitian juga dapat menjadi dasar empiris bagi pengembangan standar dan pedoman pelatihan bagi atlet tunagrahita.

Lebih lanjut, penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan gerak dasar pada atlet futsal SOIna juga menjadi hal yang penting. Pemahaman tentang peran usia, jenis kelamin, dan tingkat keparahan disabilitas dapat memberikan wawasan mengenai bagaimana faktor-faktor tersebut memengaruhi perkembangan keterampilan motorik atlet. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan penelitian ini dengan mengidentifikasi dan menganalisis profil keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna di Indonesia, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi pada profil tersebut.

Salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh atlet SOIna adalah futsal. Atlet futsal *Special Olympics* Indonesia tidak hanya menunjukkan semangat kompetitif yang tinggi, tetapi juga mengalami peningkatan signifikan dalam aspek fisik, sosial, dan psikologis melalui partisipasi mereka dalam olahraga ini. Aktivitas bermain futsal menuntut keterampilan gerak dasar yang baik, seperti keseimbangan, koordinasi, kelincahan, serta kekuatan otot. Oleh karena itu, memahami profil keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna menjadi penting untuk merancang program latihan yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Selain itu, perhatian khusus terhadap kelompok atlet futsal juga dapat memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai tantangan dan potensi yang dimiliki oleh para atlet dalam konteks olahraga beregu yang dinamis ini.

Atlet futsal SOIna seringkali menghadapi tantangan dalam pengembangan keterampilan gerak dasar, yang dapat mempengaruhi partisipasi mereka dalam aktivitas fisik dan sosial. SOIna memainkan peran krusial dalam memberikan

kesempatan bagi atlet tunagrahita untuk mengembangkan potensi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis profil keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna, yang dapat menjadi dasar untuk pengembangan program pelatihan yang lebih efektif, inklusif, dan berbasis bukti.

### **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah ini hanyalah sebagian dari alasan mengapa survei keterampilan gerak dasar diperlukan. Berdasarkan permasalahan yang telah disebutkan, peneliti berencana untuk melakukan survei keterampilan gerak dasar pada atlet futsal SOIna DKI Jakarta. Berikut adalah beberapa alasan pemilihan judul penelitian ini:

1. Keterampilan gerak dasar esensial (berlari, melompat, jongkok, dll.) harus dikuasai oleh atlet tunagrahita untuk optimalisasi kemampuan fisik.
2. Minimnya data profil gerak dasar pada atlet tunagrahita di Indonesia menghambat perumusan program pelatihan yang tepat sasaran.
3. Keterbatasan gerak dasar menurunkan performa dan kepercayaan diri atlet, sehingga perlu diidentifikasi dan ditangani.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah disampaikan, serta untuk memastikan penelitian ini tetap fokus pada judulnya, perlu dilakukan pembatasan masalah. Penelitian ini akan dibatasi pada permasalahan keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna DKI Jakarta Tahun 2025.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagaimana profil keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna DKI Jakarta tahun 2025.

#### **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan, khususnya berupa informasi yang mendukung perkembangan ilmu olahraga, terutama terkait kondisi keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna beserta manfaat praktis penelitian ini sebagai berikut :

##### **a. Manfaat Praktis**

1. Memberikan rekomendasi bagi atlet dan pelatih bahwa pemahaman tentang keterampilan gerak dasar atlet untuk mendukung performa dan prestasi.
2. Memberikan masukan kepada pelatih dan manajemen SOIna DKI Jakarta untuk lebih memotivasi dan memperhatikan peningkatan keterampilan gerak dasar atlet, serta sebagai bahan evaluasi terhadap program latihan dan kurikulum yang telah diterapkan.

##### **b. Manfaat Teoritis**

1. Melalui kajian ilmiah ini, penelitian juga dapat berfungsi sebagai referensi tambahan dalam bidang ilmu keolahragaan.
2. Menjadikan acuan penelitian bagi para mahasiswa untuk penelitian terkait keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna selanjutnya.

3. Memberikan informasi ilmiah yang objektif dan akurat mengenai profil keterampilan gerak dasar atlet futsal SOIna.

