

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN AKTIVITAS JASMANI BAGI ANAK SD SLB TUNAGRAHITA KOTA PONTIANAK

Zainal Arifin¹, Rubiyatno², Marhadi Saputro³

^{1,2}Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi,

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, IKIP PGRI Pontianak

³Program Studi Matematika, Fakultas Pendidikan MIPA dan Teknologi, IKIP PGRI Pontianak

Jalan Ampera No.88 Pontianak

¹e-mail: zai_inal@yahoo.co.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengembangkan model permainan bagi siswa tunagrahita di kota Pontianak. Berdasarkan wawancara dan observasi disimpulkan bahwa selama ini belum optimalnya pembelajaran penjas khususnya bagi siswa tunagrahita serta kurangnya inovasi pembelajaran yang menarik. Kurangnya model permainan dalam pengembangan pembelajaran aktivitas jasmani tersebut membuat peneliti tertarik mengembangkan pembelajaran untuk meningkatkan motivasi gerak siswa khususnya pada aspek jasmani bagi siswa tunagrahita. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian pengembangan. Instrumen pengumpulan data menggunakan pedoman wawancara dan skala nilai. Hasil penelitian berupa buku permainan aktivitas pembelajaran jasmani untuk siswatunagrahita yang berisikan lima jenis permainan, yaitu: (1) permainan petunjuk suara, (2) lari zig-zag, (3) bendera ceria, (4) jembatan seru (5) lempar hula hoop.

Kata kunci: aktivitas, jasmani, tunagrahita

Abstract

This study aims to develop a game model for mentally retarded students in the city of Pontianak. Based on interviews and observations, it was concluded that so far physical education learning was not optimal, especially for mentally retarded students and there was a lack of interesting learning innovations. The lack of a game model in the development of physical activity learning makes researchers interested in developing learning to increase student motivation, especially in physical aspects for mentally retarded students. The research method used in this research is development research. The data collection instrument used interview guidelines and a value scale. The results of the study were in the form of a physical learning activity game book for female students with five types of games, namely: (1) voice prompts, (2) zigzag running, (3) cheerful flags, (4) fun bridges (5) throwing hula hoop.

Keywords: aktivitas, jasmani, tunagrahita

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas jasmani. Yang berarti aktivitas jasmani sebagai alat pendidikan untuk mendidik siswa baik aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Pendidikan jasmani memiliki kontribusi bagi tumbuh kembang manusia dalam kehidupannya dimasa

yang akan datang. pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dapat diartikan sebagai usaha untuk menumbuhkan bakat dan minat siswa dilingkungan sekolah, dengan harapan agar siswa dapat meningkatkan kemampuan secara optimal. Melihat manfaat yang besar dari pendidikan jasmani tersebut sehingga perlu ditingkatkannya kualitas pembelajaran penjas baik ditingkat SD, SMP maupun SMA dan SMK. Menurut Husdarta (2011:18) bahwa “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. bahwa pendidikan jasmani adalah proses pemenuhan kebutuhan pribadi siswa yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor yang secara eksplisit dapat terpuaskan melalui semua bentuk kegiatan jasmani yang diikutinya.

Pendidikan jasmani di dalamnya begitu kaya akan berbagai macam nilai dan pengalaman-pengalaman emosional. Berbagai macam hal yang membuat siswa akan belajar dalam manajemen emosi. Berbagai macam kegiatan dalam pendidikan jasmani seperti aktivitas permainan, ketangkasan dan ketrampilan membutuhkan fokus dan pengendalian energi dalam menghasilkan performas terbaik. Di dalam pendidikan jasmani dapat dikembangkan 3 ranah sekaligus baik itu aspek kognitif, afektif dan psikomotorik dalam setiap kegiatan pembelajaran, hal ini lah yang menjadikan pembelajaran jasmani itu cukup unik dibanding disiplin ilmu lainnya. Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas fisik/jasmani dimana dalam aktifitasnya terdapat usaha untuk mencapai tujuan pendidikan. Agustriyani (2020: 32). Pendidikan jasmani, dengan memanfaatkan aktivitas gerak manusia, dapat membuat berkembangnya aspek mental dan moral siswa.. Dalam konsep tentang pendidikan inklusi, pendidikan jasmani diberikan untuk melayani semua anak dengan berbagai macam karakteristik yang berbeda – beda termasuk Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Aktivitas bermain sangat penting untuk diberikan dan diajarkan kepada anak yang mengalami disabilitas. Karena Bermain salah satu cara siswa belajar melalui lingkungan dengan mengeksplorasi benda-benda disekitarnya, melalui aktivitas bermain secara langsung siswa tidak sadar bahwa aktivitas yang dilakukannya merupakan proses belajar (bermain sambil belajar). Dari aktivitas bermain

tersebut siswa mendapatkan kesenangan, kepuasan, dan pengalaman gerak maupun informasi. Asriansyah (2020: 123).

Dalam lingkungan sekolah yang menyelenggarakan pendidikan inklusif yang di dalamnya terdapat berbagai macam siswa dengan beberapa hambatan yang berbeda sebaiknya harus terus distimulasi kemampuan motoriknya melalui aktivitas-aktivitas permainan yang variatif. Dikarenakan anak tunagrahita juga berhak memperoleh pendidikan yang baik khususnya dalam pendidikan jasmani agar mereka mampu mandiri dalam menyelesaikan tugas-tugas gerak dikehidupannya dimasa yang akan datang. Untuk betapa pentingnya pendidikan jasmani bagi siswa – siswa yang memiliki keterbatasan dalam hal fisik maupun mentalnya untuk selalu diberi motivasi dan diberi pelayanan layaknya siswa-siswi yang normal pada umumnya.

Di Indonesia program pendidikan untuk siswa disabilitas sudah sering dikampanyekan oleh para stakeholder namun pada praktiknya tidak semua siswa disabilitas mendapatkan kesempatan yang sama dalam roses pendidikan tersebut khususnya pendidikan jasmani hal ini tentunya dapat disebabkan dengan beberapa faktor salah satunya adalah keterbatasan para guru pendidikan jasmani memahami dan mengetahui layanan dan pembelajaran seperti apa yang harus diberikan kepada siswa-siswanya agar mampu mendorong tumbuh kembangnya secara optimal

Hal lain yang harus dipahami tentang siswa disabilitas adalah bahwa kebutuhan mereka akan aktivitas gerak sangat besar sama halnya dengan siswa normal namun mereka tidak mampu ataupun terbatas untuk menyalurkan aktivitas gerak tersebut karena mereka memiliki masalah dalam sensorisnya, motoriknya, belajarnya, dan tingkah lakunya yang dapat menghambat perkembangan fisik siswa tersebut hal ini ditambah kurangnya stimulasi dari orang tua maupun guru untuk memenuhi kebutuhan geraknya.

Salah satu jenis ketunaan yang biasanya ada disekolah luar biasa yaitu tuna grahita. Tunagrahita adalah anak yang memiliki kekurangan atau keterbatasan dari segi mental intelektualnya dibawah rata-rata normal, sehingga mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik, menjalin komunikasi serta hubungan sosial (Hakim, 2013: 32). tunagrahita merupakan

sebuah kelainan karena penyimpangan, baik dari segi fisik, mental, intelektual, emosi, sikap, maupun perilaku secara kognitif. Lebih lanjut Tunagrahita merupakan kondisi perkembangan kecerdasan seorang anak yang mengalami hambatan sehingga dia tidak mencapai tahap perkembangannya secara optimal. Dari sisi kemampuan motorik anak tuna grahita cenderung lambat dalam hal merespon gerak hal ini dikarenakan sistem gerak anak mengalami gangguan yang berpengaruh terhadap sistem saraf dan otot dalam merespon gerak. Kemampuan gerak ini harus sering dilatih dan distimulasi agar anak yang mengalami ketunaan tersebut menjadi lebih mandiri dan mampu menjadi produktif dalam kehidupan sehari-harinya. Untuk itu peran guru penjas disekolah yang menangani anak berkebutuhan khusus sangat sentral dalam memberikan stimulasi gerak yang optimal.(Gunawan,2014: 34)

Di Kota Pontianak terdapat beberapa sekolah inklusif, salah satu sekolah luar biasa yang menangani siswa tunagrahita yaitu SLB Dharma Asih Pontianak yang berlokasi di jalan Ahmad Yani. Sekolah ini sudah berdiri cukup lama dan memiliki siswa yang cukup banyak serta tenaga pengajar yang dkatégori cukup banyak. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan pengamatan terhadap proses pembelajaran di sekolah tersebut. Para siswa tunagrahita kurang aktif dalam melakukan aktivitas gerak yang diberikan oleh guru. Siswa cenderung lebih banyak diam dan lebih senang dikelas, berdasarkan hasil wawancara dengan guru tersebut mengatakan banyak faktor yang membuat siswa kurang aktif dalam bergerak, selain mereka memiliki keterbatasan gerak, mereka juga sebenarnya harus distimulasi dengan peralatan dan permainan yang menarik. Untuk itu melihat permasalahan tersebut peneliti mencoba mengembangkan model permainan yg inovatif untuk anak tunagrahita dan dilengkapi dengan alat-alat yang menarik agar siswa lebih termotivasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang ada disekolah tersebut.

METODE

Prosedur pengembangan dalam penelitian ini mengadaptasi dari langkah-langkah penelitian pengembangan menurut Borg & Gall. Borg & Gall (2011: 75)

mengemukakan bahwa dalam melakukan penelitian pengembangan terdapat 10 langkah yang harus ditempuh, namun kemudian disederhanakan menjadi 7 tahapan antara lain: “(1) mencari Informasi, (2) Melakukan Analisis informasi, (3) Mengembangkan Produk Awal, (4) Validasi Ahli dan Revisi, (5) Uji Coba Skala Kecil dan Revisi, (6) Uji Coba Skala Besar dan Revisi, (7) Pembuatan Produk Final”. Adapun sekolah yang digunakan sebagai uji coba dalam penelitian ini yaitu SLB Dharma Asih Kota Pontianak. Teknik pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: (a). Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil (Sugiyono, 2010: 138). Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen wawancara sebagai alat pengumpul data. (b) Pedoman Skala Nilai (Rating scale) Skala nilai ini digunakan untuk mengevaluasi model permainan yang dikembangkan. Setelah mendapat masukan dari para ahli langkah selanjutnya model tersebut baru bisa diujicobakan dalam skala kecil.

Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan teknik analisis data deskriptif dalam hal ini menggunakan teknik analisis data kuantitatif dan kualitatif. Analisis data kuantitatif digunakan untuk menganalisis data hasil observasi para ahli dan guru penjas terhadap kualitas draf model yang disusun yang dianalisis oleh para pakar dan guru penjas sebelum pelaksanaan uji coba di lapangan. (Purwanti, 2011: 23). Analisis data berikutnya yaitu data kualitatif untuk melihat keefektifan model permainan, dan guru pelaku uji coba terdapat dua jenis nilai. Hasil observasi “ya” mendapat nilai satu (1) dan hasil observasi “tidak” mendapat nilai nol (0). Hasil penilaian terhadap item-item observasi dijumlahkan, lalu total nilainya dikonversikan untuk mengetahui kategorinya. Pengkonversian nilai dilakukan dengan mengikuti standar Penilaian Acuan Patokan (PAP).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penilaian para ahli dan guru di lapangan terhadap model permainan siswa tunagrahita. adapun aspek yang dinilai oleh para ahli meliputi (1) observasi terhadap model permainan, (2) observasi terhadap aspek jasmani yang muncul dalam pembelajaran tersebut.

Permainan Petunjuk Suara

Permainan petunjuk suara ini dibuat agar dapat menstimulasi kemampuan gerak siswa dengan memberikan rangsangan berupa suara berupa perintah yang harus diikuti oleh peserta didik, hal ini dilakukan untuk melatih konsentrasi, respon serta reaksi siswa dalam melakukan aktivitas gerak. Permainan ini bisa dimainkan di dalam dan diluar ruangan dan tidak terlalu membutuhkan peralatan yang rumit sehingga mudah dimainkan. Berdasarkan data yang diperoleh dari observasi para ahli terhadap aspek gerak yang muncul dalam permainan petunjuk suara. terlihat bahwa hasil yang didapat telah menunjukkan nilai maksimal yaitu 100% yang berada dalam kategori sangat baik. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan model permainan ini sangat baik untuk meningkatkan konsentrasi dan reaksi siswa tunagrahita SLB Dharma Asih Kota Pontianak.

Tabel 1. Data Skala Besar Ahli Terhadap Aspek Gerak yang Muncul dalam Permainan Petunjuk Suara

Ahli Materi	Aspek Penilaian							Skor
	1	2	3	4	5	6	7	
Pakar 1	1	1	1	1	1	1	1	7
Pakar 2	1	1	1	1	1	1	1	7
Guru 1	1	1	1	1	1	1	1	7

Keterangan:

Nilai Maksimal = 21

A: Nilai yang diperoleh, B: Nilai maksimal

$A/B \times 100\%$

$21 / 21 \times 100 = 100\% = \text{Kategori sangat baik}$

Permainan Lari Zig-Zag

Permainan lari zig-zag merupakan bentuk permainan yang dikembangkan dengan mengkolaborasikan unsur kelincahan dan ketepatan dimana pada permainan tersebut gerakan yang dilakukan siswa dengan berlari membentuk pola zigzag sambil membawa bola dan melemparkan bola tersebut ke dalam keranjang, poin dihitung dari banyaknya bola yang masuk dalam keranjang yang telah disiapkan.

Berdasarkan penilaian uji coba skala besar dari para ahli terhadap aspek gerak pada permainan ini, terlihat bahwa hasil yang didapat telah menunjukkan nilai cukup baik yaitu 90,4% yang berada dalam kategori sangat baik. Namun masih ada beberapa poin yang harus diperbaiki khususnya terkait dengan alat yang digunakan. Permainan ini dapat meningkatkan kemampuan kelincahan, koordinasi dan ketepatan siswa sehingga sangat cocok dimainkan bagi siswa tunagrahita dalam mendukung aktivitas geraknya.

Tabel 2. Data Skala Besar Ahli Terhadap Aspek Gerak Yang Muncul Dalam Permainan Lari Zig-Zag

Ahli Materi	Aspek Penilaian							Skor
	1	2	3	4	5	6	7	
Pakar 1	1	1	1	0	1	1	1	6
Pakar 2	1	1	1	1	1	1	1	7
Guru 1	1	1	1	1	1	1	0	6

Keterangan:

Nilai Maksimal = 19

A: Nilai yang diperoleh, B: Nilai maksimal

$A/B \times 100\%$

$19/21 \times 100 = 90,4\% =$ Kategori sangat baik

Permainan Bendera Ceria

Permainan bendera ceria ini di desain dengan menganalisis karakteristik gerak siswa tunagrahita, mereka cenderung memiliki respon yang agak lama dalam melihat stimulus yang ada, untuk itu dalam permainan ini siswa dilatih untuk berkonsentrasi dan memiliki respon yang cepat dalam menginterpretasi stimulus yang ada. Aktivitas permainan ini yaitu guru menyiapkan beberapa bendera dengan warna yang berbeda, tugas siswa nantinya berlari sambil membawa bola

menuju kearah bendera yang diangkat oleh guru. Bola yang dibawa siswa harus sesuai dengan warna bendera yang diangkat oleh guru. Permainan ini bisa dilakukan secara berkelompok dan individu.

Berdasarkan penilaian uji coba skala besar dari para ahli terhadap aspek gerak pada permainan bendera ceria ini. Setelah dilakukan revisi pada saat uji coba skala kecil. Terlihat permainan ini sangat cocok bagi siswa tuna grahita dalam mengembangkan aspek motorik dan kemampuan geraknya.

Tabel 3. Data Skala Besar Ahli Terhadap Aspek Gerak Yang Muncul Dalam Permainan Bendera Ceria

Ahli Materi	Aspek Penilaian							Skor
	1	2	3	4	5	6	7	
Pakar 1	1	1	1	1	1	1	1	7
Pakar 2	1	1	1	1	1	1	1	7
Guru 1	1	1	1	1	1	1	1	7

Keterangan:

Nilai Maksimal = 21

A: Nilai yang diperoleh, B: Nilai maksimal

$A/B \times 100\%$

$21/21 \times 100 = 100\% =$ Kategori sangat baik

Permainan Jembatan Seru

Permainan jembatan seru ini di desain lebih kepada melatih aspek keseimbangan/body balance siswa selain aspek kekuatan kecepatan dan kelincahan, aspek keseimbangan tidak kalah pentingnya bagi siswa yang mengalami tunagrahita. Dalam permainan ini alat yang digunakan cukup mudah yaitu papin blok dan bola aneka warna. Dalam aktivitas ini guru menyusun papin blok untuk menjadi tumpuan siswa yang diilustrasikan sebuah jembatan dalam melangkah. Setelah tersusun kemudian siswa mulai berjalan atau melangkah tepat diatas papin blok yang sudah disediakan sambil membawa bola kecil siswa berusaha menyeimbangkan tubuhnya agar kedua kakinya tetap bertumpu di atas papin blok

setelah sampai di ujung lintasan kemudian siswa memasukan bola yang dibawa kedalam keranjang yang telah disediakan.

Berdasarkan penilaian uji coba skala besar dari para ahli terhadap aspek gerak pada permainan jembatan seru. terlihat bahwa hasil yang didapat telah menunjukkan nilai maksimal yaitu 100% yang berada dalam kategori sangat baik. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan model permainan ini sangat baik untuk meningkatkan aktivitas gerak khususnya aspek keseimbangan pada siswa tuna grahita.

Tabel 4. Data Skala Besar Ahli Terhadap Aspek Gerak Yang Muncul Dalam Permainan Jembatan Seru

Ahli Materi	Aspek Penilaian							Skor
	1	2	3	4	5	6	7	
Pakar 1	1	1	1	1	1	1	1	7
Pakar 2	1	1	1	1	1	1	1	7
Guru 1	1	1	1	1	1	1	1	7

Keterangan:

Nilai Maksimal = 21

A: Nilai yang diperoleh, B: Nilai maksimal

$A/B \times 100\%$

$21/21 \times 100 = 100\% = \text{Kategori sangat baik}$

Permainan Lempar Holahoop

Permainan terakhir yang dikembangkan yaitu permainan lempar holahoop. Permainan ini membutuhkan tingkat kemampuan gerak yang cukup kompleks mulai dari kekuatan, kecepatan hingga ketepatan menjadi satu kesatuan. dalam aktivitas permainan ini. dalam permainan ini siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, kemudian setiap kelompok disiapkan keranjang bola dalam setiap kelompok, aktivitas permainan dimulai dengan mengambil bola dikeranjang kemudian siswa melompati kardus yang sudah di susun sedemikian rupa sampai kepada batas lemparan, dan terakhir siswa melemparkan bola yang dibawa kearah

holahoop yang sudah digantung oleh instruktur, siswa berusaha memasukan bola ke dalam holahoop yang sudah disediakan.

Berdasarkan penilaian uji coba skala besar dari para ahli terhadap aspek permainan ini terlihat hasil skala nilai yang didapatkan sebesar 100% dengan kategori sangat baik. Dengan begitu permainan ini sangat efektif apabila diterapkan kepada anak tunagrahita dalam mendukung kemampuan gerak dasarnya sebagai bekal agar mereka menjadi insan yang lebih mandiri nantinya.

Tabel 5.Data Skala Besar Ahli Terhadap Aspek Gerak Yang Muncul Dalam Permainan Lempat Holahoop

Ahli Materi	Aspek Penilaian							Skor
	1	2	3	4	5	6	7	
Pakar 1	1	1	1	1	1	1	1	7
Pakar 2	1	1	1	1	1	1	1	7
Guru 1	1	1	1	1	1	1	1	7

Keterangan:

Nilai Maksimal = 28

A: Nilai yang diperoleh, B: Nilai maksimal

$A/B \times 100\%$

$28/28 \times 100 = 100\% = \text{Kategori sangat baik}$

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa model permainan yang dikembangkan cukup efektif untuk menstimulasi gerak anak tunagrahita. Adapun model permainan yang dikembangkan dalam penelitian terdapat 5 jenis permainan antara lain: : (1) permainan petunjuk suara, (2) lari zig-zag, (3) bendera ceria, (4) jembatan seru (5) lempar hulahoop. Adapun implikasi yang diharapkan dari penelitian ini nantinya adalah untuk menambah variasi dalam model-model permainan yang dapat dijadikan rujukan bagi para guru khususnya di SLB untuk memberikan pembelajaran gerak kepada siswa-siswanya yang mengalami keterbatasan khususnya tunagrahita karena Pendidikan merupakan hak bagi setiap anak di indonesia tidak terkecuali anak-anak yang mengalami disabilitas, mereka memiliki hak yang sama atas pendidikan tersebut.

Keterbatasan yang dialami kadang menghambat mereka untuk bersosialisasi layaknya anak normal lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, dkk. (2011). Coaching athletes with disabilities-guidelines and principles in training methodology. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1), 68-75.
- Borg, W. R. & Gall, M. D. (2010). *Educational research (an Introdution)*, 4th ed. New York: Longman.
- Gunawan, F. (2014). Survei pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif sekolah dasar luar biasa se-kabupaten Gunungkidul. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(2), 916-921.
- Hakim, R. A. (2013). Pengaruh usia dan latihan keseimbangan terhadap kemampuan motorik kasar kelas bawah mampu didik sekolah luar biasa. *Jornal Of Physical Education and Sports*, 2, 201-204.
- Komarudin. 2016. *Penilaian hasil belajar pendidikan jasmani dan olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Rosdiani, D. (2012). *Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Suroso, A. (2013). Pengaruh model pembelajaran dan motorik dasar terhadap hasil belajar Penjasorkes bagi peserta sekolah dasar kelas awal. *Journal of Physical Education and Sport*, 2, 187-192.