



**SURVEI KEAKTIFAN ANAK TUNAGRAHITA DALAM  
MENGIKUTI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
DI SLB N 2 PEMALANG TAHUN 2016**

**SKRIPSI**

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi strata 1  
Untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan  
Pada Universitas Negeri Semarang**

Oleh

**Muntolip Holik  
6101412013**

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2016**

## ABSTRACT

**Muntolip Holik.** 2016. Survey of Intellectual Disability Children Activeness In Following the Physical Education Learning in State Special School 2 Pemalang Academic Year of 2016. Final Project. Department of Health, Physical Education and Recreation. Faculty of Sport Science. State University of Semarang. Supervisor 1: Dra. Anirotul Qoriah, M.Pd and Supervisor 2: Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd. **Keywords: Activeness, Physical Education, Intellectual Disability**

Intellectual Disability Students are special students both in their characteristics as well as the teaching and learning process for them. The activeness of the children in following the learning process becomes important to be observed in order to determine their ability to absorb the teaching materials. By knowing the activeness of the children then, the teacher can provide the appropriate learning techniques which should be used so that the children become an active learner and create enjoyable learning processes. The focus and the aim of this research was to determine the activeness level of intellectual disabilities children in following the physical education learning in the State Special School 2 Pemalang in academic year of 2016.

The population of the study was the elementary school children of State Special School 2 Pemalang C class category in academic year of 2016 which amounted to 77 children. The study used a purposive sampling technique that was intentional sampling in accordance with the requirements of sample. The samples used were elementary school children with intellectual disability in lightweight category amounted to 24 children where in each class were taken 4 children. This study was a qualitative research. The researcher used a percentage descriptive as the secondary data which collected by survey method. To collect the data the researcher conducted some interviews, documentation and observation. The data analysis on the study is presented in the form of descriptive analysis.

The results of the research showed that the activeness level of elementary school children with intellectual disabilities in State Special School 2 Pemalang when following the physical education learning could be said to be good, the results obtained indicated a percentage of activeness level was 69.79%. The percentage result was the average number of two times observations which was conducted by the researcher on August 9 to 30 with the exact result of 70.48% and 69.09%.

The conclusions of the research revealed that the children were active in following the physical education learning. The activeness level was influenced by two factors: the internal factors which is the existing conditions of the children such as mental retardation low intelligence, interests, and less confident. While the external factors came from the outside conditions such as teachers, environmental, infrastructure and facilities. The researchers suggested that the teachers should be more creative in packaging the learning activities in order to create an active and fun atmosphere so that children can receive the teaching materials. Further for the school party should add more adaptive physical education lectures at each meeting so that students more understand the needs of education for children with the special needs.

## ABSTRAK

**Muntolip Holik. 2016.** Survei Keaktifan Anak Tunagrahita Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Negeri 2 Pemalang Tahun 2016. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing 1: Dra. Anirotul Qorih, M.Pd dan Pembimbing 2: Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd.

**Kata Kunci: Keaktifan, Pendidikan Jasmani, Tunagrahita**

Siswa tunagrahita merupakan siswa yang spesial baik dalam karakteristiknya maupun dalam proses belajar mengajarnya. Keaktifan anak dalam mengikuti pembelajaran menjadi penting untuk diamati agar dapat mengetahui kemampuan anak dalam menyerap materi ajar. Dengan mengetahui keaktifan anak maka guru dapat memberikan teknik pembelajaran yang tepat digunakan agar anak menjadi aktif belajar dan menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan. Fokus masalah penelitian ini adalah bagaimana tingkat keaktifan anak tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB N 2 Pemalang. Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat keaktifan anak tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pemalang tahun 2016.

Populasi penelitian ini adalah anak SD SLB N 2 Pemalang kategori kelas C (Tunagrahita) tahun 2016 yang berjumlah 77 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan persyaratan sampel yang diperlukan. Sampel yang digunakan adalah anak SD tunagrahita dengan kategori ringan yang berjumlah 24 anak dimana setiap kelas diambil 4 anak. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dan menggunakan deskriptif persentase sebagai data sekunder. Dengan menggunakan metode survey. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara, dokumentasi serta observasi. Bentuk analisis data penelitian ini adalah analisis deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keaktifan anak SD tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB N 2 Pemalang tahun 2016 dapat dikatakan baik, dari hasil yang diperoleh menunjukkan persentase sebesar 69,79 %. Hasil tersebut merupakan jumlah rata-rata dari dua kali pengamatan yang dilakukan peneliti pada tanggal 9 - 30 Agustus dengan hasil 70,48 % dan 69,09 %.

Simpulan dalam penelitian ini adalah anak aktif dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Keaktifan dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal yakni kondisi yang ada pada diri anak tunagrahita seperti; intelegensi yang rendah, minat anak yang berbeda-beda, kurang percaya diri. Sedangkan faktor eksternal yakni berasal dari luar anak tunagrahita seperti; guru, lingkungan, sarana dan prasarana. Saran dari peneliti adalah guru harus lebih kreatif dalam mengemas suatu pembelajaran agar tercipta suasana aktif dan menyenangkan sehingga anak lebih maksimal dalam menerima materi ajar. Selanjutnya kepada pihak sekolah untuk menambah guru pendidikan jasmani kepada dinas terkait. Serta kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan prodi PJKR untuk memaksimalkan perkuliahan pendidikan jasmani adaptif pada setiap pertemuan agar mahasiswa lebih memahami kebutuhan pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus.

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Muntolip Holik  
NIM : 6101412013  
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, S1  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Judul Skripsi : Survei Keaktifan Anak Tunagrahita Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Negeri 2 Pemasang Tahun 2016.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam rangka skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang,

2016



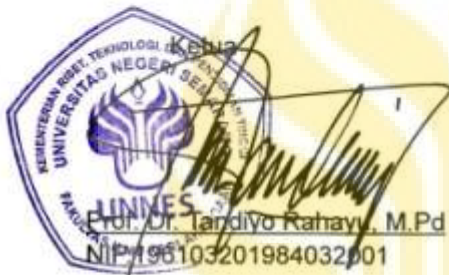
Yang menyatakan,

*Muntolip Holik*  
Muntolip Holik  
NIM. 6101412013

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Muntolip Holik NIM 6101412013 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Judul Skripsi Keaktifan Anak Tunagrahita Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SLB Negeri 2 Pemalang Tahun 2016 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari : **Kamis, 15 Desember 2016.**

Panitia Ujian



Sekretaris  
PANITIA UJIAN SKRIPSI

JURUSAN OLAH RAGA, FIK  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd  
NIP.196109319888031002

Dewan Penguji

1. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd  
NIP. 196204251986011001



2. Dra. Anirotul Qoriah, M.Pd  
NIP. 196508211999032001

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG



3. Drs. Hermawan Pamot R, M.Pd  
NIP. 196510201991031002



## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

- ❖ “Hai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan kepada Allah dengan sabar dan mengerjakan shalat, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar” (Q.S.Al-Baqarah: 153).

### PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua yang saya cintai, Bapak Sutisno dan Ibu Saeni yang selalu memberikan dukungan, doa, motivasi dan nasehatnya.
2. Saudara saya, yaitu kakak saya: Supinah, Mulyati, Triningsih, dan adik saya: Ambar Wati.
3. Kepada sahabat saya Randy Bramantio, Devi Trisnawati Dewani Putri dan Ana Yuliantanti.
4. Teman - teman PJKR A angkatan 2012.
5. Teman - teman PPL SMP 4 Batang dan KKN 48 yang saya sayangi.
6. Teman - teman kost komando yang selalui solid.
7. Almamater FIK UNNES tercinta.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah atas berkat rahmat dan hidayat Allah SWT sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Survei Keaktifan Anak Tunagrahita Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SLB Negeri 2 Pemasang Tahun 2016.

Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini berkat bantuan dan dorongan dari semua pihak, tanpa campur tangan dari pihak-pihak terkait maka skripsi ini akan berjalan dengan baik. Oleh karena itu pada kesempatan yang baik ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menjadi mahasiswa Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan dorongan dan semangat serta ijin penelitian untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Dra. Anirotul Qorih, M.Pd, selaku dosen pembimbing pertama, yang telah membimbing saya dengan memberikan petunjuk, dorongan, dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd, selaku dosen pembimbing kedua, yang telah sabar dan teliti dalam memberikan petunjuk, dorongan, dan motivasi, serta membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepala Sekolah SLB Negeri 2 Pemasang yang telah terbuka memberikan ijin penelitian.

7. Guru Pendidikan Jasmani SLB Negeri 2 Pemalang yang telah membantu dengan sepenuh hati dalam menyelesaikan penelitian ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan PJKR, FIK, UNNES, yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada peneliti hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Bapak, Ibu, Saudara, serta sahabat tercinta yang selalu memberikan dukungan baik moral maupun materiil serta doa restu demi terselesaikannya skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga amal, ibadah dan bantuan selalu mendapat pahala dari Allah SWT serta apa yang penulis tuangkan dalam skripsi ini dapat memberikan wawasan yang bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Semarang,

2016

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	iii
PERNYATAAN .....	iv
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	6
1.3 Pembatasan Masalah .....	6
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian .....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
2.1 Keaktifan.....	9
2.2 Tunagrahita.....	17
2.3 Pembelajaran.....	27
2.4. Pendidikan Jasmani.....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>41</b>
3.1 Pendekatan Penelitian .....	41
3.2 Lokasi dan Sasaran Penelitian.....	41
3.3 Instrumen dan Metode Pengumpulan Data.....	44
3.4 Pemeriksaan Keabsahan Data .....	48

3.5 Analisis Data .....	51
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>53</b>
4.1 Gambaran Umum .....	53
4.2 Faktor yang Mempengaruhi Keaktifan .....	55
4.3 Keaktifan Anak SD Tunagrahita SLB Negeri 2 Pemasang .....	56
4.4 Hasil Dokumentasi .....	58
4.5 Hasil Wawancara .....	60
4.6 Hasil Deskriptif Persentase .....	63
4.7 Pembahasan .....	67
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>73</b>
5.1 Simpulan .....	73
5.2 Saran .....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>75</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>77</b>



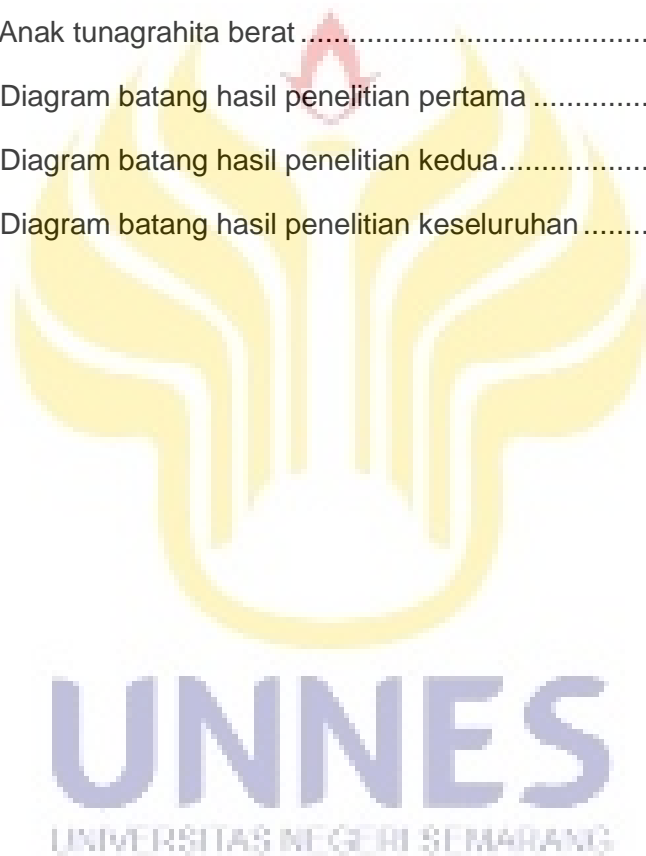
## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Matriks Pengumpulan Data Penelitian Pertama.....	46
Tabel 3.2 Matriks Pengumpulan Data Penelitian Kedua.....	47
Tabel 3.3 Kriteria deskriptif persentase .....	50
Tabel 4.1 Faktor yang Mempengaruhi Keaktifan.....	55
Tabel 4.2 Kategori Keaktifan .....	64
Tabel 4.3 Distribusi Persentase Penelitian Pertama .....	64
Tabel 4.4 Distribusi Persentase Penelitian Kedua .....	65



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Anak tunagrahita ringan .....	20
Gambar 2.2 Anak tunagrahita sedang.....	21
Gambar 2.3 Anak tunagrahita berat .....	22
Gambar 4.1 Diagram batang hasil penelitian pertama .....	65
Gambar 4.2 Diagram batang hasil penelitian kedua.....	66
Gambar 4.3 Diagram batang hasil penelitian keseluruhan.....	67



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Surat ijin penelitian dari fakultas .....	77
Surat keterangan telah melakukan penelitian .....	78
Matriks pengumpulan data pertama .....	79
Matriks pengumpulan data kedua .....	81
Lembar kerja pengamatan pertama .....	83
Lembar kerja pengamatan kedua .....	90
Panduan wawancara .....	97
Daftar nama siswa SD tunagrahita SLB Negeri 2 Pemalang tahun 2016 .....	101
Daftar nama siswa yang diamati (sampel penelitian) .....	105
Deskripsi data hasil penelitian .....	107
Hasil wawancara .....	111
Dokumentasi penelitian .....	122



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan nasional adalah usaha sadar untuk membangun manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, dengan mengusahakan perkembangan kehidupan beragama, kehidupan berkepercayaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, nilai budaya, pengetahuan, keterampilan, daya estetik dan jasmaninya, sehingga ia dapat mengembangkan dirinya dan bersama dengan sesama manusia membangun masyarakatnya serta membudayakan alam sekitarnya (Munib, 2012: 64).

Pendidikan nasional bertujuan meningkatkan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, kecerdasan, keterampilan, mempertinggi budi pekerti, memperkuat kepribadian, dan mempertebal semangat kebangsaan agar dapat menumbuhkan manusia-manusia pembangunan yang dapat membangun dirinya sendiri serta bersama-sama bertanggung jawab atas pembangunan bangsa. Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan warga negara Indonesia baik secara pribadi maupun sebagai anggota masyarakat, mengembangkan bangsa Indonesia, dan mengembangkan kebudayaan nasional (Munib, 2012: 64).

Pendidikan jasmani dalam lingkup pendidikan merupakan bagian yang integral dari sistem pendidikan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup



sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran umum di sekolah yang diberikan baik ditingkat SD sampai SLTA. Pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani anak sehingga tidak terjadi gangguan kesehatan, selain itu mengembangkan mental, emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menambahkan nilai sikap dan membiasakan hidup sehat (Samsudin, 2008: 2).

Pendidikan Jasmani adaptif merupakan suatu sistem penyampaian layanan yang bersifat menyeluruh dan dirancang untuk mengetahui, menentukan dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor. Perlu diingat kembali bahwa tidak ada manusia di dunia ini yang diciptakan dalam kondisi yang sempurna. Ada yang dilahirkan dengan kondisi fisik yang sempurna akan tetapi kejiwaannya tidak sehat. Ada juga yang dilahirkan dalam kondisi kejiwaan yang sehat akan tetapi fisiknya tidak sempurna. Di era sekarang ini manusia dituntut mampu mengikuti perkembangan zaman dimana semakin kompetitifnya kehidupan agar dapat mempertahankan kelangsungan hidupnya meskipun pada dasarnya manusia tidak diciptakan dengan sempurna.

Anak disabilitas memiliki banyak jenisnya dimana salah satunya adalah anak penyandang disabilitas intelegensi atau yang sering dikenal dengan sebutan tunagrahita. Menurut Kemis dan Ati Rosnawati (2013: 1) anak tunagrahita adalah individu yang secara signifikan memiliki intelegensi di bawah intelegensi normal dengan skor IQ sama atau lebih rendah dari 70. Tunagrahita ditandai dengan keterbatasan intelegensi dan ketidakcakapan dalam interaksi sosial. Untuk itu, perlu

diperhatikan pendidikan yang harus diperoleh anak tunagrahita dengan memberikan pendidikan secara khusus agar dapat mengembangkan pengetahuan, fisik, mental, sosial dan juga emosinya secara keseluruhan.

Melalui pendidikan jasmani yang telah diadaptasikan atau disesuaikan dengan lingkungan dan kondisi yang ada, dengan modifikasi alat dan aktivitas serta peraturan belajar olahraga yang mengandung unsur kegembiraan dan kesenangan, peserta didik (tunagrahita) dapat memiliki rasa percaya diri dan harga diri sehingga tidak merasa terisolir oleh lingkungan (Taringan, 2000: 37). Selain itu, tujuan dari pendidikan jasmani adaptif sendiri tidak lain yaitu menciptakan pembelajaran yang PAIKEM (Pembelajaran yang Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan). Akan tetapi, dalam pelaksanaannya tidak mudah, perlu adanya bimbingan dan pengawasan secara khusus agar maksud dan tujuan dari pendidikan jasmani adaptif dapat tercapai dengan baik.

Keaktifan merupakan salah satu tujuan dari pembelajaran pendidikan jasmani yang harus dicapai. Keaktifan yang dimaksud adalah anak dapat aktif dalam bergerak. Pemberian kesempatan bergerak khususnya gerak dasar melalui keterampilan jasmani yang cukup sejak usia dini sangatlah penting, karena akan berguna untuk menunjang perkembangan keterampilan gerak setelah dewasa. Maka dari itu keaktifan digunakan sebagai salah satu aspek penilaian dalam pembelajaran pendidikan jasmani sebagai tolak ukur dalam keberhasilan pembelajaran.

SLB Negeri 2 Pemalang adalah sekolah luar biasa yang berada di kota Pemalang. SLB Negeri 2 Pemalang memiliki tiga jenjang pendidikan, yaitu SD-LB, SMP-LB, dan SMA-LB. Ketiga jenjang tersebut menampung berbagai jenis

ketunaan, tetapi dari berbagai ketunaan yang ada baru ada empat kelas yang dapat diampu dan memiliki kelas yang tetap, diantaranya yaitu kelas A (Tunaaksara), B (Tunarungu-wicara), C (Tunagrahita), dan D (Tunadaksa).

Di SD-LB Negeri 2 Pemalang suasana yang aktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani merupakan suasana yang sangat ideal dalam meningkatkan perkembangan gerak anak. Dimana semakin aktif siswa bergerak pada saat proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung maka dapat dikatakan semakin berhasil pula proses pembelajaran tersebut. Keaktifan anak dalam proses pembelajaran masih digunakan guru dalam melakukan penilaian.

Keaktifan siswa di SD-LB Negeri 2 Pemalang sangat baik. Hal ini dapat dilihat berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada saat proses pembelajaran penjas berlangsung. Pada saat akan dimulainya pembelajaran pendidikan jasmani pada anak sekolah dasar tunarungu, dimana siswa mandiri berbaris terlebih dahulu sebelum guru datang, bahkan salah satu anak menyiapkan pemanasan seperti lari mengelilingi lapangan, peregangan tangan, dan peregangan kaki sebelum proses belajar berlangsung. Kemudian pada saat guru memberikan materi anak terlihat sangat antusias dalam mengikuti pembelajaran penjas dengan baik.

Keaktifan tersebut lain pada anak tunagrahita, meskipun anak tunagrahita terlihat aktif dan antusias saat akan dimulainya pembelajaran penjas, mereka terhambat oleh keadaan dimana anak memiliki kelambanan dalam menerima materi pelajaran. Akibatnya pada saat guru memberikan materi saat pembelajaran berlangsung, guru harus berulang-ulang menyampaikan materi agar anak bisa

mengerti dan memahami materi yang disampaikan. Selain itu kesulitan yang dihadapi adalah ketika anak tidak dapat melakukan instruksi yang diberikan oleh guru. Misalnya, pada saat pembelajaran lempar tangkap bola, guru memberikan contoh secara terus-menerus agar anak paham dan bisa meniru bagaimana cara melakukan lempar tangkap bola, baik lemparan lurus, lemparan bawah, maupun lemparan atas. Akan tetapi, hal tersebut belum dapat berjalan sesuai harapan, masih ada anak yang belum bisa melakukan apa yang telah diinstruksikan oleh guru. Oleh sebab itu, guru harus membenarkan gerakan lempar tangkap yang dilakukan siswa dengan cara menggerakkan anggota badan anak, sehingga anak dapat melakukan gerakan lempar tangkap bola dengan baik dan benar.

Minat akan materi pada anak tunagrahitapun berbeda-beda. Antara anak yang satu dengan yang lainnya tentu berbeda. Sehingga membuat pembelajaran pendidikan jasmani yang diberikan oleh guru tidak berjalan secara maksimal. Untuk itu guru sangat dituntut untuk memberikan materi yang menarik sehingga anak tertarik dan mau mengikuti pembelajaran dengan baik. Tentunya dengan menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan anak tunagrahita, selain itu juga guru harus memodifikasi alat maupun permainan agar anak senang saat proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung.

Berdasarkan fenomena tersebut di atas menarik peneliti untuk melakukan penelitian untuk mengetahui bagaimana tingkat keaktifan anak tunagrahita dalam melakukan pembelajaran pendidikan jasmani, dengan judul **“Survei Keaktifan Anak Tunagrahita dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SLB Negeri 2 Pematang Tahun 2016”**.

## 1.2 Identifikasi Masalah

1. Belum diketahuinya tingkat keaktifan anak SD tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pematang?
2. Belum diketahuinya pengaruh pendidikan jasmani adaptif terhadap keaktifan anak SD tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pematang?

## 1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan judul di atas, maka untuk menghindari agar permasalahan yang dibicarakan tidak menyimpang dari tujuan sehingga tidak terjadi kesalahan dalam penafsiran terhadap istilah yang digunakan, maka peneliti membatasi istilah sebagai berikut.

### 1. Survei

Menurut Winarno Surakhmad (dalam Arikunto, 2006: 110) mengatakan bahwa pada umumnya survei merupakan cara pengumpulan data dari sejumlah unit atau individu dalam waktu (atau jangka waktu) yang bersamaan. Jumlahnya biasanya cukup besar.

### 2. Keaktifan

Keaktifan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keaktifan dalam hal belajar gerak. Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muskular yang diekspresikan dalam gerakan tubuh atau bagian tubuh (Sugiyanto, dkk, 1993: 234).

### 3. Anak tunagrahita

Menurut Kemis dan Ati Rosnawati (2013: 1) anak tunagrahita adalah individu

yang secara signifikan memiliki intelegensi di bawah intelegensi normal dengan skor IQ sama atau lebih rendah dari 70.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimana tingkat keaktifan anak SD tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran jasmani di SLB Negeri 2 Pematang tahun 2016?”

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat keaktifan anak SD tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pematang tahun 2016.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan akan mendapatkan hasil yang dapat memberikan manfaat berupa sumbangsih terhadap perkembangan dan kemajuan dalam bidang pendidikan khususnya pendidikan jasmani dan kesehatan. Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Bagi pembaca, dapat memberikan informasi bagaimana tingkat keaktifan anak SD tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pematang.
2. Bagi guru (seluruh guru pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya guru pendidikan jasmani dan kesehatan yang mengajar di Sekolah Luar Biasa). Sebagai bahan kajian dan tinjauan dalam upaya memberikan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif khususnya bagi anak tunagrahita.



3. Bagi sekolah, dapat memberikan masukan bahwa dengan memberikan pendidikan jasmani kepada anak berkebutuhan khusus (tunagrahita) dapat mewujudkan pendidikan secara menyeluruh.
4. Bagi lembaga, dapat memberikan informasi ilmiah dan juga dapat digunakan sebagai acuan apabila akan dilakukan penelitian yang sejenis.
5. Bagi penulis, penelitian ini sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar studi S1 pada jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### 2.1 Keaktifan

Keaktifan merupakan suatu kegiatan atau aktivitas yang dilakukan baik secara fisik maupun non fisik. Aktivitas fisik diantaranya adalah gerak dasar, seperti gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif yang mendasari aktivitas fisik yang lebih kompleks seperti yang banyak terlihat di dalam kegiatan penjas atau olahraga maupun dalam bermain. Sedangkan aktivitas tidak hanya ditentukan dengan aktivitas secara fisik semata, tetapi juga ditentukan oleh aktivitas non fisik seperti mental, intelektual dan emosional.

Keaktifan disini yang dimaksud adalah anak aktif dalam bergerak. Gerak bukan semata-mata peristiwa jasmaniah atau rohaniah saja, akan tetapi gerakan manusia seutuhnya melalui jiwa dan raga, dan lingkungan. Pemberian kesempatan belajar gerak melalui keterampilan jasmani yang cukup sejak usia dini untuk menjaga dan mengembangkan kondisi diri dan lingkungannya sangat penting, karena akan berguna untuk perkembangan keterampilan yang normal kelak setelah dewasa, begitu juga untuk perkembangan mental yang sehat.

Keaktifan dalam proses pembelajaran bila penekanannya pada peserta didik akan tercipta situasi belajar yang aktif. Belajar aktif adalah suatu sistem belajar mengajar yang menekankan keaktifan peserta didik baik secara fisik, mental, intelektual, dan emosional guna memperoleh hasil belajar yang berupa perpaduan antara aspek kognitif, afektif, dan psikomotor (Depdiknas, 2005: 31).

### 2.1.1 Keaktifan Siswa

Bentuk-bentuk keaktifan siswa dalam proses belajar sangat beranekaragam. Keaktifan itu meliputi keaktifan dalam penginderaan (yaitu mendengar, melihat, mencium, merasa, dan meraba), mengolah ide-ide, menyatakan ide, dan melakukan latihan-latihan yang berkaitan dengan pembentukan keterampilan jasmaniah (Hakim, 2009: 52-53).

Kegiatan penginderaan dalam proses belajar yang sangat menonjol adalah mendengar dan melihat. Melalui mendengar dan melihat dapat ditangkap kesan tentang obyek yang datang dari luar diri, yang menjadi dasar pembentukan pemahaman dan segi-segi tingkah laku lain. Mendengar berhubungan dengan penginderaan terhadap suara, sedangkan melihat berhubungan dengan penginderaan terhadap obyek nyata seperti peragaan dan demonstrasi, meningkatkan hasil belajar melalui proses mendengar dan melihat, sering digunakan alat bantu dengar pandang atau dikenal dengan istilah media pembelajaran atau alat peraga.

Dalam proses mengolah ide, siswa melakukan proses berfikir atau proses kognisi. Dari keterangan yang disampaikan kepadanya baik secara lisan maupun tertulis, serta dari proses penginderaan yang lain, siswa mempersepsi atau menanggapi. Berdasarkan tanggapannya, dimungkinkan terbentuk pengetahuan, pemahaman, kemampuan menyerap prinsip atau konsep, kemampuan menganalisis, menarik kesimpulan dan menilai. Inilah bentuk-bentuk perubahan tingkah laku kognitif yang dapat dicapai dalam proses pembelajaran.

Bentuk tingkah laku lain yang sepatutnya dapat dicapai melalui proses belajar, disamping tingkah laku kognitif, juga tingkah laku afektif (sikap), dan tingkah laku psikomotorik (keterampilan). Kedua bentuk tingkah laku ini, berkaitan dengan tingkah laku kognitif. Sikap dapat muncul jika seseorang memiliki kemampuan kognitif dan keterampilan tertentu. Demikian pula keterampilan muncul, jika seseorang memiliki kemampuan kognitif tentang hal yang berhubungan dengan pelaksanaan suatu kegiatan tertentu, dan memiliki sikap positif terhadap kegiatan tersebut. Namun demikian, segi kognitif yang berkaitan dengan segi keterampilan merupakan dasar saja. Untuk meningkatkan keterampilan tersebut memerlukan latihan-latihan tertentu. Oleh karena itu, Kegiatan dalam proses belajar yang bertujuan untuk membentuk tingkah laku psikomotorik dapat dicapai dengan melalui latihan-latihan.

### 2.1.2 Faktor Faktor yang Mempengaruhi Keaktifan Belajar

Keaktifan siswa dalam proses pembelajaran dapat dirangsang dan dikembangkan bakat yang dimilikinya, selain itu juga siswa dapat dilatih untuk berfikir secara kritis sehingga dapat memecahkan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari. Terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya keaktifan siswa dalam proses pembelajaran. Menurut Gagne dan Briggs (dalam martinis, 2007: 84) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat menimbulkan keaktifan bagi peserta didik dalam proses pembelajaran, yaitu:

- a. Memberikan motivasi atau menarik perhatian peserta didik, sehingga mereka berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran.
- b. Menjelaskan tujuan instruksional (kemampuan dasar kepada peserta didik).

- c. Mengingatnkan kompetensi belajar kepada peserta didik.
- d. Memberikan stimulus (masalah, topik, dan konsep yang akan dipelajari).
- e. Memberi petunjuk kepada peserta didik cara mempelajarinya.
- f. Memunculkan aktivitas, partisipasi peserta didik dalam kegiatan pembelajaran.
- g. Memberi umpan balik (*feed back*).
- h. Melakukan tagihan-tagihan terhadap peserta didik berupa tes, sehingga kemampuan peserta didik selalu terpantau dan terstruktur.
- i. Menyimpulkan setiap materi yang disampaikan di akhir pembelajaran.

#### 2.1.3 Prinsip Prinsip Keaktifan Belajar Siswa

Dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran, hendaknya memperhatikan bagaimana prinsip belajar sehingga pada saat proses belajar-mengajar peserta didik dapat melakukan kegiatan belajar secara optimal. Adapun beberapa prinsip belajar yang dapat menunjang timbulnya keaktifan belajar bagi peserta didik, yakni stimulus belajar, perhatian dan motivasi, respon yang dipelajari, penguatan dan umpan balik (Martinis, 2007: 84).

#### 2.1.4 Jenis-jenis Keaktifan Belajar Siswa

Menurut Sardiman (2010:100) ada beberapa jenis keaktifan yang dapat dilakukan siswa saat proses pembelajaran di sekolah, diantaranya adalah:

##### 1. *Visualactivities*

Yang termasuk didalamnya adalah membaca, memerhatikan gambar demonstrasi, percobaan dan lain-lain

##### 2. *Oral activities*

Dalam kegiatan tersebut misalnya siswa menyatakan, merumuskan,

bertanya, memberi saran, mengeluarkan pendapat, mengadakan wawancara dan lain sebagainya.

3. *Listening activities*

Sebagai contoh misalnya mendengarkan: uraian, percakapan, musik, pidato dan lain-lain

4. *Writing activities*

Seperti misalnya menulis cerita, karangan, laporan, angket, menyalin.

5. *Drawing activities*

Misalnya menggambar, membuat grafik, peta, diagram.

6. *Motor activities*

Yang termasuk didalamnya seperti berlari, berjalan, melompat, meloncat, bergerak sesuai irama, keseimbangan, bermain, dan sebagainya.

7. *Mental activities*

Sebagai contoh misalnya saja menanggapi, mengingat, memecahkan soal, mengambil keputusan.

8. *Emotional activities*

Seperti misalnya saja berminat, bosan, gembira, semangat, berani, tenang, takut, gugup.

#### 2.1.5 Ciri-ciri Keaktifan Belajar Siswa

Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2009:120) menerangkan bahwa ciri-ciri terjadinya keaktifan siswa dalam belajar meliputi:

a. Pembelajaran lebih berpusat kepada siswa

Siswa berperan lebih aktif dalam mengembangkan cara belajar mandiri, siswa



berperan serta dalam perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian proses belajar, pengalaman siswa lebih diutamakan dalam memutuskan titik tolak kegiatan.

b. Guru sebagai pembimbing dalam terjadinya pengalaman belajar

Guru bukan sebagai satu-satunya sumber informasi, guru merupakan salah satu sumber belajar yang memberikan peluang bagi siswa agar dapat memperoleh pengetahuan/keterampilan melalui usaha sendiri.

c. Tujuan kegiatan tidak hanya untuk sekedar mengajar standar akademis

Selain pencapaian standar akademis, kegiatan ditekankan untuk mengembangkan kemampuan siswa secara utuh dan seimbang.

d. Pengelolaan kegiatan pembelajaran lebih menekankan pada kreatifitas siswa

Memperhatikan kemajuan siswa untuk menguasai konsep-konsep dengan mantap.

e. Penilaian

Untuk mengamati dan mengukur kemajuan siswa, serta mengukur berbagai keterampilan yang dikembangkan.

#### 2.1.6 Ciri-ciri Keaktifan Belajar Siswa Tunagrahita

Menurut Muhdar Munawar dan Ate Suwandi (2013:9) terdapat 3 (tiga) aspek keaktifan dalam belajar:

1. Aspek kognitif (Pengetahuan)

- a. Belajar mengetahui konsep yang berhubungan dengan diri juga dengan lingkungan
- b. Belajar memecahkan masalah yang sederhana
- c. Belajar mengambil keputusan

- d. Belajar mencari informasi
  - e. Mencoba berpikir secara sistematis
2. Aspek psikomotor (Keterampilan)
- a. Keseimbangan yang baik
  - b. Koordinasi yang baik
  - c. Postur tubuh yang baik
  - d. Melakukan aktifitas gerak yang baik:
    - Berjalan
    - Berlari
    - Melompat
    - Meloncat
    - Berjalan berkelok-kelok
  - e. Tangkas/lincah (*Dexterity*)
  - f. Stamina/ketahanan yang baik
  - g. Gerak reflek yang baik
3. Aspek afektif (Sikap)
- a. Mempunyai sikap dan kepribadian yang baik
  - b. Mempunyai motivasi yang baik
  - c. Mempunyai keterbukaan/kejujuran
  - d. Percaya diri
  - e. Mempunyai sifat menghargai

#### 2.1.7 Fungsi dari Keaktifan Siswa

Keterlibatan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran akan membuat

suasana belajar begitu menyenangkan. Menurut penjelasan Utami dalam bukunya (Khoirul Anam, 2015: 61-62), menyebutkan bahwa proses belajar yang aktif akan memberi banyak hal positif, diantaranya adalah:

- a. Siswa benar-benar lebih asyik belajar, betah tinggal di dalam kelas maupun di luar kelas, karena guru tidak berperan sebagai orang yang paling tahu, melainkan berperan sebagai fasilitator yang dinamik dan kreatif.
- b. Membantu siswa munculkan sebagai potensinya.
- c. Menunjukkan sisi demokratis, dimana semua siswa memiliki kesempatan dan fasilitas yang sama untuk mengembangkan diri.
- d. Guru tidak lagi menjadi satu-satunya sumber belajar yang mutlak dan benar. Siswa dapat dengan bebas namun tetap terarah mengemukakan pendapat dan membenarkan guru (jika guru melakukan kesalahan) dengan diikuti oleh bukti-bukti yang kuat.
- e. Siswa memiliki daya serap maksimal terhadap materi pelajaran.
- f. Mendorong pengembangan intelektual siswa.
- g. Siswa juga terbantu dalam hal perkembangan fisik; terlibat dalam kegiatan penjas berarti bergerak menggunakan fisik.
- h. Membantu siswa dalam membangun keterampilan sosial.
- i. Membantu siswa dalam perkembangan emosional.
- j. Mendorong perkembangan kemampuan siswa hal membaca dan berbahasa.
- k. Menumbuhkan daya kreatifitas siswa.
- l. Mendorong siswa untuk mencintai belajar sepanjang hidupnya.

## 2.2 Tunagrahita

Aqila Smart (2010: 49) menyatakan bahwa tunagrahita merupakan istilah yang digunakan untuk menyebut anak atau orang yang memiliki kemampuan intelektual di bawah rata-rata atau bisa disebut dengan retardasi mental. Tunagrahita ditandai dengan keterbatasan intelegensi dan ketidakcakapan dalam interaksi sosial.

Menurut Efendi (dalam Apriyanto, (2012: 26) anak tunagrahita adalah anak yang mengalami taraf kecerdasan yang rendah sehingga untuk meniti tugas perkembangan ia sangat membutuhkan layanan pendidikan dan bimbingan secara khusus.

Menurut Kemis dan Ati Rosnawati (2013: 1) anak tunagrahita adalah individu yang secara signifikan memiliki intelegensi di bawah intelegensi normal dengan skor IQ sama atau lebih rendah dari 70. Sedangkan menurut Apriyanto (2012: 30) bahwa tunagrahita adalah seseorang yang mempunyai kecerdasan di bawah rata-rata, mengalami kesulitan dalam komunikasi dan sosial, terjadi pada masa perkembangan, memerlukan layanan pendidikan khusus dan kondisi tersebut tidak dapat disembuhkan.

Berdasarkan dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa tunagrahita adalah anak atau seseorang yang memiliki keterbatasan mental, keterbatasan intelektual yakni kecerdasannya di bawah rata-rata anak normal lainnya, serta kurang dapat berkomunikasi dan berhubungan sosial dengan baik, yang dialami pada masa pertumbuhan dimana kondisi tersebut tidak dapat diobati.

### 2.2.1 Klasifikasi Tunagrahita

Menurut Kemis dan Ati Rosnawati (2013: 11) penggolongan anak tunagrahita

untuk keperluan pembelajaran sebagai berikut:

- a. *Educable*, anak pada kelompok ini masih mempunyai kemampuan dalam akademik setara dengan anak regular pada kelas 5 sekolah dasar.
- b. *Trainable*, mempunyai kemampuan dalam mengurus diri sendiri, pertahanan diri, dan penyesuaian sosial. Sangat terbatas kemampuannya untuk mendapat pendidikan secara akademik.
- c. *Custodial*, dengan pemberian latihan yang terus menerus dan khusus, dapat melatih anak rentang dasar-dasar cara menolong diri sendiri dan kemampuan yang bersifat komunikatif.

Klasifikasi anak tunagrahita untuk keperluan pembelajaran sebagai berikut:

1. Taraf perbatasan (*Borderline*) dalam pendidikan disebut sebagai lamban belajar (*slow learner*) dengan IQ 70-85
2. Tunagrahita mampu didik (*educable mentally retarded*) dengan IQ 50-75 atau 75
3. Tunagrahita mampu latih (*trainable mentally retarded*) IQ 30-50 atau 35-55
4. Tunagrahita butuh rawat (*dependent or profoundly mentally retarded*) dengan IQ di bawah 25 atau 30

Klasifikasi anak tunagrahita secara medis-biologis sebagai berikut:

1. Tunagrahita taraf perbatasan (IQ: 68-85)
2. Tunagrahita ringan (IQ: 36-51)
3. Tunagrahita sedang (IQ: 36-51)
4. Tunagrahita sangat berat (IQ: kurang dari 20)

Klasifikasi anak tunagrahita secara sosial psikologis berdasarkan kriteria perilaku adaptif tidak berdasarkan taraf intelegensi, tetapi berdasarkan kematangan

sosial yaitu:

1. Tunagrahita ringan
2. Tunagrahita sedang
3. Tunagrahita berat
4. Tunagrahita sangat berat

Sedangkan secara klinis, tunagrahita dapat digolongkan atas dasar tipe atau ciri-ciri jasmaniah sebagai berikut:

1. *Sindroma Down/ Mongoloid*
2. *Hydrocephalus* yaitu ukuran kepala besar berisi cairan
3. *Microcephalus* yaitu ukuran kepala terlalu kecil dan *Macrocephalus* yaitu ukuran kepala terlalu besar

#### 2.2.2 Karakteristik Tunagrahita

Menurut Kemis dan Ati Rosnawati (2013: 17) menyebutkan bahwa karakteristik anak tunagrahita sebagai berikut:

1. Lamban dalam mempelajari hal-hal yang baru
2. Kesulitan dalam menggeneralisasi dan mempelajari hal-hal yang baru
3. Kemampuan bicaranya sangat kurang bagi anak tunagrahita berat
4. Cacat fisik dan perkembangan gerak
5. Kurang dalam kemampuan menolong diri sendiri
6. Tingkah laku dan interaksi yang tidak lazim
7. Tingkah laku kurang wajar yang terus menerus

Menurut Wardani dkk (dalam Apriyanto, 2012: 36) mengemukakan karakteristik anak tunagrahita menurut tingkat ketunagrahitaannya sebagai berikut:

a. Karakteristik anak tunagrahita ringan



Gambar 2.1 Anak tunagrahita ringan

Meskipun tidak dapat menyamai anak normal yang seusia dengannya, mereka masih dapat belajar membaca, menulis, dan berhitung sederhana. Kecerdasannya berkembang dengan kecepatan antara setengah dan tiga perempat kecerdasan anak normal dan berhenti pada usia muda. Mereka dapat bergaul dan mempelajari pekerjaan yang hanya memerlukan *semi skilled*. Pada usia dewasa kecerdasannya mencapai tingkat usia anak normal 9 dan 12 tahun.



b. Karakteristik anak tunagrahita sedang



Gambar 2.2 Anak tunagrahita sedang

Anak tunagrahita sedang hampir tidak bisa mempelajari pelajaran-pelajaran akademik. Namun mereka masih memiliki potensi untuk mengurus dirinya sendiri dan dilatih untuk mengerjakan sesuatu secara rutin, dapat dilatih berkawan, mengikuti kegiatan dan menghargai hal milik orang lain. Sampai batas tertentu mereka selalu membutuhkan pengawasan, pemeliharaan dan bantuan orang lain. Setelah dewasa kecerdasan mereka tidak lebih dari anak normal usia 6 tahun.



c. Karakteristik anak tunagrahita berat dan sangat berat



Gambar 2.3 Anak tunagrahita berat

Anak tunagrahita berat dan sangat berat sepanjang hidupnya akan selalu tergantung pada pertolongan dan bantuan orang lain. Mereka tidak dapat memelihara diri sendiri dan tidak dapat membedakan bahaya dan bukan bahaya. Mereka juga tidak dapat bicara, walaupun bicara hanya mampu mengucapkan kata-kata atau tanda sederhana saja. Kecerdasannya walau usia dewasa berkisar seperti anak normal usia paling tinggi 4 tahun.

### 2.2.3 Penyebab dan Usaha pencegahan Terjadinya Tunagrahita

Menurut Kemis dan Ati Rosnawati (2013: 15) penyebab terjadinya tunagrahita disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain:

a. Generik

Kerusakan atau kelainan Biokimiawi, Abnormalitas Kromosomal.

b. Sebelum lahir (*pre-natal*):

- 1) Infeksi *Rubella* (cacar)
- 2) Faktor *Rhesus* (Rh)

c. Kelahiran (*pre-natal*) yang disebabkan oleh kejadian yang terjadi pada saat kelahiran.

d. Setelah lahir (*post-natal*) akibat infeksi misalnya: meningitis (peradangan pada selaput otak) dan problema nutrisi yaitu kekurangan gizi seperti kekurangan protein.

e. Faktor *sosio-cultural* atau sosial budaya lingkungan.

f. Gangguan metabolisme atau nutrisi:

- 1) *Phenylketonuria*
- 2) *Gargoylisme*
- 3) *Cretinisme*

Penyebab tunagrahita secara umum sebagai berikut:

- a. Infeksi dan / atau intoksikasi.
- b. Rudapaksa dan / atau sebab fisik lain.
- c. Gangguan metabolisme, pertumbuhan atau gizi atau nutrisi.
- d. Penyakit otak yang nyata (kondisi setelah lahir/ *post-natal*).

- e. Akibat penyakit atau pengaruh sebelum lahir (*pre-natal*) yang tak diketahui.
- f. Akibat kelainan kromosomal.
- g. Gangguan waktu kehamilan (*gestational disorders*).
- h. Gangguan pasca-*psycatrik*/ gangguan jiwa berat (*post-psychiatrik disorders*).
- i. Pengaruh lingkungan.
- j. Kondisi-kondisi lain yang tak tergolong.

#### 2.2.4 Usaha Pencegahan Terjadinya Tunagrahita

Terjadinya ketunagrahitaan tentunya ada faktor yang dapat menyebabkan terjadinya tunagrahita, akan tetapi ketunagrahitaan juga dapat dicegah. Upaya pencegahan terjadinya ketunagrahitaan diantaranya adalah:

1. Diagnostik prenatal
2. Imunisasi
3. Tes darah
4. Pemeliharaan kesehatan
5. Sanitasi lingkungan
6. Penyuluhan genetik
7. Tindakan operasi
8. Program keluarga berencana
9. Intervensi dini

#### 2.2.5 Masalah Yang Dihadapi Anak Tunagrahita

Menurut Kemis dan Ati Rosnawati (2013: 21) Perkembangan fungsi intelektual anak tunagrahita yang rendah dan disertai dengan perkembangan perilaku adaptif yang rendah pula akan berakibat langsung kepada kehidupan sehari-hari mereka,

sehingga ia banyak mengalami kesulitan dalam hidupnya. Masalah-masalah yang dihadapi mereka secara umum meliputi: masalah belajar, masalah penyesuaian diri terhadap lingkungan, masalah gangguan bicara, dan bahasa serta masalah kepribadian.

a. Masalah belajar

Kegiatan belajar berkaitan langsung dengan kemampuan kecerdasan di dalam kegiatan belajar sekurang-kurangnya dibutuhkan kemampuan mengingat dan kemampuan untuk memahami, serta kemampuan untuk mencari hubungan sebab akibat. Anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam hal tersebut.

b. Masalah penyesuaian diri

Anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam memahami dan mengartikan norma sosial. Oleh karena itu anak tunagrahita sering melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan norma lingkungan dimana mereka berada. Tingkah laku anak tunagrahita sering dianggap aneh oleh sebagian anggota masyarakat karena mungkin tindakannya tidak lazim dilihat dari ukuran normatif atau karena tingkah lakunya tidak sesuai dengan perkembangan umurnya.

c. Gangguan bicara dan bahasa

Ada dua hal yang perlu diperhatikan berkenaan dengan gangguan proses komunikasi, pertama; gangguan atau kesulitan bicara dimana individu mengalami kesulitan dalam mengartikulasi bunyi bahasa dengan benar sebagai contoh substitusi bunyi menghilangkan bunyi dan gagap.

Kenyataan menunjukkan bahwa anak tunagrahita yang mengalami gangguan bicara dibandingkan anak normal. Kelihatan dengan jelas bahwa terdapat hubungan

yang positif antara rendahnya kemampuan kecerdasan dengan kemampuan bicara yang dialami.

Kedua; hal yang lebih serius dari gangguan bicara adalah gangguan bahasa, dimana seorang anak mengalami kesulitan dalam hal memahami dan menggunakan kosa kata serta kesulitan dalam memahami aturan sintaksis dari bahasa yang digunakan. Dalam hal ini anak tunagrahita mengalami gangguan bahasa lebih banyak dibandingkan dengan yang mengalami gangguan bicara.

#### d. Masalah kepribadian

Anak tunagrahita memiliki ciri kepribadian yang khas, berbeda dengan anak-anak pada umumnya. Perbedaan ciri kepribadian ini berkaitan erat dengan faktor-faktor yang melatarbelakanginya. Kepribadian seseorang dibentuk oleh faktor organik seperti *pre-disposisi genetic*, disfungsi otak, dan faktor-faktor lingkungan seperti; pengalaman pada masa kecil dan lingkungan masyarakat secara umum. Terdapat sejumlah alasan mengapa anak tunagrahita memiliki masalah dalam kepribadian. Alasan-alasan tersebut meliputi; isolasi sosial dan penolakan, *labeling* dan *stigma*, stres keluarga, frustrasi dan kegagalan, disfungsi otak dan kesadaran rendah.

#### 2.2.6 Kebutuhan Gerak Anak Tunagrahita

Aktivitas bagi anak tunagrahita tidak jauh berbeda dengan aktivitas anak normal. Karakteristik anak yang secara umum sama dengan anak normal harus diperhatikan dalam penanganan pemenuhan keperluan akan aktivitasnya. Berdasarkan sifat-sifat perkembangan, aktivitas yang diperlukan oleh anak besar (anak usia 6-12 tahun) adalah sebagai berikut: aktivitas yang menggunakan

keterampilan untuk mencapai tujuan tertentu. Aktivitas secara beregu atau berkelompok. Aktivitas untuk meningkatkan kemampuan fisik dan keberanian dalam bentuk aktivitas individual atau permainan kelompok (Sugiyanto, 2008: 37-40).

### **2.3 Pembelajaran**

Berbicara mengenai pembelajaran tentunya tidak dapat dipisahkan dari kata belajar. Karena dalam pembelajaran, didalamnya terdapat sebuah proses belajar. Belajar merupakan proses perubahan tingkah laku yang dilakukan secara sengaja untuk mendapatkan perubahan yang lebih baik, misalnya; dari yang tidak tahu menjadi tahu, dari tidak terampil menjadi terampil, dari belum dapat melakukan sesuatu menjadi dapat melakukan sesuatu dan lain sebagainya.

Pembelajaran atau pengajaran pada dasarnya merupakan kegiatan guru menciptakan situasi agar siswa belajar dengan efektif dan efisien. Tujuan utama dari pembelajaran atau pengajaran adalah agar siswa belajar. Mengajar dan belajar merupakan dua kegiatan yang tidak dapat dipisahkan. Sedangkan dalam implementasinya belajar merupakan kegiatan individu memperoleh pengetahuan, perilaku, dan keterampilan dengan cara mengolah bahan ajar. (Komara, 2014: 1)

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat berjalan dengan baik (Komara, 2014: 29).

Berdasarkan penjelasan diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa pembelajaran merupakan proses interaksi peserta didik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar sehingga dalam proses pembelajaran tersebut terjadi perubahan tingkah laku dari yang tidak baik menjadi lebih baik, dimana perubahan tingkah laku tersebut dalam bentuk kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan psikomotor (keterampilan).

### 2.3.1 Faktor Faktor yang Mempengaruhi Belajar

Faktor atau hambatan yang mempengaruhi belajar digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal atau faktor yang berasal dari dalam diri sendiri, dan faktor eksternal atau faktor yang berasal dari luar diri.

#### 1. Faktor Internal, seperti:

- a. Kesehatan fisik yang kurang baik mengakibatkan tidak dapat berkonsentrasi (penglihatan kabur, pendengaran kurang, gagap, dan lain sebagainya).
- b. Intelegensi kurang/rendah (kemampuan belajar yang rendah).
- c. Kebiasaan buruk (malas, suka menunda-nunda tugas).
- d. Persepsi negatif (perasaan pesimis, rendah diri, tertekan, takut dan cemas).
- e. Sikap yang negatif terhadap diri, lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat).
- f. Kelelahan psikologis (kepenatan saraf) sebagai akibat ketegangan emosi (emosi yang tidak stabil).

#### 2. Faktor Eksternal, seperti:

- a. Keadaan lingkungan yang kurang nyaman dan tenang, misal; gaduh, terlalu panas, kacau dan kurang tertib.

- b. Sarana dan prasarana yang kurang memadai seperti; alat peraga, pustaka atau buku acuan, kertas, alat tulis dan lain-lain.
- c. Kondisi lapangan yang kurang baik.
- d. Pengaruh teman yang kurang baik.
- e. Keluarga, guru, atau orang lain yang kurang memberi dorongan atau dukungan.

### 2.3.2 Komponen-komponen Pembelajaran

Dalam pendekatan sistem, pembelajaran merupakan suatu kesatuan dari komponen-komponen pembelajaran yang tidak dapat dipisahkan antara satu dengan yang lain, karena satu sama lain saling mendukung. Komponen-komponen tersebut dapat menunjang kualitas pembelajaran.

Pembelajaran sebagai suatu sistem yang komponen-komponennya terdiri dari:

1. Siswa
2. Guru
3. Tujuan
4. Materi pembelajaran
5. Metode mengajar
6. Sarana atau alat
7. Evaluasi
8. Lingkungan atau konteks pembelajaran

Masing-masing komponen itu sebagai bagian yang berdiri sendiri, namun dalam berproses di kesatuan sistem mereka saling bergantung dan bersama-sama untuk mencapai tujuan (Saptono, 2005: 143).



### 2.3.3 Model Pembelajaran

Model pembelajaran disini adalah model pembelajaran interaktif, yaitu suatu cara atau teknik pembelajaran yang digunakan oleh guru pada saat menyajikan bahan pembelajaran dimana guru pemeran utama dalam menciptakan situasi interaktif yang edukatif, yakni interaksi antara guru dengan siswa, siswa dengan siswa dan dengan sumber pembelajaran dalam menunjang tercapainya tujuan pembelajaran.

Syarat model pembelajaran interaktif dikemukakan oleh Ahmad Sabri dalam bukunya (Komara, 2014: 42) antara lain:

- a. Dapat membangkitkan motivasi, minat atau gairah belajar siswa.
- b. Dapat merangsang keinginan siswa untuk belajar lebih lanjut.
- c. Dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk memberikan tanggapannya terhadap materi yang disampaikan.
- d. Dapat menjamin perkembangan kegiatan kepribadian siswa.
- e. Dapat mendidik siswa dalam teknik belajar sendiri dan cara memperoleh pengetahuan melalui usaha pribadi.
- f. Dapat menanamkan dan mengembangkan nilai-nilai dan sikap siswa dalam kehidupan sehari-hari.

Selain model pembelajaran interaktif, terdapat pula model pembelajaran inkuiri. Model pembelajaran inkuiri berarti suatu rangkaian kegiatan belajar yang melibatkan secara maksimal seluruh kemampuan siswa untuk mencari dan menyelidiki secara sistematis, kritis, logis, analitis, sehingga mereka dapat merumuskan sendiri penemuannya dengan penuh percaya diri (Anam, 2015: 11).

Dalam konteks penggunaan inkuiri sebagai metode belajar mengajar, siswa ditempatkan sebagai subjek pembelajaran, yang berarti bahwa siswa memiliki andil besar dalam menentukan suasana dan model pembelajaran. Dalam metode pembelajaran inkuiri ini, setiap peserta didik didorong untuk terlibat aktif dalam proses belajar mengajar.

Penekanan utama dalam proses belajar mengajar berbasis inkuiri terletak pada kemampuan siswa untuk memahami, kemudian mengidentifikasi dengan cermat dan teliti, lalu diakhiri dengan memberikan jawaban atau solusi atas permasalahan yang tersaji. Selain itu pembelajaran berbasis inkuiri bertujuan untuk mendorong siswa semakin berani dan kreatif dalam berimajinasi, dengan kata lain siswa dibimbing untuk menciptakan penemuan-penemuan, baik yang berupa penyempurnaan dari apa yang telah ada, maupun menciptakan ide, gagasan, atau alat yang belum pernah ada sebelumnya (Anam, 2015: 9).

#### **2.4. Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional.

Menurut Lutan (2002: 18) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat sepanjang hayatnya. Tujuan ini akan dicapai melalui penyediaan pengalaman langsung dan nyata berupa aktivitas jasmani.

Menurut Bucher (Lutan, 2002: 18) mengemukakan pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan, adalah proses pendidikan melalui kegiatan fisik yang dipilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, neuromuskuler, interperatif, sosial, dan emosional.

Nixon dan Cozens (Lutan, 2002: 19), pendidikan jasmani didefinisikan sebagai fase dari seluruh proses pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas dan respon otot yang giat dan berkaitan dengan perubahan yang dihasilkan individu dari respon tersebut.

Dauer dan Pangrazi (Lutan, 2002: 19) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan secara keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan pengembangan secara utuh untuk tiap siswa. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi siswa. Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif.

Dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Oleh karena itu lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, yaitu jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif.

### 2.4.1 Fungsi Pendidikan Jasmani

Adapun fungsi pendidikan jasmani menurut Ega Trisna Rahayu (2013:20) diantaranya:

#### 1. Aspek Organik

- Menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara memadai serta memiliki landasan untuk pengembangan keterampilan.
- Meningkatkan kekuatan yaitu jumlah tenaga maksimum yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot.
- Meningkatkan daya tahan yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama.
- Meningkatkan daya tahan kardiovaskuler, kapasitas individu untuk melakukan aktifitas yang berat secara terus menerus dalam waktu relatif lama.
- Meningkatkan fleksibilitas, yaitu rentang gerak dalam persendian yang dilakukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengurangi cedera.

#### 2. Aspek Neuromuskular

- Meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf dan otot.
- Mengembangkan keterampilan lokomotor, seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat, meluncur, melangkah, mendorong, menderap/mencongklang, bergulir dan menarik.
- Mengembangkan keterampilan non-lokomotor, seperti mengayun, meleok, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung, dan membongkok.

- Mengembangkan keterampilan dasar manipulatif, seperti memukul, menendang, menangkap, berhenti, melempar, mengubah arah, memantulkan, bergulir, memvoli.
- Mengembangkan faktor-faktor gerak seperti; ketetapan, irama, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan.
- Mengembangkan keterampilan olahraga seperti; sepak bola, softball, bola voli, bola basket, base ball, atletik, tennis, beladiri, dan lain sebagainya.
- Mengembangkan keterampilan rekreasi seperti; menjelajah, mendaki, berkemah, berenang dan lainnya.

### 3. Aspek Perseptual

- Mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat.
- Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat/ruang, yaitu kemampuan mengenali objek yang berada di; depan, belakang, bawah, sebelah kanan atau sebelah kiri darinya.
- Mengembangkan koordinasi gerak visual yaitu; kemampuan mengkoordinasikan pandangan dengan keterampilan gerak yang melibatkan tangan, tubuh dan atau kaki.
- Mengembangkan keseimbangan tubuh; (statis, dinamis) yaitu kemampuan mempertahankan keseimbangan statis dan dinamis.
- Mengembangkan dominasi yaitu konsistensi dalam menggunakan tangan atau kaki kanan/kiri dalam melempar dan menendang.

- Mengembangkan lateralitas yaitu kemampuan membedakan antara sisi kanan atau kiri tubuh dan diantara bagian dalam kanan atau kiri tubuhnya sendiri.
- Mengembangkan *image* tubuh yaitu kesadaran bagian atau seluruh tubuh dan hubungannya dengan tempat atau ruang.

#### 4. Apek Kognitif

- Mengembangkan kemampuan menggali, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan, dan membuat keputusan.
- Meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan, dan etika
- Mengembangkan kemampuan menggunakan strategi dan teknik yang terlibat dalam aktivitas yang terorganisasi.
- Meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas jasmani.
- Menghargai kinerja tubuh; penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, waktu, tempat, bentuk, kecepatan dan arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dan dirinya.
- Meningkatkan pemahaman tentang memecahkan problem-problem perkembangan melalui gerakan.

#### 5. Aspek Sosial

- Menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan dimana berada.
- Menembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok.
- Belajar berkomunikasi dengan orang lain.

- Mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide dalam kelompok.
  - Mengembangkan kepribadian, sikap, dan nilai agar dapat berfungsi sebagai anggota masyarakat.
  - Mengembangkan rasa memiliki dan rasa diterima di masyarakat.
  - Mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif belajar menggunakan waktu luang yang konstruktif.
  - Mengembangkan sikap yang mencerminkan karakter moral yang baik.
6. Aspek Emosional
- Mengembangkan respon yang sehat terhadap aktivitas jasmani.
  - Mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton.
  - Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat.
  - Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas.
  - Menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan.

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa fungsi pendidikan jasmani sangatlah luas menyangkut berbagai aspek pendidikan yang mampu mengembangkan kemampuan peserta didik untuk dapat mengetahui potensi diri, kreativitas, etika, keterampilan motorik, keterampilan sosial, emosional dan lain sebagainya.

#### 2.4.2 Pendidikan Jasmani Adaptif

Menurut Karyana (2013: 110) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adaptif pada dasarnya adalah sama dengan pendidikan jasmani biasa. Pendidikan jasmani merupakan salah satu aspek dari seluruh proses pendidikan secara

keseluruhan. Pendidikan jasmani adaptif merupakan suatu sistem penyampaian layanan yang bersifat menyeluruh (*comprehensif*) dan dirancang untuk mengetahui, menentukan dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor. Hampir semua jenis ketunaan memiliki problem dalam ranah psikomotor.

Masalah psikomotor sebagai akibat dari keterbatasan kemampuan sensomotorik, keterbatasan dalam kemampuan belajar. Sebagian anak berkebutuhan khusus (ABK) bermasalah dalam interaksi sosial dan tingkah laku. Dengan demikian dapat dipastikan bahwa peranan pendidikan jasmani bagi anak berkebutuhan khusus sangat besar dan akan mampu mengembangkan dan mengoreksi kelainan dan keterbatasan tersebut.

#### 2.4.3 Ciri dari Program Pengajaran Pendidikan Jasmani Adaptif

Sifat program pengajaran pendidikan jasmani adaptif memiliki ciri khusus yang menyebabkan nama pendidikan jasmani ditambah dengan kata adaptif. Adapun ciri tersebut adalah:

- a. Program pendidikan jasmani adaptif disesuaikan dengan jenis dan karakteristik kelainan siswa. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan kesempatan kepada siswa yang berkelainan berpartisipasi dengan aman, sukses, dan memperoleh kepuasan.
- b. Program pengajaran pendidikan jasmani adaptif harus dapat membantu dan mengoreksi kelainan yang disandang oleh siswa. Kelainan pada anak luar biasa terjadi pada kelainan fungsi postur, sikap tubuh dan pada mekanika tubuh. Untuk itu program pengajaran pendidikan jasmani adaptif harus membantu siswa melindungi diri sendiri dari kondisi yang memperburuk keadaannya.



- c. Program pengajaran pendidikan jasmani adaptif harus dapat menegembangkan dan meningkatkan kemampuan jasmani individu anak berkebutuhan khusus. Untuk itu pendidikan jasmani adaptif mengacu pada suatu program kebugaran jasmani progresif, selalu berkembang dan atau latihan otot-otot besar. Dengan demikian tingkat perkembangan anak berkebutuhan khusus dapat mendekati tingkat kemampuan teman sebayanya. Apabila program pendidikan jasmani adaptif dapat mewujudkan hal tersebut di atas, maka pendidikan jasmani adaptif dapat membantu siswa melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan siswa memiliki harga diri. Perasaan ini akan dapat membawa siswa berperilaku dan bersikap sebagai subjek bukan objek di lingkungannya.

#### 2.4.4 Tujuan Pendidikan Jasmani Adaptif

Menurut Karyana (2013: 112) pendidikan jasmani adaptif berperan sangat besar dan strategis dalam mewujudkan pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus, maka dari itu Arma Abdoellah dalam bukunya yang berjudul "Pendidikan Jasmani Adaptif" memerinci tujuan pendidikan jasmani adaptif bagi anak berkebutuhan khusus sebagai berikut:

- a. Untuk menolong siswa mengoreksi kondisi yang dapat diperbaiki.
- b. Untuk membantu siswa melindungi diri sendiri dari kondisi apapun yang memperburuk keadaannya melalui penjas tertentu.
- c. Untuk memberikan kesempatan pada siswa mempelajari dan berpartisipasi dalam sejumlah macam olahraga dan aktivitas jasmani, waktu luang yang

bersifat rekreasi.

- d. Untuk menolong siswa memahami keterbatasan kemampuan jasmani dan mentalnya.
- e. Untuk membantu siswa melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan memiliki harga diri.
- f. Untuk membantu siswa dalam mengembangkan pengetahuan dan appersepsi terhadap mekanika tubuh yang baik.
- g. Untuk menolong siswa memahami dan mengharagai macam olahraga yang dapat diminatinya sebagai penonton.

#### 2.4.5 Modifikasi dalam Pendidikan Jasmani Adaptif

Dilihat dari masalah kelainannya, jenis anak berkebutuhan khusus dikelompokkan menjadi:

- a. Anak berkebutuhan khusus yang memiliki masalah dalam sensoris.
- b. Anak berkebutuhan khusus yang memiliki masalah dalam gerak dan motoriknya.
- c. Anak berkebutuhan khusus yang memiliki masalah dalam belajar.
- d. Anak berkebutuhan khusus yang memiliki masalah dalam tingkah lakunya.

Dari masalah yang disandang dan karakteristik setiap jenis anak berkebutuhan khusus maka menuntut adanya penyesuaian dan modifikasi dalam pengajaran pendidikan jasmani bagi anak berkebutuhan khusus (Karyana, 2013: 113).

Penyesuaian dan modifikasi dari pengajaran penjas bagi anak berkebutuhan khusus dapat terjadi pada:

- a. Modifikasi aturan main dari aktivitas pendidikan jasmani.
- b. Modifikasi keterampilan dan tekniknya.

- c. Modifikasi teknik mengajarnya.
- d. Modifikasi lingkungannya termasuk ruang, fasilitas, dan peralatannya.



## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang ada, maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Tingkat keaktifan anak SD tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pemalang tahun 2016 dapat dikatakan baik, dimana berdasarkan perhitungan deskriptif persentase diperoleh hasil sebesar 69,79%.
2. Proses pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pemalang menggunakan sistem kelas secara paralel, yaitu menggabungkan beberapa kelas dalam satu kali pertemuan.
3. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi keaktifan anak tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pemalang, yaitu faktor internal dan eksternal dari anak.
4. Adapun hambatan dalam proses pembelajaran berlangsung adalah tenaga pendidik khususnya guru pendidikan jasmani masih kurang, tidak sesuai pembelajaran dengan apa yang diinginkan oleh anak, kehadiran anak yang terlambat datang ke sekolah sehingga waktu pembelajaran berkurang, dan beberapa anak yang pasif dan hanya berdiam diri pada saat pembelajaran berlangsung.

## 5.2 Saran

Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian maka saran dari peneliti mengenai keaktifan anak SD tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 2 Pemalang adalah sebagai berikut:

1. Bagi guru mata pelajaran pendidikan jasmani:
  - a. Mengembangkan model-model pembelajaran berdasarkan PAIKEM (Pembelajaran yang Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif dan Menyenangkan).
  - b. Buatlah lebih banyak variasi materi untuk memperkaya pengetahuan gerak anak.
  - c. Buatlah lebih banyak permainan gerak yang menyenangkan agar anak tidak cepat jenuh.
  - d. Optimalkan pembelajaran dengan melengkapi sarana dan prasarana di sekolah dengan memodifikasi alat yang dapat menarik perhatian anak.
2. Bagi sekolah:
  - a. Perlu dilengkapinya sarana dan prasarana untuk pendidikan jasmani guna meningkatkan mutu kualitas pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.
  - b. Perlu ditambah tenaga pendidik khususnya guru penjas, mengingat di SLB Negeri 2 Pemalang saat ini hanya ada satu guru penjas.
3. Bagi Universitas Negeri Semarang:

Perlu mengadakan program studi atau jurusan yang meluluskan guru-guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan untuk sekolah luar biasa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Munib. 2010. *Pengantar Ilmun Pendidikan*. Semarang: UPT UNNES Press.
- Adang Suherman. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- Asep Karyana dan Sri Widati. 2013. *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Tunadaksa*. Jakarta: PT. Luxima Metro Media.
- Aqila Smart. 2010. *Anak Cacat Bukan Kiamat Metode Pembelajaran dan Terapi Untuk Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Kata Hati.
- Baltasar Taringan. 2000. *Penjaskes Adaptif*. Jakarta: Depdiknas.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Ega Tisna Rahayu. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Implementasi Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Endang, Komara. 2014. *Belajar dan Pembelajaran Interaktif*. Bandung: Refika Aditama.
- Kemis dan Rosnawati. 2013. *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Tunagrahita*. Jakarta: Luxima Metro Media.
- Khoirul, Anam. 2015. *Pembelajaran Berbasis Inkuiri Metode dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lukmanul Hakim. 2009. *Pembelajaran Efektif*. Bandung: Wacana Prima.
- Lexy J, Moloeng. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rosda Karya.
- Miles and Hubberman. 2007. *Analisis Data Kualitatif (Rohidi T. R.: Terjemahan)*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Muhdar Munawar dan Ate Suwandi. 2013. *Mengenal & Memahami Orientasi dan Mobilitas*. Jakarta:PT Luxima Metro Media.
- Nunung Apriyanto. 2012. *Seluk-beluk Tunagrahita dan Strategi Pembelajarannya*. Jakarta: Javalitera.
- Rusli Lutan. 2002. *Pembaharuan Pendidikan Jasmani Di Indonesia*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Penjas Olahraga & Kesehatan SMP/MTS*. Jakarta: Litera.

- Sardiman A.M. 2010. *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sigit Saptono. 2005. *Meletakkan Landasan Nilai Budi Pekerti Melalui Proses Pembelajaran*. Jakarta: Depdiknas.
- Sugiyanto. 2008. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyanto dan Sudjarwo. 1993. *Perkembangan & Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian (Edisi Revisi VI)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yasim Martinis. 2007. *Kiat Membelajarkan Siswa*. Jakarta: Gaung Persada Press.

