

**STUDI TENTANG KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SISWA *TUNAGRAHITA* DALAM MENGIKUTI PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI ADAPTIF (Studi Pada Siswa Tunagrahita di SDLB Negeri Seduri, Mojosari-Mojokerto)**

**Rendra Dwi Fitriawan**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya,  
r3ndra\_elex@yahoo.co.id

**Abdul Rachman Syam Tuasikal**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya,

**Abstrak**

Pendidikan bagi anak dengan kebutuhan khusus dapat dilakukan dengan berbagai cara, antara lain melalui pendidikan jasmani. Bentuk program pendidikan jasmani yang sesuai adalah program pendidikan jasmani adaptif. Sesuai dengan kecacatannya, yaitu anak tunagrahita atau keterbelakangan mental yang berarti adanya kemunduran tingkat kecerdasan pada anak, sehingga mempengaruhi pola pikir, mental, dan perilaku anak dalam bersosialisasi. Siswa tunagrahita ini akan memperoleh pembinaan pendidikan jasmani yang menjadi tugas utama para guru pendidikan jasmani. Program pembelajaran akan berhasil apabila fokus kegiatan ditujukan pada perbaikan tingkat kemampuan fisik dan ketidakmampuan fisik siswa serta meminimalkan hambatan-hambatan yang dicapai dalam kehidupannya. Oleh karena itu seorang guru pendidikan jasmani harus memiliki sikap positif terhadap mereka serta memberikan motivasi agar tidak merasa rendah diri dan terisolir dari lingkungannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan penyesuaian diri Siswa Tunagrahita dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri seduri, Mojosari-Mojokerto. Dari hasil penelitian dan analisis data maka dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani pada anak tunagrahita di SLB Negeri seduri, Mojosari-Mojokerto menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan penugasan. Apabila terdapat siswa yang kesulitan dalam melakukan gerakan karena keterbatasannya, maka digunakan pendekatan secara individual kepada siswa yang mengalami kesulitan gerakan tersebut. Sedangkan untuk materi yang diajarkan tidak jauh berbeda dengan anak normal, tetapi dalam pelaksanaannya membutuhkan modifikasi sesuai dengan keterbatasan siswa.

**Kata kunci** : Penyesuaian diri, Tunagrahita, Pendidikan jasmani.

**Abstract**

Education for children with special needs can be done in various ways, including through physical education. Form of an appropriate physical education program is an adaptive physical education program. In accordance with the handicap of the mental retardation children which means that the deterioration level of intelligence on children, affecting patterns of thought, mental, and social behavior on children. Students will receive coaching mental retardation children for physical education became the major task of physical education teachers. Learning program will be successful if the focus of activities aimed in improving levels of physical ability and students' physical disability and minimize barriers achieved in life. Therefore, a physical education teacher should have a positive attitude towards them and provide motivation not to feel inferior and isolated from its environment. The purpose of this study was to determine the ability of child adjustment following the learning process Mental Retardation in adaptive physical education at Special School (SLB) seduri Affairs, Mojosari-Mojokerto. The result of this research it can be concluded that the learning process of physical education especially for mental retardation children at MRES Seduri, Mojosari-Mojokerto using lectures, demonstrations, and assignments. If there are students who have difficulty in performing the movement because of its limitations, it is used by an individual approach to the students who have trouble in movement. As for the material being taught is not much different from normal children, but its implementation requires modification in accordance with the limitations of the students.

**Keywords**: Adjustment, Mental Retardation, Physical Education.

## PENDAHULUAN

Pendidikan pada dasarnya merupakan rekonstruksi aneka pengalaman dan peristiwa yang dialami individu agar segala sesuatu yang baru agar lebih terarah dan bermakna. Morse (1964) membedakan istilah pendidikan liberal (*liberal education*) dengan pendidikan umum (*general education*). Ia mengatakan bahwa pendidikan liberal lebih berorientasi pada bidang studi dan menekankan penguasaan materinya. Tujuan utamanya adalah penguasaan materi pembelajaran secara mendalam dan bahkan jika mungkin sampai tuntas.

Sementara itu, pendidikan umum lebih bersifat memperhatikan “pelakunya” dari pada bidang studi materinya. Tujuan utamanya adalah mencapai perkembangan individu secara menyeluruh.

Setiap individu selalu ingin memperoleh pendidikan jasmani sebagai mana mestinya sehingga ia merasa puas terhadap dirinya. Namun tidak selamanya individu berhasil, karena adanya rintangan-rintangan tertentu yang menyebabkan ketidakberhasilan dalam melaksanakan pendidikan jasmani. Rintangan - rintangan itu terdapat di dalam dirinya maupun di luar dirinya.

Selain itu, program pendidikan jasmani mempunyai tanggung jawab terhadap siswa-siswa yang mempunyai keterbatasan fisik, termasuk penyediaan guru khusus, fasilitas khusus, serta programnya. Aspek lain yang perlu diperhatikan adalah komunikasi antara guru, siswa, sekolah, dan orang tua siswa, sehingga semua pihak memperhatikan keberadaan pendidikan jasmani dan ikut bertanggung jawab terhadap perannya dalam pendidikan umumnya. Salah satu rintangan yang ada di dalam diri adalah keterbatasan fisik yang dimiliki oleh individu tersebut. Namun setiap individu yang mengalami keterbatasan fisik juga memiliki hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan manusia.

Sesuai dengan Undang-Undang RI No. 20 tahun 2003, bab IV, pasal 5, ayat 2 mengenai Sistem Pendidikan Nasional dikemukakan bahwa Warga Negara yang memiliki kelainan fisik, mental, intelektual, dan atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus. Oleh karena itu diperlukan pendidikan khusus dalam memberikan pola pendidikan, diantaranya adalah pendidikan jasmani adaptif.

Pendidikan luar biasa adalah pendidikan yang diberikan kepada anak luar biasa pula, anak luar biasa dalam lingkungan pendidikan dapat diartikan seseorang atau suatu kelompok yang memiliki predikat menyimpang dari keadaan rata-rata atau kondisi pada umumnya, baik dalam segi fisik, mental, sosio-emosional yang menurut penyebarannya dapat kelebihan atau kekurangan (ketunaan). Untuk selanjutnya istilah anak luar biasa akan disebut juga anak dengan keterbelakangan mental (Effendi, 1991:1). sehingga kondisi dari anak yang mempunyai keterbelakangan mental pun berbeda-beda antara anak yang satu dengan anak yang lain. Dari hal tersebut yang melatar belakangi peneliti untuk mengadakan penelitian dengan judul “Studi Tentang Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Tunagrahita Dalam Mengikuti Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Adaptif” Studi Pada Siswa Tunagrahita di SDLB Negeri Seduri, Mojosari-Mojokerto.

Berdasarkan latar belakang diatas adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan penyesuaian diri siswa tunagrahita dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif di SDNLB Tunagrahita Seduri, Mojosari-Mojokerto.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian survei karena hanya akan melakukan studi tentang kemampuan penyesuaian diri siswa tunagrahita dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif, tanpa memberikan bentuk perlakuan apapun. Sesuai dengan pendapat (Maksum:2008), yang menyatakan bahwa Penelitian survei adalah penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuisioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok. Kuisioner berisi sejumlah pertanyaan yang harus dijawab oleh responden. Ada empat ciri utama penelitian survei, yaitu:

1. Menggunakan kuisioner sebagai instrument utama,
2. subjek penelitian dalam jumlah besar,
3. tidak memberikan perlakuan,
4. menggunakan logika deduktif sebagai kerangka Berfikir (Maksum, 2008:16-17)

Penelitian survey dapat digunakan dengan maksud:

1. penjajagan (eksploratif),
2. deskriptif,
3. penjelasan (*explanatory* atau *confirmatory*), yakni untuk menjelaskan hubungan kausal dan pengujian hipotesa
1. evaluasi,
2. prediksi atau meramalkan kejadian tertentu di masa yang akan datang,
3. penelitian operasional,
4. pengembangan indikator-indikator sosial (Sari, 2011:22-23).

Instrumen penelitian adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian (Maksum, 2008:55). atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan Interview sebagai metode penelitian yang dipilih untuk mengumpulkan data yang mempunyai banyak kebaikan. Interview adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (interviewer) untuk memperoleh informasi dari terwawancara (interviewee). Interview digunakan peneliti untuk menilai keadaan seseorang, misalnya untuk mencari data tentang variabel latar belakang murid, orang tua, pendidikan, perhatian, sikap terhadap sesuatu (Arikunto, 2006:155).

Sedangkan ditinjau dari pelaksanaannya, penelitian ini menggunakan interviu terpinpin, *guided interview*, yaitu interviu yang dilakukan oleh pewawancara dengan membawa sederetan pertanyaan lengkap dan terperinci

seperti yang dimaksud dalam interviu terstruktur (Arikunto, 2006:156).

Dimana pertanyaan-pertanyaan yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi dari format pedoman observasi yang dikembangkan oleh Wibowo (2006:60-63) dengan mengalami sedikit perubahan di beberapa point pertanyaannya.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Observasi Siswa Dalam Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Adaptif

Nama : Moh. Alfian ardiwinata (Alfi), Subjek 1 (satu)  
 Kelas : VI (Enam) / Tunagrahita  
 Tanggal Observasi: 12 Mei 2012, Pukul 06.00 WIB – Selesai  
 Observer : Hendrik Wahono S.Pd

INDIKATOR	HASIL PENGAMATAN		
	BAIK	SEDANG	KURANG
Kedisiplinan: Datang tepat waktu	√		
Mengikuti proses pembelajaran penjas adaptif dengan baik	√		
Keaktifan: Semangat dalam proses pembelajaran penjas adaptif	√		
Aktif dalam proses pembelajaran penjas adaptif	√		
Sikap: Memperhatikan keterangan yang diberikan	√		
Tidak mengganggu siswa yang lain	√		
Cara mengontak teman: Memanggil	√		
Menyentuh tangan	√		
Cara anak berbicara: Kejelasan	√		
Kecepatan		√	
Kelancaran		√	
Volume/kekerasan	√		
Cara bergerak: Bergerak secara wajar	√		
Bergerak secara tidak wajar			
Kaki meraba-raba			

#### 1. Data Tabel Hasil Observasi

Berdasarkan dari hasil observasi siswa subjek 1 (Satu) pada proses belajar mengajar dalam proses

pembelajaran pendidikan jasmani adaptif, maka diperoleh hasil sebagai berikut :

- 1) Dalam indikator kedisiplinan  
 Pada indikator ini diperoleh data bahwa subjek 1 (satu) selalu datang tepat waktu dan mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif dengan baik.
- 2) Dalam indikator keaktifan  
 Pada indikator ini diperoleh data bahwa subjek 1 (satu) sangat aktif dan semangat dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif.
- 3) Dalam indikator sikap  
 Pada indikator ini diperoleh data bahwa subjek 1 (satu) selalu memperhatikan keterangan yang diberikan oleh guru dengan baik dan tidak mengganggu siswa yang lain.
- 4) Dalam indikator cara mengontak teman  
 Pada indikator ini terlihat bahwa subjek 1 (satu) selalu mengontak teman dengan cara memanggil dari pada menyentuh tangan.
- 5) Dalam indikator berbicara  
 Pada indikator ini terlihat bahwa subjek 1 (satu) mempunyai cara bicara dengan suara yang jelas dan keras serta kecepatan dan kelancaran yang cukup untuk level anak tunagrahita.
- 6) Dalam indikator bergerak  
 Pada indikator ini diperoleh data bahwa subjek 1 (satu) dalam bergerak sudah terlihat wajar untuk menuju ke tempat yang dia inginkan.

#### Pembahasan

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan hasil penelitian Studi tentang kemampuan penyesuaian diri siswa tunagrahita dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif.

1. Berdasarkan data dari hasil observasi pada subjek 1 (satu), pada saat mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif mempunyai kedisiplinan yang tinggi hal ini terlihat dari kebiasaannya yang selalu datang tepat waktu dan mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif dengan baik. Dalam segi keaktifan juga, mempunyai semangat dan aktif dalam melaksanakan tugas pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. Serta mempunyai sikap yang selalu memperhatikan keterangan-keterangan yang diberikan oleh guru dan tidak mengganggu siswa yang lain baik itu dengan sesama penderita kelainan/kecacatan tunagrahita maupun dengan siswa penderita kelainan/kecacatan yang lain. Dalam cara mengontak teman subjek 1 (satu) tanpa mempunyai rasa ragu selalu memanggil teman yang sudah dikenalnya tanpa memerlukan bantuan orang lain. Pada dasarnya subjek 1 (satu) sangat peka pendengarannya sehingga mampu mengenali suara dari guru maupun teman-teman yang selalu diajak komunikasi, sedangkan dalam berbicara subjek 1 (satu) mempunyai kejelasan dan volume suara yang baik sedangkan untuk kecepatan dan kejelasan dalam berbicara sudah cukup baik sehingga mendukung kemampuannya dalam berkomunikasi, selain itu di dalam Bergeraknyapun ia mampu untuk mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. Subjek 1 (satu) sudah menguasai dan mengenal tempat dimana dia berdiri dan lingkungan yang ada disekitarnya ini terlihat

dari caranya bergerak yang sangat wajar dan yakin tanpa rasa khawatir. Dari hasil analisis diatas dapat dikatakan bahwa subjek 1 (satu) sudah mampu melakukan penyesuaian diri dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif, baik penyesuaian diri dengan teman, lingkungan, maupun dengan materi/penjelasan yang diberikan oleh gurunya.

## PENUTUP

### Simpulan

Siswa tunagrahita atau siswa keterbelakangan mental adalah suatu kondisi dimana seseorang mempunyai perkembangan atau kemampuan mental kecerdasan sedemikian terbelakang (Mental sub-normal), sehingga akibat kondisinya yang demikian ini anak tunagrahita dalam meniti tugas perkembangannya sangat membutuhkan bantuan atau layanan secara spesifik, terutama dalam aspek pendidikannya. Dalam hal ini peran serta guru sangat dibutuhkan untuk dapat selalu mendampingi dan melayani siswa tunagrahita dalam meniti tugas perkembangan setiap harinya agar siswa tunagrahita dapat memperoleh aktivitas perkembangan gerakanya secara maksimal. Di dalam partisipasinya siswa penderita kelainan keterlambatan mental (tunagrahita) di SDLB Tunagrahita Seduri, Mojosari-Mojokerto secara umum sudah bisa melakukan penyesuaian diri dengan baik, baik penyesuaian diri dengan keterangan – keterangan materi yang diajarkan, baik penyesuaian diri dengan teman – teman, maupun dengan lokasi yang digunakan sebagai tempat pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. Kemampuan penyesuaian diri ini terlihat pada saat pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif siswa penderita kelainan keterlambatan mental (tunagrahita) terlihat aktif dan semangat serta mampu berkomunikasi dengan siswa – siswa yang lain yang berbeda kecacatannya. Dalam indikator intelegensipun siswa penderita kelainan keterlambatan mental (tunagrahita) sudah jarang meminta bantuan guru maupun orang lain, sehingga dalam segi pola pikirnya sudah wajar/normal untuk level tingkatan siswa berkebutuhan khusus hal ini menunjukkan bahwa siswa penderita kelainan keterlambatan mental (tunagrahita) mampu mengikuti proses pembelajaran bidang mata pelajaran lain pada umumnya maupun pendidikan jasmani adaptif pada khususnya. Tetapi siswa penderita kelainan keterlambatan mental (tunagrahita) juga masih membutuhkan bantuan orang lain dalam hal ini guru, apabila pada saat pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif mengalami kesulitan, sedangkan kesulitan – kesulitan itu sendiri yang sering muncul dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif adalah gerakan – gerakan yang dirasa sulit untuk dilakukan siswa, seperti contoh mengikuti gerakan irama senam kesegaran jasmani dll.

Namun dari kelima siswa yang menjadi subjek penelitian, ada satu siswa yang menderita kelainan keterlambatan mental (tunagrahita) yang belum bisa melakukan penyesuaian diri dengan baik, dia adalah subjek 2 (dua). Hal-hal yang menyebabkan subjek 2 (dua) belum bisa melakukan penyesuaian diri dengan baik terhadap proses pembelajaran, khususnya pembelajaran

pendidikan jasmani adaptif hal ini dikarenakan subjek 2 (dua) masih baru 1 tahun masuk dalam sekolah di SDLB Negeri Seduri, Mojosari-Mojokerto. Karena tergolong masih baru dilingkungan sekolahnya tersebut subjek 2 (dua) dalam segi sosio-emosionalnya masih sangat labil, hal inilah yang menghambat dia untuk dapat menyesuaikan diri baik dilingkungan sekitarnya maupun pada saat mengikuti proses pembelajaran. Tetapi pada dasarnya proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif di SDLB Negeri Seduri, Mojosari-Mojokerto sudah berjalan dengan sangat baik.

### Saran

1. Pada saat akan melakukan proses pembelajaran harus disesuaikan dengan kondisi anak. Peranan guru sangat dibutuhkan agar anak merasa nyaman dan aman dalam melaksanakan proses pembelajaran
2. Pembelajaran akan lebih efektif apabila sebelum proses pembelajaran dilakukan penggolongan tingkat ketunaan siswa tunagrahita, hal ini dimaksudkan agar tujuan pembelajaran yang akan disampaikan dapat terlaksana dengan baik.

### DAFTAR RUJUKAN

- Abdullah, Arma. 1994. *Dasar-Dasar Pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asim, 2001. *Pendidikan Jasmani Adaptif Untuk Anak Tuna Grahita*. Fakultas Ilmu Pendidikan: Universitas Negeri Malang.
- Bhayangkarismawati, Renny Eka. 2007. *Penerapan Strategi Pembelajaran Individual Melalui Pendekatan Behavior Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Pada Anak Tunagrahita*. Skripsi, Tidak Diterbitkan: Universitas Negeri Surabaya.
- Effendi, Mohammad. 1991. *Psikologi Anak Luar Biasa*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan: Institut Keguruan dan ilmu Pendidikan Malang.
- Husdarta, 2000. *Perkembangan Peserta Didik*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Maksum, Ali. 2008. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. FIK-Universitas Negeri Surabaya.
- Sari, Rosmala. 2011. *Survei Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Pada Siswa Tunagrahita*. Skripsi, Tidak Diterbitkan: Universitas Negeri Surabaya.

Suherman, Adang. 2000. *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Departemen Pendidikan Nasional.

Tarigan, Beltasar. 2000. *Penjaskes Adaptif*: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Undang-Undang RI, 2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Bandung: Citra Umbara.

Wibowo, Andriyanto Eko. 2006. *Studi Tentang Kemampuan Penyesuaian Diri Anak Tunanetra Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif*. Skripsi, Tidak Diterbitkan: Universitas Negeri Surabaya.

