

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, pendidikan jasmani bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk. Tetapi pendidikan jasmani adalah bagian penting dari pendidikan. Melalui pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik, anak-anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya.

1. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani Menurut Cholik Mutohir dalam Samsudin (2008:2) bahwa:

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila.

Pernyataan di atas menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan sebuah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan

kemampuan fisik, intelektual, sosial maupun emosional dalam rangka membentuk manusia yang berkualitas.

2. Tujuan Pendidikan Jasmani

Menurut Mahendra dalam Falsafah Pendidikan Jasmani (2005;14) bahwa secara sederhana, pendidikan jasmani bertujuan memberikan kesempatan kepada siswa untuk:

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- c. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- e. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
- f. Menikmati kesenangan dan kerianggan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

3. Fungsi Pendidikan Jasmani

Samsudin dalam bukunya yang berjudul pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (2008;3) mengemukakan bahwa fungsi Pendidikan jasmani meliputi enam aspek yaitu:

- a. Aspek Organik
 1. menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara memadai serta memiliki landasan untuk pengembangan keterampilan;

2. meningkatkan kekuatan, yaitu jumlah tenaga maksimum yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot;
3. meningkatkan daya tahan, yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama;
4. meningkatkan daya tahan kardiovaskuler, kapasitas individu untuk melakukan aktivitas yang berat secara terus-menerus dalam waktu relatif lama; dan
5. meningkatkan fleksibilitas, yaitu; rentang gerak dalam persendian yang diperlukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengurangi cedera.

b. Aspek Neuromuskuler

1. meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf dan otot;
2. mengembangkan keterampilan lokomotor, seperti; berjalan, berlari, melompat, meloncat, meluncur, melangkah, mendorong, menderap/mencongklang, bergulir, dan menarik;
3. mengembangkan keterampilan non-lokomotor, seperti; mengayun, melengok, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung, membongkok;
4. mengembangkan keterampilan dasar manipulatif, seperti; memukul, menendang, menangkap, berhenti, melempar, mengubah arah, memantulkan, bergulir, memvoli

5. mengembangkan faktor-faktor gerak, seperti; ketepatan, irama, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan;
6. mengembangkan keterampilan olahraga, seperti; sepak bola, softball, bola voli, bola basket, baseball, atletik, tenis, bela diri); dan
7. mengembangkan keterampilan rekreasi, seperti, menjelajah, mendaki, berkemah, berenang, dan lainnya.

c. Aspek Perseptual

1. mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat;
2. mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat atau ruang, yaitu kemampuan mengenali objek yang berada di depan, belakang, bawah, sebelah kanan atau sebelah kiri dari dirinya
3. mengembangkan koordinasi gerak visual, yaitu; kemampuan mengoordinasikan pandangan dengan keterampilan gerak yang melibatkan tangan, tubuh, dan atau kaki;
4. mengembangkan keseimbangan tubuh (statis, dinamis), yaitu; kemampuan mempertahankan keseimbangan statis dan dinamis;
5. mengembangkan dominansi (*dominancy*), yaitu; konsistensi dalam menggunakan tangan atau kaki kanan/kiri dalam melempar atau menendang;
6. mengembangkan lateralitas (*laterality*), yaitu; kemampuan membedakan antara sisi kanan atau sisi kiri tubuh dan di antara bagian dalam kanan atau kiri tubuhnya sendiri; dan

7. mengembangkan *image* tubuh (*body image*), yaitu kesadaran bagian tubuh atau seluruh tubuh dan hubungannya dengan tempat atau ruang.

d. Aspek Kognitif

1. mengembangkan kemampuan menggali, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan;
2. meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan, dan etika;
3. mengembangkan kemampuan penggunaan strategi dan teknik yang terlibat dalam aktivitas yang terorganisasi;
4. meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas jasmani;
5. menghargai kinerja tubuh; penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, waktu, tempat, bentuk, kecepatan, dan arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dan dirinya; dan
6. meningkatkan pemahaman tentang memecahkan problem-problem perkembangan melalui gerakan.

e. Aspek Sosial

1. menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan di mana berada;
2. mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok;
3. belajar berkomunikasi dengan orang lain;

4. mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide dalam kelompok;
 5. mengembangkan kepribadian, sikap, dan nilai agar dapat berfungsi sebagai anggota masyarakat;
 6. mengembangkan rasa memiliki dan rasa diterima di masyarakat;
 7. mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif;
 8. belajar menggunakan waktu luang yang konstruktif; dan
 9. mengembangkan sikap yang mencerminkan karakter moral yang baik.
- f. Aspek Emosional
1. mengembangkan respons yang sehat terhadap aktivitas jasmani;
 2. mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton;
 3. melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat;
 4. memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas; dan
 5. menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan

B. Anak Berkebutuhan Khusus

1. Pengertian Anak berkebutuhan Khusus

Pendidikan adalah hak seluruh warga negara tanpa membedakan asal-usul, status sosial ekonomi, maupun keadaan fisik seseorang, termasuk anak-anak yang mempunyai kelainan sebagaimana di amanatkan dalam UUD 1945 pasal 31. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, hak anak untuk memperoleh pendidikan dijamin penuh

tanpa adanya diskriminasi termasuk anak-anak yang mempunyai kelainan atau anak yang berkebutuhan khusus. Banyak istilah yang dipergunakan sebagai variasi dari kebutuhan khusus, seperti *disability*, *impairment*, dan *Handicap*.

Heward (2010) mendefinisikan Anak Berkebutuhan Khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukan pada ketidakmampuan mental, emosi atau fisik http://id.wikipedia.org/wiki/Anak_berkebutuhan_khusus.

Sedangkan menurut Zaenal Alimin dalam (<http://z-alimin.blogspot.com/2009/02/penyandang-ketunaan-istilah-pengganti.html>;2009)

Mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan anak berkebutuhan khusus adalah:

Anak yang secara pendidikan memerlukan layanan yang spesifik yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus ini memiliki apa yang disebut dengan hambatan belajar dan hambatan perkembangan (*barier to learning and development*). Oleh sebab itu mereka memerlukan layanan pendidikan yang sesuai dengan hambatan belajar dan hambatan perkembangan yang dialami oleh masing-masing anak

2. Jenis dan Karakteristik Anak berkebutuhan Khusus

Terdapat banyak jenis anak yang berkelainan atau cacat yang memerlukan layanan khusus, dari anak yang tergolong gangguan fisik dengan jenis kelaianan cacat sejak kecil (*konginental deformity*), berbagai jenis cerebral palsy seperti jenis tremor, spastic, athetoid, ataxia dan lain sebagainya.

Anak dengan gangguan sensorik meliputi anak yang mengalami gangguan pendengaran dan kerusakan penglihatan. Sedangkan anak dengan gangguan mental adalah anak tunagrahita.

Setiap jenis anak memiliki ciri-ciri dan karakteristik masing-masing, begitu pula dengan anak berkebutuhan khusus, mereka memiliki ciri-ciri dan kekhasan tersendiri tergantung dari jenis kelainannya dan berat ringannya gangguan atau hambatan yang dialaminya.

Karakteristik anak berkebutuhan khusus berdasarkan jenis hambatannya, diantaranya :

a. Karakteristik anak yang memiliki hambatan mental

Ellah mengemukakan (2005:24) bahwa anak yang memiliki hambatan mental ada dua kriteria, yakni anak yang memiliki penyimpangan intelektual subnormal di bawah rata-rata normal dan anak yang memiliki intelektual luar biasa tinggi (*Intellectually superior*).

Anak yang memiliki hambatan mental memiliki karakteristik yang berbeda antara anak yang memiliki penyimpangan intelektual subnormal di bawah rata-rata normal atau Tunagrahita dengan anak yang memiliki intelektual luar biasa tinggi atau sering disebut dengan anak berbakat.

Brown et al (<http://www.ditplb.or.id/profile.php?id=45>) mengemukakan bahwa karakteristik anak tunagrahita antara lain:

- a. lamban dalam mempelajari hal-hal yang baru, mempunyai kesulitan dalam mempelajari pengetahuan abstrak atau yang berkaitan, dan

selalu cepat lupa apa yang dia pelajari tanpa latihan yang terus menerus.

- b. Kesulitan dalam menggeneralisasi dan mempelajari hal-hal yang baru.
- c. Kemampuan bicaranya sangat kurang bagi anak tunagrahita berat.
- d. Cacat fisik dan perkembangan gerak. Kebanyakan anak dengan tunagrahita berat mempunyai ketekatan dalam gerak fisik, ada yang tidak dapat berjalan, tidak dapat berdiri atau bangun tanpa bantuan. Mereka lambat dalam mengerjakan tugas-tugas yang sangat sederhana, sulit menjangkau sesuatu, dan mendongakkan kepala.
- e. Kurang dalam kemampuan menolong diri sendiri. Sebagian dari anak tunagrahita berat sangat sulit untuk mengurus diri sendiri, seperti: berpakaian, makan, dan mengurus kebersihan diri. Mereka selalu memerlukan latihan khusus untuk mempelajari kemampuan dasar.
- f. Tingkah laku dan interaksi yang tidak lazim. Anak tunagrahita ringan dapat bermain bersama dengan anak reguler, tetapi anak yang mempunyai tunagrahita berat tidak melakukan hal tersebut. Hal itu mungkin disebabkan kesulitan bagi anak tunagrahita dalam memberikan perhatian terhadap lawan main.
- g. Tingkah laku kurang wajar yang terus menerus. Banyak anak tunagrahita berat bertingkah laku tanpa tujuan yang jelas. Kegiatan mereka seperti ritual, misalnya: memutar - mutar jari di depan wajahnya dan melakukan hal-hal yang membahayakan diri sendiri, misalnya: menggigit diri sendiri, membentur-benturkan kepala, dll.

Berbeda dengan anak tunagrahita anak yang memiliki intelektual luar biasa atau berbakat memiliki karakteristik tersendiri seperti yang diungkapkan oleh Taft dan Gelchrist (Ellah,2005:25) bahwa karakteristik anak berbakat diantaranya:

- a) Memiliki rasa ingin tahu yang besar
- b) Cenderung mengerjakan sesuatu dengan cara mereka sendiri
- c) Lebih menyukai kerja sendiri
- d) Senang bereksperimen tentang apa saja
- e) Aktif berimajinasi
- f) Mampu berfikir dan banyak cara untuk mencapai tujuan atau untuk memecahkan masalah
- g) Cenderung merespon atau bereaksi dengan cara yang tidak dapat diduga-duga
- h) Mampu menghasilkan ide-ide orsinil
- i) Sangat berani mengambil resiko
- j) Memiliki sensitivitas terhadap keindahan
- k) Memiliki ketajaman atau rasa humor yang tinggi
- l) Kurang tertarik pada detail

m) Kurang perhatian terhadap adaptasi sosial.

Pernyataan di atas merupakan salah satu karakteristik dari anak yang memiliki hambatan mental baik yang di atas rata-rata maupun di bawah rata-rata.

b. Karakteristik anak dengan hambatan sensorik

Anak yang mengalami hambatan sensorik ini ada dua jenis kerusakan sensorik, yakni anak dengan kerusakan penglihatan (*visualization impairment*) dan anak yang mengalami kerusakan pendengaran (*auditory impairment*).

Anak yang memiliki hambatan penglihatan atau tunanetra didefinisikan oleh Scholl sebagai berikut: “Anak yang rusak penglihatannya yang walaupun dibantu dengan perbaikan, masih mempunyai pengaruh yang merugikan bagi anak yang bersangkutan” (<http://meilanikasim.wordpress.com/2009/05/27/anak-berkebutuhan-khusus:2009>).

Anak tunanetra memiliki karakteristik secara psikis, fisik, sosial maupun intelektual. Lowenfeld dalam Djadja Rahardja (<http://www.dj-rahardja.blogspot.com/2008>) menggambarkan dampak kebutaan dan low vision terhadap perkembangan kognitif, dengan mengidentifikasi keterbatasan yang mendasar pada anak dalam tiga area berikut ini:

- 1) *Tingkat dan keanekaragaman pengalaman.* Ketika seorang anak mengalami ketunanetraan, maka pengalaman harus diperoleh dengan mempergunakan indera-indera yang masih berfungsi, khususnya perabaan dan pendengaran. Tetapi bagaimanapun indera-indera tersebut tidak dapat secara cepat dan menyeluruh dalam memperoleh

informasi, misalnya ukuran, warna, dan hubungan ruang yang sebenarnya bisa diperoleh dengan segera melalui penglihatan. Tidak seperti halnya penglihatan, ketika mengeksplorasi benda dengan perabaan merupakan proses dari bagian ke keseluruhan, dan orang tersebut harus melakukan kontak dengan bendanya selama dia melakukan eksplorasi tersebut. Beberapa benda mungkin terlalu jauh (misalnya bintang, dan sebagainya), terlalu besar (misalnya gunung, dan sebagainya), terlalu rapuh (misalnya binatang kecil, dan sebagainya), atau membahayakan (misalnya api, dan sebagainya) untuk diteliti dengan perabaan.

- 2) *Kemampuan untuk berpindah tempat.* Penglihatan memungkinkan kita untuk bergerak dengan leluasa dalam suatu lingkungan, tetapi tunanetra mempunyai keterbatasan dalam melakukan gerakan tersebut. Keterbatasan tersebut mengakibatkan keterbatasan dalam memperoleh pengalaman dan juga berpengaruh pada hubungan sosial. Tidak seperti anak-anak yang lainnya, anak tunanetra harus belajar cara berjalan dengan aman dan efisien dalam suatu lingkungan dengan berbagai keterampilan orientasi dan mobilitas.
- 3) *Interaksi dengan lingkungan.* Jika anda berada di suatu tempat yang ramai, anda dengan segera bisa melihat ruangan dimana anda berada, melihat orang-orang disekitar, dan anda bisa dengan bebas bergerak di lingkungan tersebut. Orang tunanetra tidak memiliki kontrol seperti itu. Bahkan dengan keterampilan mobilitas yang dimilikinya, gambaran tentang lingkungan masih tetap tidak utuh.

Karakteristik anak yang mengalami hambatan pendengaran (*Auditory Impairment*) menurut Telford dan Sawrey dalam Ellah (2005:29) antara lain:

- 1) Ketidakmampuan memusatkan perhatian yang sifatnya kronis
- 2) Kegagalan merespon jika diajak berbicara
- 3) Terlambat berbicara atau melakukan kesalahan artikulasi.
- 4) Mengalami keterbelakangan di sekolah.

Menurut Direktorat pendidikan Luar Biasa (<http://www.ditplb.or.id/profile.php?id=44> 2006) bahwa karakteristik anak yang mengalami hambatan pendengaran diantaranya:

- 1) Kemampuan verbal (verbal IQ) anak tunarungu lebih rendah dibandingkan kemampuan verbal anak mendengar.
- 2) Namun performance IQ anak tunarungu sama dengan anak mendengar.
- 3) Daya ingat jangka pendek anak tunarungu lebih rendah daripada anak mendengar terutama pada informasi yang bersifat suksesif/berurutan.

- 4) Namun pada informasi serempak antara anak tunarungu dan anak mendengar tidak ada perbedaan.
- 5) Daya ingat jangka panjang hampir tak ada perbedaan, walaupun prestasi akhir biasanya tetap lebih rendah

c. Karakteristik anak yang mengalami hambatan neuromotor atau fisik

Anak yang mengalami hambatan neuromotor atau fisik adalah mereka yang mengalami hambatan dalam gerak atau fisik yang disebabkan oleh gangguan neurologis, bawaan, infeksi dan faktor kelainan di otak.

Hambatan neuromotor jelas terlihat ketika anak bergerak, berjalan, dan melakukan kegiatan sehari-hari. Misalnya dalam kegiatan belajar menulis, olahraga, menari, ataupun kegiatan keterampilan dan lain sebagainya. Sehingga memerlukan pendekatan khusus dalam pembelajaran yang diberikan kepadanya.

Untuk itu kita selaku guru harus mengenal ciri-ciri atau karakteristik dari anak ini, agar pembelajaran yang diberikan sesuai dengan kebutuhan yang diperlukannya. Karakteristik anak yang mengalami hambatan neuromotor atau fisik menurut Sri widati dalam Ellah (2005:30) adalah sebagai berikut:

- 1) Adanya gangguan motorik yang berupa kekakuan, kelumpuhan, gerakan-gerakan yang tidak dapat dikendalikan, gerakan ritmis, dan gangguan keseimbangan.
- 2) Adanya gangguan sensoris, yaitu kelainan penglihatan, pendengaran dan kemampuan kesan gerak dan raba.
- 3) Tingkat kecerdasan yang bervariasi. Sekitar 45 % mengalami keterbelakangan mental, dan 35 % mempunyai tingkat kecerdasan normal serta di atas rata-rata. Tidak ditemukan hubungan secara langsung tingkat kelainan fisik dengan kecerdasan anak.
- 4) Mengalami gangguan atau keterbatasan dalam kemampuan kognisi, yang meliputi pengenalan, pemahaman, penghayatan dan interpretasi terhadap informasi lingkungan.

- 5) Mengalami gangguan bicara yang disebabkan oleh kelainan motorik otot-otot bicara, kurang dan tidak terjadinya proses interaksi dengan lingkungan, serta kerusakan pada area tertentu di dalam otak yang berfungsi sebagai pusat bicara sehingga mempengaruhi proses bicara.
- 6) Mengalami kelainan emosi dan penyesuaian sosial.

d. Karakteristik anak yang mengalami hambatan perilaku sosial

Anak yang mengalami hambatan emosi dan sosial adalah anak yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dan bertindak laku tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat pada umumnya, sehingga mempengaruhi kegiatan pendidikannya dan memerlukan pelayanan pendidikan khusus.

Karakteristik anak yang mengalami hambatan emosi dan sosial menurut

The Individual with Disabilities Education Act (IDEA) antara lain:

- 1) Hiperaktif (rentang perhatian pendek, impulsif);
- 2) Agresi / perilaku yang merugikan diri sendiri (bertindak keluar, berkelahi);
- 3) Penarikan (kegagalan untuk memulai interaksi dengan orang lain; mundur dari pertukaran interaksi sosial, rasa takut atau kecemasan yang berlebihan);
- 4) Ketidakdewasaan (tidak pantas menangis, marah-marah, mengatasi miskin keterampilan); dan Kesulitan belajar (performa akademis tingkat kelas bawah). (<http://www.parentpals.com/gossamer/pages/Detailed/685.html:2001>)

Sedangkan menurut Direktorat pendidikan luar biasa (<http://www.ditplb.or.id/profile.php?id=44> 2006:2006) bahwa karakteristik anak yang memiliki hambatan perilaku dan sosial antara lain:

1. Bersikap membangkang,
2. Mudah terangsang emosinya,
3. Sering melakukan tindakan agresif,
4. Sering bertindak melanggar norma sosial/norma susila/hukum.

e. *Karakteristik anak yang mengalami hambatan komunikasi*

Istilah gangguan komunikasi meliputi berbagai masalah dalam bahasa, ucapan, dan pendengaran. Seperti yang dikemukakan oleh *National Dissemination Center for Children with Disabilities* dalam ([http:// www. Childdevelopment info. com/ disorders/ children with communication disorderS.shtml](http://www.Childdevelopment.info.com/disorders/children%20with%20communication%20disorderS.shtml): 2009) bahwa:

Gangguan bicara dan bahasa termasuk masalah artikulasi, gangguan suara, masalah kelancaran (seperti gagap), aphasia (kesulitan dalam menggunakan kata-kata, biasanya akibat cedera otak), dan keterlambatan dalam berbicara dan atau bahasa. Keterlambatan bicara dan bahasa mungkin disebabkan oleh banyak faktor, termasuk faktor-faktor lingkungan atau gangguan pendengaran

Berdasarkan pengertian di atas gangguan pendengaran merupakan salah satu penyebab dari gangguan komunikasi ini karena komunikasi akan berjalan apabila adanya hubungan timbal balik antara komunikator dan komunikan. Gangguan pendengaran meliputi pendengaran dan ketulian. Tuli dapat didefinisikan sebagai hilangnya pendengaran yang dapat menyulitkan komunikasi.

Seorang anak yang mengalami hambatan komunikasi memiliki berbagai karakteristik. Menurut *National Dissemination Center for Children with Disabilities* ([http:// www. Childdevelopment info. com/ disorders/ children with communication disorderS.shtml](http://www.Childdevelopment.info.com/disorders/childrenwithcommunicationdisorderS.shtml): 2009:2009) karakteristik anak yang mengalami hambatan komunikasi antara lain: “ketidakmampuan untuk mengikuti petunjuk, lambat dan tidak dapat dipahami saat pidato, dan kesulitan dalam pengucapan sintaks dan artikulasi”

Selain itu menurut Ellah (2005:33) mengungkapkan bahwa “karakteristik anak yang mengalami gangguan komunikasi berkisar pada kemampuan berfikir, bernalar masalah-masalah sosial-emosional (psikis) dan komunikasi”

C. Pendidikan Jasmani Bagi Siswa Berkebutuhan Khusus

Samsudin (2008:2) mengemukakan bahwa:

Pendidikan jasmani merupakan 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. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif dan afektif siswa.

Pernyataan di atas menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan sebuah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani untuk meningkatkan kemampuan fisik, intelektual, sosial maupun emosional dalam rangka meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah baik jasmani, psikomotor, kognitif dan afektif siswa . Tetapi di dalam pelaksanaannya

ditemukan adanya kesulitan yang dialami oleh beberapa individu yang unik sehingga mereka tidak terjangkau oleh pendidikan jasmani.

Mereka tetap sangat membutuhkan layanan pendidikan jasmani, oleh karena itu di butuhkan bentuk pendidikan jasmani yang dapat mengakomodasi setiap individu sesuai dengan keunikannya masing-masing. Pendidikan jasmani seperti itu disebut dengan pendidikan jasmani adaptif.

1. Pengertian Pendidikan Jasmani Adaptif

Pendidikan jasmani adaptif menurut Sherril dalam Sriwidati dan Murtadlo (2007:3) adalah sebagai berikut:

Pendidikan jasmani adaptif didefinisikan sebagai satu sistem penyampaian pelayan yang komprehensif yang dirancang untuk mengidentifikasi, dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor. Pelayanan tersebut mencakup penilaian, program pendidikan individual (PPI), pengajaran bersifat pengembangan dan/atau yang disarankan, konseling dan koordinasi dari sumber atau layanan yang terkait untuk memberikan pengalaman pendidikan jasmani yang optimal kepada semua anak dan pemuda.

Menurut Winnick dalam Sriwidati dan Murtadlo (2007:3) 'Pendidikan Jasmani Adaptif itu adalah suatu program yang dibuat secara individual berupa kegiatan perkembangan, latihan, permainan, ritme, dan olahraga yang dirancang memenuhi kebutuhan pendidikan jasmani untuk individu-individu yang unik'.

Syarifuddin, & Muhadi dalam Sriwidati dan Murtadlo (2007:4) mengemukakan bahwa:

Pendidikan jasmani adaptif adalah suatu proses mendidik melalui aktivitas gerak untuk laju pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun psikis dalam rangka pengoptimalan seluruh potensi kemampuan, keterampilan jasmani yang disesuaikan dengan kemampuan dan keterbatasan anak, kecerdasan, kesegaran jasmani,

sosial, kultural, emosional, dan rasa keindahan demi tercapainya tujuan pendidikan yaitu terbentuknya manusia seutuhnya

Dari beberapa definisi di atas menggambarkan bahwa pendidikan jasmani adaptif adalah suatu program pembelajaran dalam memenuhi kebutuhan psikomotor anak yang dirancang sedemikian rupa sesuai dengan keunikan anak tersebut

2. Tujuan Pendidikan Jasmani Adaptif

Crowe dalam Abdoellah (1996;4) mengemukakan bahwa tujuan pendidikan jasmani adaptif bagi anak berkebutuhan khusus sebagai berikut:

- (1) Untuk menolong siswa mengkoreksi kondisi yang dapat diperbaiki;
- (2) untuk membantu siswa melindungi diri sendiri dari kondisi apapun yang memperburuk keadaannya melalui pendidikan jasmani tertentu;
- (3) untuk memberikan kesempatan pada siswa mempelajari dan berpartisipasi dalam sejumlah macam olahraga dan aktivitas jasmani, waktu luang yang bersifat rekreasi;
- (4) untuk menolong siswa memahami keterbatasan kemampuan jasmani dan mentalnya;
- (5) untuk membantu siswa melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan memiliki arga diri;
- (6) untuk membantu siswa dalam mengembangkan pengetahuan dan apresiasi terhadap mekanika tubuh yang baik;
- (7) untuk menolong siswa memahami dan menghargai macam olahraga yang dapat diminatinya sebagai penonton.

Selain itu Tarigan (2000:10), menyatakan bahwa:

tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan adaptif bagi anak berkebutuhan khusus adalah untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, keterampilan gerak, sosial, dan intelektual. Disamping itu, proses pendidikan itu penting untuk menanamkan nilai-nilai dan sikap positif terhadap keterbatasan kemampuan baik dari segi fisik maupun mentalnya sehingga mereka mampu bersosialisasi dengan lingkungan dan memiliki rasa percaya diri dan harga diri

Sedangkan menurut Furqon dalam Sukardin (2006;5) manfaat pendidikan jasmani bagi anak berkebutuhan khusus adalah:

Dapat membantu mengenali kelainannya dan mengarahkannya pada individu-individu atau lembaga-lembaga yang terkait; (2) dapat member kebahagiaan bagi anak dengan kebutuhan khusus, member pengalaman bermain yang menyenangkan; (3) dapat membantu siswa mencapai kemampuan dan latihan fisik sesuai dengan keterbatasannya;(4) dapat member banyak kesempatan mempelajari keterampilan yang sesuai dengan orang-orang yang memiliki kelainan untuk meraih sukses;(5) pendidikan jasmani dapat berperan bagi kehidupan yang lebih produktif bagi anak dengan kebutuhan khusus dengan mengembangkan kualitas fisik yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan kehidupan sehari-hari

3. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani Adaptif

Siapa sajakah yang termasuk peserta pendidikan jasmani adaptif, Perlu kita identifikasi dan mengategorikannya sesuai dengan kemampuan dan karakteristik anak tersebut. Karena prinsip pengajaran Pendidikan jasmani adaptif adalah Pengajaran yang disesuaikan dengan karakteristik peserta didik.

Menurut IDEA ([http:// en. wikipedia.org/ wiki/ Adapted Physical Education](http://en.wikipedia.org/wiki/Adapted_Physical_Education), 2009) anak-anak yang harus mendapatkan layanan pendidikan jasmani adaptif sebagai berikut:

- (a) Siswa Autis
- (b) Siswa yang mengalami hambatan penglihatan (Tunanetra)
- (c) Siswa yang mengalami hambatan pendengaran dan komunikasi (Tunarungu)
- (d) Siswa yang mengalami hambatan emosi (Tunalaras)
- (e) Siswa Tunagrahita
- (f) Siswa yang mengalami Hambatan fisik (Tunadaksa)
- (g) Siswa yang memiliki hambatan belajar (LD)
- (h) Dan siswa yang memiliki hambatan lainnya seperti epilepsy, HIV, ADD dan ADHD, Asma, Leukimia dan lain sebagainya

Selain itu menurut Undang-undang rehabilitasi Amerika Serikat (*Section 504 of the Rehabilitation Act of 1973*) siswa yang berhak mendapatkan layanan pendidikan jasmani adaptif adalah: *'a person with a*

disability is anyone who has a physical or mental impairment that limits one or more major life activities, has a record of impairment, or is regarded as having an impairment '. ([http://en.wikipedia.org/wiki/ Adapted Physical Education,2009](http://en.wikipedia.org/wiki/Adapted_Physical_Education,2009))

Jadi menurut undang-undang tersebut yang termasuk mendapatkan layanan pendidikan jasmani adaptif adalah siswa yang memiliki hambatan baik fisik maupun mental, atau memiliki satu atau lebih hambatan yang bisa mengganggu aktivitas hidupnya, memiliki riwayat hambatan yang dimilikinya atau dianggap memiliki hambatan.

4. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif

Proses pencapaian tujuan pengajaran membutuhkan manajemen pengajaran termasuk penerapan model dan strategi pembelajaran yang tepat, baik ditinjau dari substansi atau tugas-tugas ajar maupun karakteristik peserta didik.

a. Materi dan Program pendidikan jasmani adaptif

1) Pemilihan materi

Pemilihan materi yang tepat, membantu dalam memperbaiki penyimpangan postur tubuh, meningkatkan kekuatan otot, kelincahan, kelenturan dan meningkatkan kebugaran jasmani. Pelaksanaan kegiatan olahraga secara teratur dengan beban yang cukup, sangat membantu dalam usaha mencapai kebugaran jasmani tersebut.

Perlu diketahui bahwa kekuatan otot akan bertambah bila sering digunakan, dan akan berkurang bila tidak pernah dilatih secara teratur. Demikian juga kelenturan, kelincahan, daya tahan dan lain-lain, akan meningkat bila dilatih secara sistematis dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Setiap siswa mempunyai kebutuhan yang berbeda-beda antara satu dengan yang lain dan oleh sebab itu program pembelajaran akan lebih efektif bila diklasifikasikan sesuai dengan kebutuhan dan kondisi kecacatannya.

2) Program pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus

Merencanakan dan melaksanakan program pendidikan jasmani bagi siswa berkebutuhan khusus, memerlukan pemikiran dan ketelitian yang cukup tinggi dan rasional. Program pembelajaran akan berhasil apabila fokus kegiatan ditujukan pada perbaikan tingkat kemampuan fisik dan ketidakmampuan fisik siswa serta meminimalisir hambatan-hambatan yang dihadapi dalam kehidupannya.

Secara umum materi pembelajaran pendidikan jasmani bagi siswa berkebutuhan khusus sama dengan materi pembelajaran siswa lainnya. Namun yang membedakannya adalah strategi dan model pembelajarannya yang berbeda dan disesuaikan dengan jenis dan tingkat kecacatannya. Artinya jenis aktivitas olahraga yang terdapat dalam kurikulum dapat diberikan dengan berbagai penyesuaian.

Program pendidikan jasmani untuk anak berkebutuhan khusus menurut Tarigan (2000:43), dibagi menjadi tiga kategori seperti tertera pada table berikut :

Tabel 2.1
Tiga Kategori Program Pendidikan Jasmani
Menurut Tarigan

NO	KATEGORI	AKTIVITAS GERAK
1.	Pengembangan gerak	<ul style="list-style-type: none"> - Gerakan-gerakan yang tidak berpindah tempat - Gerakan-gerakan yang berpindah tempat - Gerakan-gerakan keseimbangan
2.	Olahraga dan Permainan	<ul style="list-style-type: none"> - Olahraga permainan yang bersifat rekreatif - Permainan lingkaran - Olahraga dan permainan beregu - Olahraga senam dan aerobic - Kegiatan yang menggunakan music dan tari - Olahraga permainan di air - Olahraga dan permainan yang menggunakan meja
3.	Kebugaran dan kemampuan gerak	<ul style="list-style-type: none"> - Aktivitas yang meningkatkan kekuatan - Aktivitas yang meningkatkan kelentukan - Aktivitas yang meningkatkan kelincahan - Aktivitas yang meningkatkan kecepatan - Aktivitas yang meningkatkan daya tahan

b. Pembelajaran Individual

Pembelajaran individual dimaksudkan agar kebutuhan setiap individu dapat terpenuhi sesuai dengan jenis dan tingkat kecacatannya. Pembelajaran individual dalam konteks ini bukan berarti melakukan pembelajaran kepada siswa satu demi satu. Tetapi dalam proses pembelajaran tersebut, guru pendidikan jasmani perlu merencanakan aktivitas jasmani yang disesuaikan dengan kebutuhan dan jenis kecacatan siswa.

Agar program dapat memenuhi kebutuhan setiap individu, guru pendidikan jasmani seyogianya memperhatikan berbagai faktor yang meliputi : pemahaman terhadap individu, kebutuhan-kebutuhan individu, keterbatasan- keterbatasan individu dan kemampuan dan kelebihan individu serta pengembangan strategi yang tepat, sangat menentukan dalam mencapai tujuan.

5. Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Untuk membantu para guru pendidikan jasmani mengembangkan strategi pembelajaran pada siswa berkebutuhan khusus diperlukan metode yang tepat sebagai cara dalam menyampaikan materi kepada siswa. Menurut Tarigan (2000:45) ada 3 macam metode pembelajaran pendidikan jasmani bagi siswa berkebutuhan khusus: 1. Metode bagian, 2. Metode keseluruhan, dan Metode gabungan.

a. Metode Bagian

Dalam metode bagian, tugas-tugas gerak dipelajari dan dilatih bagian demi bagian. Biasanya metode ini diterapkan apabila struktur gerak cukup kompleks sehingga diperkirakan dengan mempelajari bagian demi bagian akan memberikan hasil optimal.

Misalnya dalam pembelajaran mendribel, menembak dan mengoper dalam olahraga basket, dilakukan pendekatan bagian perbagian sebelum diberikan pengalaman bermain basket secara utuh.

Artinya setelah siswa mempelajari dan menguasai bagiab-bagian dari suatu aktivitas gerak dalam olahraga permainan, maka selanjutnya bagian-bagian tersebut digolongkan kembali menjadi aktivitas yang lengkap dan menyeluruh.

b. Metode Keseluruhan

Pembelajaran dengan metode keseluruhan merupakan aktivitas gerak yang dilakukan secara keseluruhan. Metode ini biasanya digunakan untuk melatih teknik dan gerakan yang sederhana, atau apabila keseluruhan serangkaian gerak dari satu teknik olahraga, tidak bisa dipecah menjadi bagian-bagian.

Metode keseluruhan cukup efektif digunakan untuk anak berkebutuhan khusus, namun tergantung dari berat ringannya tugas gerakan yang dilakukan dengan kondisi kecacatan anak. Semakin rendah tingkat kompleksitas tugas gerakan secara keseluruhan, dan semakin kecil taraf

hambatan yang diderita anak, maka pendekatan ini akan berlangsung lebih baik.

Bagi anak yang terbelakang mental yang cukup berat, seyogianya diberikan pelajaran atau latihan keterampilan gerak secara keseluruhan. Misalnya tugas gerak melempar dalam bola tangan atau bola basket. Pemecahan suatu struktur gerak atau pola gerak menjadi bagian-bagian, kurang bermanfaat bagi siswa yang kurang mampu memproses informasi dengan baik seperti anak yang mengalami keterbelakangan mental.

c. Metode gabungan

Memodifikasi metode dengan cara mengubahnya menjadi kombinasi keseluruhan – bagian – keseluruhan, umumnya memberikan kemudahan dan keuntungan bagi siswa berkebutuhan khusus.

Semakin simpel langkah-langkah pembelajaran yang diberikan kepada anak, semakin besar peluangnya untuk menguasai tugas-tugas gerak yang diajarkan. Kecepatan laju penyampaian instruksi dan jumlah pengulangan serta reinforcement yang diberikan dalam proses pembelajaran, berbanding terbalik antara satu dengan yang lainnya terhadap kemajuan dan keberhasilan yang dicapai siswa berkebutuhan khusus.

Hal ini berarti semakin lambat penyampaian instruksi yang dilakukan guru, dan semakin banyak frekuensi pengulangan oleh siswa, maka semakin baik kemajuan yang dicapai oleh siswa berkebutuhan khusus.

d. Penyampaian Penjelasan dan peragaan

Metode ini sudah lazim dipergunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Namun faktor penting dalam penerapannya adalah penekanan pada kombinasi penjelasan (baik secara verbal, tertulis maupun manual) yang dilanjutkan dengan peragaan atau demonstrasi tugas gerak yang sebenarnya.

Melalui penjelasan dan demonstrasi, para siswa berkebutuhan khusus lebih terdorong dan termotivasi untuk melakukan tugas gerak, sehingga memiliki peluang lebih besar untuk memperoleh hasil dalam setiap pembelajaran.

Bagi sebagian anak, terutama yang memiliki hambatan bicara, hambatan pendengaran dan keterbelakangan mental, penjelasan-penjelasan yang diberikan secara sistematis dan runtut kelihatannya kurang bermanfaat. Namun demikian, peragaan dan demonstrasi yang dapat dilihat dan diamati dari berbagai arah, sangat membantu terhadap pemantapan persepsi tentang suatu tugas gerak yang tidak dapat mereka tangkap melalui penjelasan.

Sebaliknya, bagi anak-anak yang mengalami hambatan visual, akan lebih bermakna informasi melalui penjelasan dibanding melalui peragaan atau demonstrasi.

Untuk menghadapi kasus lainnya, diperlukan kreativitas dan kejelian guru dalam memilih suatu metode yang cocok sesuai dengan jenis dan tingkat kecacatan siswa.

6. Program Pendidikan Jasmani bagi Siswa berkebutuhan khusus

Program pembelajaran bagi siswa berkebutuhan khusus tidaklah sama dengan siswa lainnya, karena setiap siswa memiliki karakteristik dan kebutuhan yang berbeda-beda. Sehingga dibutuhkan program pembelajaran yang lebih khusus disesuaikan dengan kebutuhan siswa tersebut. Walaupun saat pelaksanaan pembelajaran bersama-sama dengan siswa lain, tetapi program yang harus diterapkan berbeda dengan program pembelajaran bagi siswa lainnya. Untuk memperoleh hasil pembelajaran yang maksimal maka diperlukan pengembangan maupun modifikasi pembelajaran dalam upaya memenuhi kebutuhan-kebutuhan setiap siswa.

Tarigan (2000;49) mengungkapkan bahwa ada beberapa tehnik modifikasi yang dapat dilakukan pada saat pembelajaran jasmani bagi siswa berkebutuhan khusus. diantaranya: *modifikasi pembelajaran*, dan ‘*modifikasi lingkungan belajar*’.

a. Modifikasi Pembelajaran

Tarigan (2000;49) mengungkapkan bahwa “ untuk memenuhi kebutuhan para siswa berkebutuhan khusus dalam pembelajaran pendidikan jasmani maka para guru seyogyanya melakukan modifikasi atau penyesuaian-penyesuaian dalam pelaksanaan pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan siswa”.

Jenis modifikasi dalam pembelajaran ini bervariasi dan bermacam-macam disesuaikan dengan kebutuhan dan keterbatasan siswa berkebutuhan khusus, tetapi tetap memiliki tujuan untuk memaksimalkan proses

pembelajaran. Ada beberapa hal menurut Tarigan (2000;50) yang dapat dimodifikasi untuk meningkatkan pembelajaran diantaranya:

1) Penggunaan Bahasa

Bahasa merupakan dasar dalam melakukan komunikasi. Sebelum pembelajaran dimulai, para siswa harus faham tentang apa yang harus dilakukan. Pemahaman berlangsung melalui jalinan komunikasi yang baik antara guru dengan siswa. Oleh karena itu, mutu komunikasi antara guru dan siswa perlu ditingkatkan melalui modifikasi bahasa yang dipergunakan dalam pembelajaran.

Sasaran dari modifikasi bahasa bukan hanya ditujukan bagi siswa yang mengalami hambatan berbahasa saja, tetapi bagi anak yang mengalami hambatan dalam memproses informasi, gangguan perilaku, mental, dan jenis hambatan-hambatan lainnya.

Contohnya pada siswa Autis, dia tidak bisa menerima dan merespon instruksi yang di berikan apabila instruksi yang diberikan terlalu panjang. Oleh karena itu instuksi yang diberikan kepada siswa autis harus singkat tetapi jelas, seperti yang diungkapkan oleh Auxter (2001:504) Begitupula dengan siswa yang memiliki hambatan mental dengan tingkat kecerdasan di bawah rata-rata, mereka tidak dapat memproses sebuah instruksi yang terlalu panjang sehingga instruksi yang diberikan kepada mereka haruslah singkat dan jelas.

Berbeda dengan contoh di atas penggunaan bahasa bagi siswa tunanetra dan siswa yang berkesulitan belajar harus lengkap dan jelas,

karena siswa tunanetra memiliki keterbatasan dalam menggambarkan lingkungan yang ada disekitarnya sehingga mereka membutuhkan penjelasan yang jelas dan lengkap.

Sementara bagi beberapa siswa berkesulitan belajar, ada diantara mereka yang memiliki hambatan saat menerima instruksi yang diberikan, contohnya siswa berkesulitan belajar yang memiliki gangguan perkembangan motorik saat dia diberikan instruksi untuk menggerakkan tangan kanan tetapi tanpa disadari dan disengaja tangan kiri yang dia gerakan. Seperti yang diungkapkan oleh Learner dalam Abdurrahman (2003:146) bahwa “siswa berkesulitan belajar memiliki gangguan perkembangan motorik antara lain kekurangan pemahaman dalam hubungan keruangan dan arah, dan bingung lateralitas (*confused laterality*)”. oleh karena itu dia memerlukan instruksi yang jelas bahkan kalau bisa guru juga ikut memperagakan gerakan yang diinstruksikan agar siswa tidak mengalami kesalahan dalam melakukan gerakan dan instruksi yang diberikan harus berurutan dari tahapan awal sampai akhir karena apabila ada gerakan yang runtutannya hilang kemungkinan besar dia akan bingung saat melakukan gerakan selanjutnya.

Sedangkan bagi siswa yang memiliki hambatan pendengaran guru harus menggunakan dua metode komunikasi yakni komunikasi verbal dan Isyarat yang sering disebut dengan komunikasi total. Komunikasi total ini dapat lebih memahami instruksi yang diberikan oleh guru, pada

saat siswa tidak memahami bahasa isyarat dia bisa membaca gerak bibir dan juga sebaliknya.

2) Membuat urutan tugas

Dalam melakukan tugas gerak yang diberikan oleh guru terkadang siswa melakukan kesalahan dalam melakukannya, hal ini diasumsikan bahwa para siswa memiliki kemampuan memahami dan membuat urutan gerakan-gerakan secara baik, yang merupakan prasyarat dalam melaksanakan tugas gerak.

Seorang guru menyuruh siswa “berjalan ke pintu” yang sedang dalam keadaan duduk. Untuk melaksanakan tugas gerak yang diperintahkan oleh guru tersebut, diperlukan langkah-langkah persiapan sebelum anak benar-benar melangkah kakinya menuju pintu.

Jika seorang siswa mengalami kesulitan dalam membuat urutan-urutan peristiwa yang dialami, maka pelaksanaan tugas yang diperintahkan guru tersebut akan menjadi tantangan berat yang sangat berarti bagi dirinya. Oleh karena itu guru harus tanggap dan memberikan bantuan sepenuhnya baik secara verbal maupun manual pada setiap langkah secara beraturan.

3) Ketersediaan Waktu Belajar

Dalam menghadapi siswa berkebutuhan khusus perlu disediakan waktu yang cukup, baik lamanya belajar maupun pemberian untuk memproses informasi. Sebab dalam kenyataan ada siswa berkebutuhan

husus yang mampu menguasai pelajaran dalam waktu yang sesuai dengan siswa-siswa lain pada umumnya.

Namun pada sisi lain ada siswa yang membutuhkan waktu lebih banyak untuk memproses informasi dan mempelajari suatu aktivitas gerak tertentu. Hal ini berarti dibutuhkan pengulangan secara menyeluruh dan peninjauan kembali semua aspek yang dipelajari. Demikian juga halnya dalam praktek atau berlatih, sebaiknya diberikan waktu belajar yang berlebih untuk menguasai suatu keterampilan atau melatih keterampilan yang telah dikuasai

Contohnya bagi siswa yang memiliki hambatan mental dengan tingkat kecerdasan di bawah rata-rata, dia tidak dapat memproses informasi atau perintah yang diberikan dengan cepat, sehingga dia akan mengalami kesulitan dan sedikit membutuhkan waktu lebih banyak dalam melakukan kegiatan tersebut. Begitu pula dengan siswa yang memiliki hambatan motorik, mereka membutuhkan waktu yang lebih saat melakukan sebuah aktivitas jasmani karena hambatan yang dimilikinya.

Contoh kegiatannya, pada saat kegiatan berlari mengelilingi lapangan siswa yang lain di berikan alokasi waktu 2 menit untuk dapat mengelilingi lapangan, tetapi bagi siswa yang memiliki hambatan mental, motorik dan perilaku mungkin membutuhkan alokasi waktu 4 sampai 5 menit untuk dapat mengelilingi lapangan tersebut.

Jadi waktu yang diberikan kepada siswa yang memiliki hambatan harus disesuaikan dengan kemampuan dan hambatan yang dimiliki oleh siswa tersebut, tetapi bukan berarti harus selalu lebih dari siswa lainnya karena pada kenyataannya ada siswa yang memiliki hambatan dapat menguasai pelajaran waktu yang dibutuhkan sama dengan siswa lainnya. Sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Tarigan (2000;56) bahwa:

dalam menghadapi siswa cacat perlu disediakan waktu yang cukup, baik lamanya belajar maupun pemberian untuk memproses informasi. Sebab dalam kenyataannya ada siswa yang cacat mampu menguasai pelajaran dalam waktu yang sesuai dengan rata-rata anak normal

4) Modifikasi peraturan permainan

Memodifikasi peraturan permainan yang ada merupakan sebuah keharusan yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani agar program pendidikan jasmani bagi siswa berkebutuhan khusus dapat berlangsung dengan baik. Oleh karena itu guru pendidikan jasmani harus mengetahui modifikasi apa saja yang dapat dilakukan dalam setiap cabang olah raga bagi siswa berkebutuhan khusus.

Berikut ini ada beberapa cabang olahraga yang dimodifikasi peraturan permainannya bagi siswa berkebutuhan khusus:

a) Atletik

Bagi beberapa siswa berkebutuhan khusus cabang olahraga atletik terutama cabang berlari ini tidak memerlukan begitu banyak penyesuaian, tetapi bagi siswa tunanetra dan siswa tunarungu

sangat membutuhkan penyesuaian. Contoh penyesuaian yang dilakukan bagi siswa tunanetra saat mengikuti pembelajaran atletik adalah pada saat berlari siswa tunanetra memegang tali yang terbentang dari garis start sampai ke garis finish jadi saat berlari siswa tidak tersesat atau bertabrakan dengan siswa lainnya. Atau cara lain seperti yang diungkapkan oleh Auxter (2005;) pada saat berlari siswa tunanetra diikuti oleh teman yang memiliki penglihatan normal dari belakang dengan saling memegang tali. jadi pada saat harus berbelok ke kanan temannya menggerakkan talinya ke sebelah kanan dan itu menandakan berbelok ke sebelah kanan dan sebaliknya.

Peraturan atletik pada umumnya saat start dilakukan biasanya wasit membunyikan pistol atau peluit sebagai tanda dimulainya pertandingan tersebut. Tetapi bagi siswa tunarungtu hal tersebut tidaklah sesuai dengan keterbatasan mereka, maka diperlukan sedikit penyesuaian diantaranya dengan mengganti peluit atau pistol dengan alat yang dapat memberikan dilihat mereka contohnya seperti bendera. Jadi pada saat pertandingan dimulai wasit mengibaskan bendera sebagai tandanya.

b) Basket

Dalam permainan bola basket bagi siswa berkebutuhan khusus diperlukan beberapa penyesuaian dan perubahan peraturan seperti: pemain yang mengikuti permainan ini terdiri dari 6 orang atau

lebih, diperbolehkan melangkah dua atau tiga kali setelah menangkap bola. Bagi siswa tunadaksa yang menggunakan kursi roda penyesuaian yang dilakukan dengan cara menurunkan tinggi ring dalam permainan.

Bagi siswa tunanetra bola yang digunakan harus mengeluarkan bunyi begitu pula dengan keranjang atau ringnya harus mengeluarkan bunyi agar dapat dikenali oleh para pemain.

c) Sepak bola

Permainan sepakbola bagi kebanyakan siswa berkebutuhan khusus tidak terlalu banyak memerlukan penyesuaian, hanya ukuran lapangan yang harus di modifikasi karena siswa berkebutuhan khusus memiliki tingkat kekuatan atau kemampuan fisik yang lemah sehingga mudah kecapean. Jadi mereka hanya bermain setengah lapangan sepak bola besar atau lebih kecil lagi dari itu sesuai dengan kemampuan mereka.

Tetapi bagi siswa tunanetra ada beberapa penyesuaian yang dilakukan diantaranya bola dan gawang yang harus mengeluarkan bunyi agar bisa dikenali oleh mereka. Lapangan yang diperkecil serta tidak ada aturan bola keluar.

Masih banyak lagi permainan atau cabang olahraga bagi siswa berkebutuhan khusus yang memerlukan penyesuaian.

b. Modifikasi Lingkungan Belajar

Dalam meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani bagi siswa yang berkebutuhan khusus maka suasana dan lingkungan belajar perlu dirubah sehingga kebutuhan-kebutuhan pendidikan siswa dapat terpenuhi secara baik untuk memperoleh hasil maksimal.

Adapun teknik-teknik memodifikasi lingkungan belajar siswa menurut Tarigan dalam Penjas adaptif (2000: 58) sebagai berikut:

1) Modifikasi fasilitas dan peralatan

Memodifikasi fasilitas-fasilitas yang telah ada atau menciptakan fasilitas baru merupakan keharusan agar program pendidikan jasmani bagi siswa berkebutuhan khusus dapat berlangsung dengan sebagai mana mestinya.

Semua fasilitas dan peralatan tentunya harus disesuaikan dengan kemampuan dan karakteristik yang dimiliki oleh siswa. Oleh karena itu diperlukan sebuah modifikasi dan penyesuaian pada fasilitas dan peralatan yang akan digunakan oleh siswa berkebutuhan khusus. Ada beberapa modifikasi tersebut meliputi:

- a) Pengecatan, pengapuran atau memperjelas garis-garis pinggir atau batas lapangan
- b) Memperlebar lintasan agar dapat dilalui oleh kursi roda
- c) Mengubah atau menyesuaikan ukuran bola dalam permainan sepak bola dan voli ball

d) Memodifikasi bola menjadi bercahaya dan berbunyi bagi siswa tunanetra

2) Pemanfaatan ruang secara maksimal

Pembelajaran pendidikan jasmani identik diselenggarakan di lapangan yang luas dimana semua siswa dapat berlari-lari kesana kemari, sampai – sampai terkadang guru akan kesulitan apabila lapangan yang luas tersebut tidak bisa digunakan dan mungkin akan mengganti program pembelajaran yang awalnya akan diselenggarakan di lapangan menjadi pembelajaran materi di dalam kelas. Padahal sebetulnya pembelajaran pendidikan dapat dilaksanakan dimana saja asalkan tidak membahayakan pembelajaran tersebut.

Pembelajaran pendidikan jasmani dapat dilakukan di dalam maupun di luar ruangan hal tersebut tergantung kreatifitas guru dalam merancang pembelajaran tersebut dengan baik. Seperti yang disampaikan oleh Tarigan (2000;60) bahwa “Seorang guru pendidikan jasmani harus selalu kreatif dan menemukan cara-cara yang tepat untuk memanfaatkan sarana yang teredia, sehingga menjadi suatu lingkungan belajar yang layak”.

3) Menghindari gangguan dan pemusatan konsentrasi

Segala bentuk gangguan saat pembelajaran pendidikan jasmani dapat datang dari mana saja baik dari dalam pembelajaran maupun luar pembelajaran. Gangguan tersebut dapat berupa kebisingan suara yang mengganggu konsentrasi, orang lain yang tidak berkepentingan berada

di dalam lapangan, benda-benda yang dapat mengganggu jalannya pembelajaran, dan lain sebagainya.

Khusus bagi siswa yang mengalami gangguan belajar, hiperaktif dan tidak bisa berkonsentrasi lama, faktor-faktor tersebut merupakan gangguan yang sangat berarti, namun bagi siswa siswa lainnya tidak terlalu mengganggu.

Semua faktor – faktor di atas, perlu dihilangkan atau dihindari semaksimal mungkin, agar para siswa dapat memusatkan perhatian dan berkonsentrasi pada tugas-tugas yang diberikan. Tarigan (2001:61) mengungkapkan bahwa

Konsentrasi dan perhatian siswa dapat dialihkan dengan berbagai cara antara lain: pemberian instruksi dengan jelas dan lancar, dan guru harus memiliki *antusiasme* yang tinggi serta selalu ikut berpartisipasi aktif dalam pembelajaran

Seperti apa yang diungkapkan oleh Tarigan di atas bahwa konsentrasi dan perhatian siswa dapat dialihkan dengan beberapa cara diantaranya pemberian instruksi dengan jelas dan lancar. Instruksi yang diberikan oleh guru kepada siswa harus jelas tanpa ada singkatan ataupun kata-kata yang dapat membuat siswa menjadi bingung, dan instruksi yang diberikan harus utuh dan lancar jangan tersendat-sendat atau terputus-putus karena hal tersebut dapat menciptakan ruang bagi siswa untuk memalingkan perhatiannya.

Cara yang kedua adalah guru harus memiliki *antusiasme* yang tinggi serta selalu ikut berpartisipasi aktif dalam pembelajaran. Pada saat pembelajaran berlangsung guru harus dapat berperan aktif dalam

setiap kegiatan yang dilakukan bersama-sama dengan siswa. Guru dengan siswa bersama-sama melakukan kegiatan jasmani dengan menunjukkan semangat dan keceriaan yang dapat menarik perhatian siswa agar mau mengikuti kegiatan yang dilakukan.

