

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak penyandang disabilitas mempunyai berbagai macam keterbatasan dari anak-anak normal pada umumnya, terutama anak penyandang disabilitas tunagrahita ringan, anak penyandang disabilitas ini memiliki keterbatasan dalam intelektual atau cara berfikir dan cara berperilaku dilingkungan sosial, mental, dan kognitif, keterbatasan yang dimilikinya menyulitkan anak-anak penyandang disabilitas tunagrahita kurang efektif dalam melakukan berbagai aktivitas fisik (Raharjo S, 2019). Berdasarkan data berjalan pada tahun 2020 dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Bandung Barat memiliki jumlah penyandang disabilitas tunagrahita yang tidak sedikit yaitu sebanyak 943 jiwa yang tersebar di Kabupaten Bandung Barat.

Siswa penyandang tunagrahita ringan merupakan anak yang memiliki kemampuan intelektual atau IQ 52-70 dan keterampilan yang berada di bawah rata-rata pada anak normal seusianya, anak tunagrahita merupakan anak yang memiliki kekurangan atau keterbatasan dari segi mental dan intelektualnya di bawah rata-rata normal, sehingga anak tunagrahita mengalami kesulitan saat mereka mengerjakan berbagai tugas akademik dan non akademik, berkomunikasi bersosialisasi, ataupun melakukan kegiatan aktivitas fisik (Putro, 2021).

Kekurangan siswa tunagrahita ringan dalam memahami dan menaati norma-norma yang berlaku di masyarakat dan lingkungan sekolah. Merupakan dampak dari hambatan dalam perilaku adaptif tersebut, anak tunagrahita mengalami keterbatasan dalam mengartikan norma-norma, sering bertingkah laku aneh atau tidak lazim dilakukan oleh anak-anak pada umumnya. Masih banyak orang lain menganggap anak tunagrahita ringan seperti orang yang kebingungan. Menurut Mubarrak (2017) keganjilan tingkah laku siswa tunagrahita ringan berkaitan dengan ketidaksesuaian antara perilaku yang ditampilkan dengan perkembangan umur yang tentunya mempengaruhi mereka dalam melakukan berbagai kegiatan olahraga atau aktivitas fisik.

Inklusi disabilitas merupakan salah satu komponen lintas sektoral yang

penting dalam aktivitas fisik atau olahraga *FIT FOR LIFE* unggulan UNESCO (2024), sebagaimana ditetapkan pada Konferensi Internasional Ketujuh Para Menteri dan Pejabat Senior yang Bertanggung Jawab atas Pendidikan Jasmani dan Olahraga (MINEPS VII). Konferensi ini akan menyoroti peran penting aktivitas fisik dan olahraga bagi penyandang disabilitas dalam mendorong inklusivitas, yang mencakup lebih dari 15% populasi global dengan memanfaatkan upaya kolektif pemerintah, entitas sektor swasta, organisasi olahraga, dan pendukungnya, konferensi ini bertujuan untuk mendorong gerakan global dalam *FIT FOR LIFE ALLIANCE*. Didedikasikan untuk mewujudkan potensi penuh olahraga disabilitas (Para) sebagai katalis perubahan sosial dan penyertaan.

Untuk mendorong *Fit for Life Alliance* memerlukan tingkat aktivitas fisik yang baik, aktivitas fisik yang baik bagi siswa disabilitas tunagrahita ringan akan mendukung terhadap kualitas hidup siswa tersebut terutama dilingkungan sekolah maupun diluar sekolah. Namun pada kenyataannya tingkat aktivitas fisik siswa SLB masih belum memenuhi harapan. Berdasarkan data Riskesdas (2018) tingkat aktivitas Indonesia menempati urutan jauh dibawah negara lain yaitu hanya 33.5%. Data tersebut semakin mempertegas bahwa tingkat aktivitas fisik pelajar terutama siswa SLB tunagrahita ringan masih jauh dari yang diharapkan.

Aktivitas fisik sangat penting dilakukan oleh penyandang disabilitas tunagrahita ringan, aktivitas fisik yang dilakukan siswa tunagrahita ringan secara teratur dengan intensitas yang dianjurkan sesuai umur dan kemampuannya diketahui dapat meningkatkan kebugaran dan kesehatan tubuh seseorang guna meningkatkan kualitas pendidikan dan hidupnya, dalam menjaga kebugaran jasmani dan meningkatkan level aktivitas fisiknya. Rekomendasi aktivitas fisik menurut *Global Recommendations on Physical Activity for Health* dalam Gondhowiardjo (2019) sesuai usia sebagai berikut, anak (5-17 tahun) 60 menit aktivitas fisik sedang-tinggi secara rutin, disarankan aktivitas aerobik (termasuk aktivitas rekreasi, olahraga, permainan, yang bisa dilakukan dilingkup keluarga, komunitas, 4 sekolah dll.) minimal tiga kali dalam seminggu.

Aktivitas fisik penting untuk anak dan remaja, baik penyandang disabilitas maupun non-difabel. Ada bukti ilmiah yang menunjukkan aktivitas fisik bagus untuk meningkatkan kepercayaan diri dan konsentrasi. Peran pemerintah dan

masyarakat diharapkan mampu membangun kesadaran dan membantu terciptanya kesamaan hak penyandang disabilitas (Wicaksono, 2021). Menurut *World Health Organization* (dalam Widiyatmoko, 2018) juga menjelaskan bahwa dalam menjaga tingkat aktivitas fisik perlu dilakukan salah satunya dengan aktivitas fisik, aktivitas yang dilaksanakan minimal 10 menit tanpa jeda atau henti, aktivitas fisik dibagi atas 3 tingkatan yaitu aktivitas fisik ringan, sedang dan berat.

Menurut Gondhowiardjo (2019) Meningkatkan aktivitas fisik merupakan upaya tenaga pendidik untuk siswa dalam menggunakan otot besar dan kecil dalam suatu kegiatan aktivitas fisik berupa permainan yang memerlukan banyak energi. Aktivitas fisik merupakan suatu upaya yang dilakukan siswa yang membutuhkan energi yang cukup dalam melakukan beberapa kegiatan yang berkaitan dengan fisik mereka seperti melempar bola, berlari ataupun senam.

Lebih dari 90% anak-anak penyandang disabilitas di negara-negara berkembang tidak bersekolah (UNESCO), sementara hanya 1% perempuan penyandang disabilitas yang bisa membaca (*United Nations Development Programme*). Menurut data Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI (2020) di Indonesia sendiri jumlah anak tunagrahita terdapat 81.443 yang tersebar pada sekolah negeri dan swasta di Indonesia. Kemudian di Jawa Barat sendiri, menurut data dari dinas pemberdayaan masyarakat dan desa di Jawa Barat pada tahun 2020-2021 jumlah siswa tunagrahita mencapai 2.233 dengan rata-rata tiap tahunnya berjumlah 2.334 siswa.

Sekitar 15% populasi dunia, atau lebih dari satu miliar orang, merupakan penyandang disabilitas, menjadikan mereka kelompok minoritas terbesar di dunia. Menurut UNCRPD, disabilitas merupakan hasil interaksi antara keterbatasan fungsional individu (mobilitas, penglihatan, pendengaran dan komunikasi) dan kondisi lingkungan yang menghalangi partisipasi aktif dan efektif dalam masyarakat. Artinya, seorang individu dengan keterbatasan fungsional (*impairment*) menjadi cacat ketika dihadapkan pada suatu hambatan lingkungan (disabilitas) hal tersebut lah yang menjadikan bentuk pola komunikasi merupakan hal yang sangat penting yang harus diperhatikan dalam pembinaan diri seorang tunagrahita. Dalam penerapannya tentu banyak aspek yang bisa menjadi peran pendukung, salah satunya adalah pendidikan.

Pendidikan untuk siswa dengan kebutuhan khusus luar biasa disebut dengan Sekolah Luar Biasa (SLB). SLB merupakan suatu tempat pendidikan yang difungsikan untuk anak yang mempunyai kebutuhan khusus atau biasa disebut dengan Sekolah Luar Biasa (SLB). SLB merupakan suatu tempat pendidikan yang mempunyai kebutuhan khusus atau biasa disebut dengan ABK.

Sekolah Luar Biasa sendiri mengajarkan pendidikan yang tujuannya sama dengan institusi pendidikan biasa. Tetapi dari segi bentuk pelayanan serta sarana dan prasarana di dalam sekolah akan disesuaikan berdasarkan kebutuhan peserta didiknya. Di Indonesia, terdapat 2.250 sekolah luar biasa pada tahun ajaran 2020/2021 (Pradana & Wibowo, 2019).

Pembelajaran pendidikan jasmani adaptif SLB Kabupaten Bandung Barat sangat perlu diberikan perhatian yang lebih oleh pemerintah, dikarenakan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif untuk siswa tunagrahita ringan tidak sama dengan pelajaran olahraga pada umumnya. Alat dan peraturan lebih disesuaikan dan sesuai kebutuhan siswa. Seperti yang kita ketahui pendidikan jasmani adaptif adalah suatu pembelajaran yang lebih banyak menggunakan motorik gerak, selain itu pembelajaran pendidikan jasmani adaptif tentunya akan memaksimalkan sarana dan prasarana (Pradana & Wibowo, 2019).

Sarana dan prasarana yang digunakan tentunya perlu disesuaikan dengan ketunaan disabilitas tunagrahita ringan. Namun, dalam hal ini pemerintah Kabupaten Bandung Barat kurang memberikan perhatian penuh terhadap sarana terutama dalam sarana dan prasarana untuk pendidikan jasmani adaptif. Sebab belum adanya aturan pasti dari pemerintah yang mengatur terkait sarana dan prasarana olahraga untuk ABK (Pradana & Wibowo, 2019).

Masih banyak di sekolah disabilitas Kabupaten Bandung Barat yang kekurangan sarana dan prasarana dan kekurangan sumber daya tenaga pendidik khusus penjas adaptif. Hal ini membuat beberapa sekolah di Kab. Bandung Barat tidak maksimal dalam melakukan kegiatan penjas adaptif seperti hanya melakukan senam secara bersama atau melakukan gerakan yang sederhana saja, dan masih banyak sekali peralatan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif di SLB Kab. Bandung Barat yang disamakan dengan sekolah biasa. Padahal, sarana dan prasarana merupakan suatu item yang penting bagi terwujudnya kualitas program pendidikan jasmani adaptif dan meningkatnya level aktivitas fisik siswa.

Tersedianya sarana dan prasarana yang lengkap sangat memungkinkan tenaga pendidik pendidikan jasmani adaptif mampu merancang suatu program pendidikan jasmani adaptif dengan sangat bervariasi, dan dapat meningkatkan minat siswa dalam melakukan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif dan tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif dengan maksimal akan memberikan dampak yang baik di lingkungan sekolah maupun diluar sekolah, sehingga siswa bisa mencapai level aktivitas fisik dengan maksimal.

Ditinjau dari perkembangan zaman terutama kemajuan teknologi pada saat ini yang disadari ikut terlibat dalam mempengaruhi aktivitas fisik siswa tunagrahita ringan di Kab. Bandung Barat. Contohnya saat waktu senggang kebanyakan dari siswa cenderung lebih memilih untuk menghabiskan waktu tersebut dengan memainkan handphone. Hanya sebagian kecil dari siswa SLB di Kab. Bandung Barat yang menggunakan waktu istirahat tersebut untuk bermain dengan rekannya di lapangan seperti berlari, bermain sepak bola, atau aktivitas fisik yang lainnya. Sebelum kemajuan teknologi yang begitu pesat kegiatan siswa saat waktu senggang dipenuhi berbagai aktivitas permainan tradisional seperti berlari, lempar bola, dan permainan-permainan yang lainnya (Rabbani & Najicha, 2023).

Perkembangan zaman mempengaruhi daerah Kab. Bandung Barat dalam mobilisasi para pelajar dan orangtua ke sekolah, lebih memilih cara yang praktis untuk menempuh perjalanan ke sekolah dengan mengendarai sepeda motor atau menggunakan angkutan umum. Hal seperti ini nampaknya bukan pemandangan yang tidak biasa pada masa kini terutama di daerah perkotaan. Bahkan beberapa sekolah yang terbilang mewah memfasilitasi antar jemput siswa dengan menggunakan kendaraan sekolah, hal tersebut secara tidak langsung memang memberikan kemudahan bagi siswa untuk pergi dan pulang sekolah, namun hal tersebut juga mengurangi kesempatan siswa melakukan aktivitas fisik sebelum dan sesudah sekolah (Suwena & Widyatmaja, 2010).

Selain peran pendidikan jasmani adaptif di sekolah, peran orangtua sangat penting bagi siswa diluar lingkungan sekolah, masih ada orang tua murid di SLB Kabupaten Bandung Barat yang kurang paham betul arti dari aktivitas fisik, maka dari itu permasalahan yang terjadi sekarang membuat siswa jarang melakukan kegiatan aktivitas fisik diluar lingkungan sekolah, orang tua terbiasa cenderung membiarkan anaknya melakukan kegiatan yang kurang menyehatkan bagi

kesehatan tubuh anak dalam melakukan kegiatan yang kurang menyehatkan bagi kesehatan tubuh anaknya sebagai contoh seperti bermalas-malasan. (Suwena & Widyatmaja, 2010).

Hal ini akan berpengaruh pada kesehatan anak dan mengurangi aktivitas gerak tubuh anak yang dimana anak biasa akan aktif bergerak apabila berangkat kesekolah dengan bersepeda dan jalan kaki, siswa disabilitas tunagrahitarangan lebih banyak mendapatkan kesempatan melakukan aktivitas fisik secara langsung disekolah khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani adaptif (Azzahra *et al.*, 2023).

Pembelajaran pendidikan jasmani adaptif menjadi peran utama dilingkungan sekolah dalam meningkatkan level aktivitas fisik, kurangnya SDM tenaga pendidik khusus pendidikan jasmani adaptif dilingkungan sekolah SLB di Kabuapten Bandung barat yang perlu ditangani dengan serius oleh pihak yang berwenang.

Uraian latar belakang di atas menunjukkan bahwa peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait Profil Level Aktivitas Fisik Siswa Disabilitas se-Kab.Bandung Barat. Terdapat beberapa penelitian tentang tingkat aktivitas fisik, seperti pada jurnal dari (Azzahra *et al.*, 2023) yang berjudul Analisis Aktivitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani Pada Siswa Tunagrahita Di SLB 1 Rejang Lebong. Menyatakan bahwa kurangnya siswa dalam melakukan aktivitas fisik sehari hari dapat mempengaruhi kesegaran jasmani mereka, dapat menimbulkan berbagai penyakit dan membuat kualitas kesehatannya menurun, yang memungkinkan siswa tidak dapat maksimal dalam mengikuti berbagai kegiatan pembelajaran di sekolah maupun kegiatan diluar sekolah.

Oleh karena itu, pada penelitian ini akan menggambarkan profil level aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan se-Kab.Bandung Barat secara spesifik. Tujuannya yaitu peneliti dapat menunjukkan hasil secara ilmiah level aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan se-Kab.Bandung Barat, sehingga dapat dijadikan dasar dalam meningkatkan tingkat aktivitas fisik siswa di SLB se-Kab.Bandung Barat sesuai dengan sarana pra sarana sekolah, program pendidikan jasmani adaptif, dan lingkungan sekitarnya, sehingga siswa dapat menerapkan aktivitas fisik di sekolah maupun luar sekolah dengan maksimal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka didapatkan rumusan masalah penelitian yaitu bagaimanakah level aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan se- Kabupaten Bandung Barat ?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang sudah dirumuskan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui level aktivitas fisik siswa tunagrahita ringanse-Kab.Bandung Barat.

1. Tujuan Penelitian Umum

Untuk mengetahui level aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan se-Kab Bandung Barat.

2. Tujuan Penelitian Khusus

Penelitian ini sebagai pengetahuan baru bagi peneliti karena dengan melakukan penelitian ini peneliti mampu memperoleh pengetahuan mengenai :

Mendeskripsikan level aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan se- Kab Bandung Barat dan mendeskripsikan pentingnya melakukan aktivitas fisik bagi siswa disabilitas tunagrahita ringan se-Kab.Bandung barat

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti,para pendidik SLB di Kab.Bandung Barat dan pembaca pada umumnya. Manfaat tersebut antara lainsebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu pengetahuan baru bagi pembaca, pemerintah, guru SLB Kabupaten Bandung Barat, masyarakat di dunia pendidikan disabilitas, dan dapat digunakan sebagai landasan penelitian yang selanjutnya dan dapat dijadikan sebagi sumber rujukan bagi peneliti lain dalam mendapatkan informasi terkait tingkat aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan dapat memperoleh informasi mengenai level aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan se-Kabupaten Bandung Barat.
 - b. Bagi guru, penelitian ini diharapkan dapat memperoleh informasi terkait level aktivitas fisik siswa nya.
 - c. Bagi siswa, melalui penelitian ini diharapkan dapat mengetahui level aktivitas fisiknya dan pentingnya melakukan aktivitas fisik.
 - d. Bagi sekolah, penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan dalam membuat kebijakan aktivitas fisik terkait pembelajaran pendidikan jasmani adaptif.
3. Manfaat dari Segi Praktik
- a) Bagi siswa, dapat mengetahui level aktivitas fisiknya dan akan mendorong untuk melakukan gaya hidup aktif yang dapat membawa pada kehidupan yang lebih baik.
 - b) Bagi guru, sebagai sarana untuk mengevaluasi ketuntasan tugas mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adaptif.
 - c) Bagi sekolah, dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program-program sekolah kedepannya.
 - d) Bagi pembaca, sebagai informasi bahwa level aktivitas fisik siswa tunagrahita ringan perlu mendapat perhatian dari semua pihak yang terkait.
 - e) Bagi peneliti, dapat dijadikan bahan kajian bagi penelitian selanjutnya sehingga hasilnya lebih mendalam dan memberikan sumbangan perkembangan pengetahuan bagi orang lain.

4. Manfaat dari Segi Isu Serta Aksi Sosial

Dapat memberikan informasi kepada semua pihak mengenai tingkat level aktivitas fisik siswa disabilitas tunagrahita ringan se-Kabupaten Bandung Barat. Sehingga dapat menjadi bahan masukan untuk lembaga formal baik di sekolah umum maupun khusus yang berada dilingkungan sekolah maupun diluar sekolah tersebut dalam meningkatkan tingkat aktivitas siswa.

1.5 Struktur Organisasi

Dalam penulisan skripsi ini terdapat urutan sistematis dalam penyusunannya.

Adapun urutan dari masing-masing bab tersebut adalah sebagai berikut:

I. Pendahuluan

Membahas mengenai pendahuluan yang berisikan mengenai: latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi.

II. Kajian Teori

Membahas mengenai kajian teori yang memaparkan mengenai:

- a. Pengertian tunagrahita (klasifikasi tunagrahita, karakteristik tunagrahita, penyebab tunagrahita)
- b. Pengertian tunagrahita ringan (karakteristik tunagrahita ringan)
- c. Pengertian aktivitas fisik (tingkat aktivitas fisik, jenis aktivitas fisik, manfaat aktivitas fisik, usaha menjaga aktivitas fisik tunagrahita, aktivitas fisik tunagrahita ringan)

III. Metode Penelitian

Membahas metode penelitian secara terperinci mengenai: desain penelitian, partisipan, subjek populasi/sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.

IV. Hasil Penelitian

Membahas dari pengolahan data hasil penelitian di lapangan dan analisis dari deskripsi hasil penelitian di lapangan. Berisi tentang jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan penelitian, sehingga bab ini membahas tentang hasil dari permasalahan yang diangkat peneliti.

V. Kesimpulan dan Saran

Bagian yang menyajikan hasil kesimpulan dan pemaknaan peneliti terhadap hasil temuan penelitian. Pada bagian ini pun menyajikan saran atau rekomendasi yang ditulis setelah hasil penelitian yang ditujukan kepada semua pihak atau peneliti berikutnya.