

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembelajaran pada dasarnya dilakukan guru sebagai cara mentrasfer ilmu kepada siswa baik lisan maupun tulisan yang sesuai dengan kurikulum dan tujuan pendidikan. Pembelajaran memiliki tujuan mengembangkan keterampilan, sikap, serta perilaku siswa agar menjadi individu yang mandiri. Pembelajaran juga memiliki peranan penting dalam membentuk siswa yang kreatif dan memiliki daya saing menghadapi perkembangan teknologi. Namun pembelajaran harus dilakukan dengan baik sesuai dengan kebutuhan siswa. Maka dari itu, guru diharapkan menciptakan proses pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan agar dapat menarik minat siswa untuk belajar. Kurikulum menjadi pedoman pembelajaran yang meliputi berbagai macam mata pelajaran yang harus ditempuh oleh siswa. Salah satu mata pelajaran yang dipelajari di sekolah adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).

Olahraga dilakukan manusia sebagai kegiatan fisik guna meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani. Olahraga memiliki peranan penting dalam menjaga metabolisme tubuh serta terhindar dari penyakit. olahraga juga merupakan gaya hidup masyarakat baik di perkotaan maupun di pedesaan. Salah satu cabang olahraga yang sering dilakukan di sekolah adalah olahraga berenang. Menurut Subagyo (2017, hlm. 53-54) berpendapat bahwa “Pendidikan olahraga renang adalah upaya yang diberikan pada siswa untuk mengembangkan potensi yang dimiliki siswa melalui aktivitas renang, dilihat dari sisi gerakan yang dilakukan dan tempat untuk melakukan sangat spesifik, aktivitas renang menggunakan gerakan tubuh yang sangat kompleks dari seluruh anggota tubuh mulai dari kepala, badan, tangan dan kaki”. Oleh karena itu, olahraga ini baik dilakukan secara rutin dan teratur supaya badan tidak kaku serta keahlian dalam berenang dapat berkembang dengan baik. Seseorang memiliki tubuh yang sehat tentunya sering melakukan olahraga setiap harinya.

Renang sangat penting bagi manusia karena memberikan manfaat bagi tubuh diantaranya melatih pernapasan, meningkatkan kekuatan otot dan tulang, serta sebagai alternatif terapi. Namun, banyak ditemukan olahraga ini ditakuti oleh sebagian orang. Adanya rasa takut dalam diri seseorang sering kali menjadi bentuk pertahanan diri terhadap peristiwa yang mengancam diri. Menarik diri, menangis, menjerit, merupakan salah satu bentuk perilaku yang biasanya dilakukan oleh orang yang memiliki rasa takut. Mempunyai ketakutan itu adalah hal yang wajar dan semua orang pun memiliki rasa takut. Namun, jika rasa takut tersebut sering terjadi dapat mengganggu kegiatan sehari-hari. Maka dari itu, kita perlu meminimalisir atau merubahnya. Rasa takut bisa dialami oleh siapa saja termasuk anak berkebutuhan khusus (tunagrahita). Tunagrahita atau gangguan intelektual menurut American Psychiatric Association (APA, 2013) menuliskan bahwa

Intellectual disability (intellectual development disorder) is a disorder with onset during the developmental period that includes both intellectual and adaptive functioning deficits in conceptual, social, and practical domains. The following three criteria must be met: (A) Deficits in intellectual functions, such as reasoning, problem solving, planning, abstract thinking, judgment, academic learning, and learning from experience, confirmed by both clinical assessment and individualized, standardized intelligence testing. (B) Deficits in adaptive functioning that result in failure to meet developmental and sociocultural standards for personal independence and social responsibility. Without ongoing support, the adaptive deficits limit functioning in one or more activities of daily life, such as communication, social participation, and independent living, across multiple environments, such as home, school, work, and community. (C) Onset of intellectual and adaptive deficits during the developmental period. (hlm. 33)

Berdasarkan jurnal yang ditemukan, ditulis oleh Ermawan Susanto (2005. hlm 119)

Ketakutan dalam aktivitas akuatik dapat menimpa siapa saja. Ketakutan ini berasal dari sebab-sebab yang berbeda. Sebagian orang takut karena memiliki penyakit yang sangat berbahaya seperti penyakit jantung, penyakit kulit, penyakit ginjal, penyakit epilepsi, bronchitis, penyakit pada infeksi mata, telinga, dan hidung. Demikian juga mereka yang takut akan kedalaman air yang berakibat pada ketakutan akan tenggelam. Ketakutan pada ketinggian papan loncat yang berakibat pada ketakutan untuk meloncat.

Dalam jurnal tersebut disebutkan juga olahraga renang dapat membantu bagi mereka yang takut berada di dekat air dengan menggunakan cara-cara yang ramah seperti memperkenalkan secara bertahap lingkungan air, teknik berada di dalam air serta keahlian memberanikan diri agar nantinya terbiasa dengan lingkungan kolam renang.

Saat ini olahraga renang mulai diterapkan di berbagai sekolah luar biasa. Keterampilan olahraga renang yang harus dimiliki oleh siswa tunagrahita yaitu mencerminkan anak sehat dengan cara meningkatkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor yang berhubungan dengan gerakan kaki, tangan, dan tubuh melalui aktivitas air. Namun kenyataannya aktivitas ini belum terlaksana dengan baik sehingga kegiatan renang rentan terjadi kecelakaan seperti rasa takut dan panik. Situasi tersebut dapat dialami oleh siapa saja yang belum terampil dalam ilmu berenang dan kurang mengenal dengan aktivitas aquatik. Dari hasil observasi dengan guru dan orangtua di SLB Purnama Asih, diketahui sekolah secara rutin melakukan kegiatan berenang. Kegiatan tersebut dilaksanakan untuk membiasakan siswa dengan sifat-sifat air, menumbuhkan rasa percaya diri, disiplin serta meningkatkan keterampilan berenang. Pembelajaran yang baik serta dipahami oleh siswa dapat membantu meningkatkan keterampilan berenang, namun nyatanya pemberian materi yang bervariasi serta tidak menekankan pada satu materi yang diberikan guru dapat menghambat siswa menguasai keterampilan berenang. Menurut wawancara dengan guru dikatakan bahwa keterampilan berenang sebagian siswa masih pada tahap dasar berupa pengenalan terhadap air. Penanganan khusus bagi siswa yang belum bisa berenang pun belum terlaksana, hal ini akan menyebabkan siswa tidak mengikuti kegiatan pembelajaran karena takut untuk berenang. Dalam kegiatan berenang yang dilakukan di SLB Purnama Asih terdapat hambatan karena didapati anak tunagrahita yang merasa takut terhadap air, ketakutan yang terjadi berkaitan dengan kedalaman kolam, air membasahi wajah, serta berenang di tempat yang baru. Adapun ciri-ciri ketakutan yang dialami anak diantaranya: 1) anak berkata tidak ketika diberitahu mengenai kegiatan berenang, 2) walaupun sudah memakai pakaian renang anak tidak mau masuk ke kolam, 3) anak

enggan melakukan pergerakan meskipun sudah memakai alat bantu renang seperti *kickboard* atau pelampung, 4) anak berjalan-jalan di sisi kolam renang, 5) anak hanya berenang di kolam yang dangkal, 6) anak diam di sudut kolam renang, 7) anak menarik diri ketika air membasahi wajah. Hal ini disebabkan anak tidak pernah berenang secara rutin sehingga belum terbiasa dengan lingkungan kolam renang. Untuk mengurangi rasa takut anak terhadap air, pihak sekolah mengajak siswa-siswanya untuk ikut serta dalam kegiatan berenang, tidak lupa pihak sekolah juga bekerja sama dengan orang tua siswa untuk memberikan motivasi mengikuti kegiatan tersebut. Maka dari itu, peneliti mengangkat masalah penelitian dengan judul **PEMBELAJARAN OLAHRAGA RENANG UNTUK MENGURANGI RASA TAKUT TERHADAP AIR BAGI ANAK TUNAGRAHITA**

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dilakukan, maka peneliti memfokuskan penelitian pada “Bagaimana pembelajaran olahraga renang untuk mengurangi rasa takut anak tunagrahita”. Berdasarkan fokus masalah tersebut, peneliti mengembangkan masalah ke dalam beberapa pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran olahraga renang yang dilaksanakan pada siswa tunagrahita?
2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran olahraga renang untuk mengurangi rasa takut terhadap air bagi siswa tunagrahita?
3. Bagaimana evaluasi pembelajaran olahraga renang setelah siswa melaksanakan kegiatan tersebut?
4. Apa saja hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaan pembelajaran olahraga renang?
5. Bagaimana cara sekolah untuk mengembangkan pembelajaran olahraga renang agar dapat mengurangi rasa takut siswa terhadap air?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data dan informasi secara menyeluruh mengenai pembelajaran olahraga renang untuk mengurangi rasa takut terhadap air pada anak tunagrahita. Adapun secara khusus tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk memperoleh gambaran mengenai perencanaan pembelajaran olahraga renang yang dilaksanakan pada siswa tunagrahita
2. Untuk memperoleh gambaran mengenai pelaksanaan pembelajaran olahraga renang untuk mengurangi rasa takut terhadap air bagi siswa tunagrahita
3. Untuk memperoleh gambaran mengenai evaluasi pembelajaran olahraga renang setelah siswa melaksanakan kegiatan tersebut
4. Untuk memperoleh gambaran mengenai hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaan pembelajaran olahraga renang
5. Untuk memperoleh gambaran mengenai cara sekolah untuk mengembangkan pembelajaran olahraga renang agar dapat mengurangi rasa takut siswa terhadap air

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pendidikan serta bagi semua pihak. Adapun kegunaan penelitian ini diantaranya sebagai berikut:

1. Kegunaan teoritis
 - a. Memberikan sumbangan dalam implementasi kurikulum pembelajaran bagi siswa tunagrahita yang disesuaikan dengan kebutuhan anak.
 - b. Memberikan sumbangan ilmiah dalam ilmu pendidikan khusus yaitu strategi pembelajaran olahraga renang dalam menumbuhkan keberanian pada siswa.
 - c. Sebagai referensi pada penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan peningkatan keterampilan berenang serta mengurangi rasa takut siswa.

2. Kegunaan praktis

a. Bagi pihak pengelola sekolah

Sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi pihak sekolah untuk dapat mengawasi perilaku siswa serta memberikan informasi tentang kesehatan peserta didik.

b. Bagi keluarga

Memberikan informasi dan pengetahuan mengenai pembelajaran olahraga berenang untuk mengurangi rasa takut siswa di sekolah. Sehingga diharapkan orang tua memberikan perhatian yang ekstra terhadap tumbuh kembang siswa dan senantiasa mengalami perubahan perilaku.

c. Bagi peneliti

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dalam melakukan penelitian serta dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh ketika kelak menjadi pendidik