

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan inklusi telah menjadi isu dominan dalam wacana internasional tentang pendidikan bagi siswa berkebutuhan khusus, tidak terkecuali di Indonesia. Di satu sisi falsafah inklusi ini telah memberi penegasan kembali bagi semua kalangan yang terlibat dalam dunia pendidikan, namun sisi lain juga memberi banyak tantangan. Seperti bagaimana mengembangkan perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi proses pembelajaran dalam setting kelas yang membutuhkan adaptasi.

Prinsip pendidikan yang disesuaikan dalam konteks pendidikan inklusif menuntut guru reguler maupun guru khusus untuk merubah tradisi mengajarkan materi yang sama kepada semua siswa yang ada di kelas setiap anak sesuai dengan kebutuhan individualnya. Padahal disadari dalam kelas biasa saja, siswa memiliki bermacam-macam minat, bidang dan penguasaan, termasuk kecemasan dan kekhawatiran. Sehingga dalam pelaksanaan pendidikan inklusif akan bertambah dengan siswa tertentu yang memiliki kebutuhan khusus karena alasan yang berbeda-beda baik karena kesulitan yang disebabkan faktor intrinsik atau gangguan perkembangan.

Dewasa ini diperlukan perhatian serius terhadap layanan pendidikan bagi anak-anak tunagrahita, khususnya bagi mereka yang tergolong mampu didik atau *mild retardation*. Secara langsung atau tidak langsung pengintegrasian mereka terhadap

sekolah-sekolah formal akan banyak membantu pelaksanaan kegiatan bagi perkembangan diri pribadinya untuk dapat lebih mengenal dan mengadaptasikan dirinya dalam kancah kehidupan yang sebenarnya. Bratanata (1977:9) menyatakan bahwa pendidikan mereka di sekolah hendaknya dapat memberikan kesempatan untuk dapat ikut serta berpartisipasi secara aktif disekolah, tetapi nanti diharapkan akan berdampak dalam kehidupan keluarga dan masyarakat. Mereka hendaknya tidak dipisahkan dari lingkungan kehidupan keluarga. Karena bentuk semacam itu merupakan jiwa bagi pemberian layanan pendidikan terhadap mereka yang lebih dikenal dengan istilah *The Least Restrictive Environments*, Hallahan & Kauffman, 1986 dalam Sunardi (1991: 56).

Usaha-usaha layanan pendidikan seperti tersebut di atas bagi Indonesia dapat dimungkinkan sehubungan adanya Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 2 tahun 1989 serta kebijakan-kebijakan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia khususnya yang berkaitan dengan kewajiban Belajar Sembilan Tahun pada jenjang pendidikan dasar.

Selain itu, pendidikan merupakan salah satu tujuan utama negara, dan semata-mata bukan untuk mencapai tujuan. Seperti yang telah dijelaskan dalam pembukaan Undang-Undang Dasar Negara 1945, negara juga bertugas untuk mencerdaskan bangsa. Rakyat yang cerdas dan menguasai ilmu pengetahuan serta teknologi modern, merupakan tuntunan negara.

Sesuai dengan hal tersebut dapat digambarkan tentang pendidikan ilmu pengetahuan, pendidikan moral termasuk agama, pendidikan kesenian, pendidikan

jasmani, dan pendidikan keterampilan. Dalam GBHN 1978 dasar dan tujuan

Pendidikan Nasional dirumuskan sebagai berikut :

Pendidikan Nasional berdasarkan Pancasila dan bertujuan untuk meningkatkan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, kecerdasan, keterampilan, mempertinggi budi pekerti, memperkuat kepribadian dan memperkuat semangat kebangsaan agar dapat menumbuhkan manusia-manusia pembanguanan yang dapat membangun dirinya sendiri serta bersama-sama bertanggung jawab atas pembanguan bangsa.

Pendidikan mencakup semua anak, berarti semua anak baik yang normal maupun siswa luar biasa tanpa kecuali berhak menerima pendidikan. Dalam Undang-Undang Dasar 1945 Bab III pasal 31 dinyatakan bahwa tiap-tiap warga negara berhak mendapat pengajaran. Anak-anak yang luar biasa merupakan masalah yang harus ditanggulangi. Keluarbiasaan itu sendiri merupakan suatu hal yang bersifat gradual, yaitu dari tingkat yang paling ringan sampai yang paling berat.

Bagi anak mampu didik atau *educable children* yang dicirikan sebagai kelompok tunagrahita ringan atau *mild retardation*, dapat diberikan layanan pendidikan khusus di sekolah-sekolah biasa melalui pemberian layanan tersendiri sesuai dengan ketunaan yang disandangnya, Delphie (2006:6).

Bagi kepentingan yang berkaitan dengan hal tersebut, *American Association a Mental Deficiency* (AAMD;1983), menjelaskan "*Mental Reterdation refer to significantly sub-everage general intellectual functioning resulting in or associated with impairments in adaptive behavior and manivested during the developmental period*" (Grssman,1983: 11).

Siswa yang tergolong dalam tunagrahita mempunyai hambatan pada dua sisi. Sisi pertama bahwa mereka memiliki kemampuan intelektual berada di bawah anak normal, jika diukur dengan tes IQ berada pada dua standar deviasi dibawah normal berkisar 50-70. Pada sisi lain mereka kesulitan bertingkah laku sesuai dengan situasi yang belum dikenal sebelumnya selama perjalanan hidupnya. Keadaan itu terjadi pada pertumbuhan, cara berfikir dan kemampuan bermasyarakat semenjak ia lahir dan berusia delapan belas tahun (Heber, 1961; Grossman 1973,1983). Hal ini berarti bahwa anak tunagrahita dapat terjadi jika seseorang menunjukkan gejala kelainan pada kedua sisi tersebut yang saling berkaitan satu dengan yang lainnya.

Keterbelakangan mental adalah fungsi intelektual siswa berada di bawah rata-rata, disertai dengan penyesuaian diri yang rendah selama masa periode masa pertumbuhan, Tarigan (2000).

Berdasarkan definisi tersebut di atas maka anak tunagrahita mempunyai karakteristik tersendiri pada segi tingkah laku (*behavior*), emosi dan sosial (*social and emosional behavior*), cara belajar (*teaming*) dan kesehatan pada fisiknya (*physical and health*) serta memiliki penyesuaian diri yang rendah selama masa periode pertumbuhan.

Dilihat dari faktor penyebab terjadinya kelainan, khususnya yang tergolong ke dalam anak tunagrahita atau *mental retardation* dapat dijelaskan sebagai berikut: *National Association Society For Retarded Children* (NARC, 1973) lebih dari 2000 kasus dan yang paling dominan ada 11 kasus. Pada dasarnya ada dua faktor utama, yaitu bawaan yang disebut faktor endogen.

Hallan (1991) mengemukakan bahwa terjadinya *mental retardation* disebabkan adanya faktor utama yang melatarbelakangi, berupa *Genetik Factor*. Penyebab terjadinya kerusakan genetik pada sel pembentuk manusia seperti adanya kelainan pada kromosom yang berasal dari keturunan, dan faktor penyebab kedua adalah *Brain Damage* diakibatkan terjadinya infeksi disekitar otaknya dan juga karena pengaruh lingkungan (*Exceptional Children*, 1986:48-56). Sebagai contoh yang berkelainan disebabkan faktor genetik (*genetic factor*) antara lain penyakit *Down Syndrom*.

Sedangkan contoh berkelainan akibat *Brain Damage* meliputi *Infection* dan *Environmental hazards*. Termasuk ke dalam infeksi penyebab anak tunagrahita didapat dari ibunya yang ditularkan pada bayi contohnya *rubella*, *syphilis*, *herpes simplex*, *meningitis*, *encephalitis*, *microcephalus* dan *hydrocephalus*. Sedangkan dari *environmental hazards* antara lain pukulan dari kepala, keracunan makanan, radiasi, *malnutrition*, kelahiran awal, luka akibat persalinan, *anaxia*, bayi dengan ukuran besar melebihi normal, dan pengaruh lingkungan lainnya.

Layanan-layanan khusus berupa diberlakukannya modifikasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah mereka dapat mencapai kemampuan dirinya secara maksimal (Arheim D 1969: 11, Bratanata, 1977: 14) dalam Delpie (2005:14).

Berkaitan dengan keterbatasan bahwa siswa tunagrahita mempunyai kesulitan pada empat kawasan yang berkaitan dengan atensi, daya ingat, bahasa dan akademis, Hallan & Kauffman, (1991:95) dalam Delphie (2005:1). Secara umum hambatan yang terjadi meliputi (a) bidang keterampilan akademik khususnya dalam membaca, menulis, dan berhitung, (b) penggunaan pikiran yang logis untuk memecahkan

masalah dan menentukan keputusan, (c) penggunaan konsep-konsep dan pemikiran yang membutuhkan ketekunan, AAMR, dalam Patton, J.R., (1986:47) dalam Delphie (2005:1).

Faktor intelegensi siswa tunagrahita yang berada di bawah rerata dan prilaku adaptif, menyebabkan tingkat kemampuan siswa tunagrahita cenderung lemah pada aspek sensori motor, kreativitas, interaksi sosial, dan berbahasa secara konseptual, Delphie (2005:2).

Oleh karena itu maka penulis tertarik untuk meneliti tentang pembelajaran apa yang sesuai dengan keterbatasan siswa tersebut yang berkaitan dengan prilaku adaptif. Prilaku adaptif antara lain dapat diminimalisir melalui layanan bimbingan yang terpadu dalam pembelajaran individu dengan fokus pengembangan kebugaran jasmani yang meliputi daya tahan jantung-paru, kekuatan otot, kelentukan dan daya tahan otot.

Hasil layanan pendidikan individu melalui kebugaran jasmani siswa tunagrahita meliputi (a) keperdulian terhadap pengembangan sosial, (b) prilaku yang sesuai dengan tuntutan masyarakat tempat ia tinggal, (c) upaya-upaya menghilangkan rasa cemas dan takut (d) peningkatan kegiatan dan kemampuan kerja. Menurut Kelly (1978:5) dalam Delphie (2005:2), proses penyesuaian prilaku adaptif siswa tunagrahita hendaknya dilakukan secara menyeluruh terhadap faktor-faktor yang berkaitan dengan intelektual, fisik, gerak, motivasi, sosial, dan sensori. Gigson (1995: 325) dalam Delphie (2005:3) siswa tunagrahita dengan intelegensi di bawah rerata serta memiliki kendala dalam prilaku (adaptif) maka konseling individu sebaiknya

diterapkan bersamaan dengan proses pembelajaran melalui modifikasi perilaku, khususnya bagi mereka yang menunjukkan perilaku emosional. Teknik modifikasi perilaku menurut Matson (1988) dapat menghilangkan permasalahan perilaku emosional siswa tunagrahita seperti lekas marah dan suku menyakiti diri sendiri.

Hal penting dalam program yang berkaitan dengan modifikasi perilaku terhadap siswa tunagrahita adalah mengarah pada prinsip-prinsip perkembangan normal. Perkembangan normal di sini adalah perubahan kearah positif setiap waktu atau adanya penyesuaian terhadap lingkungan yang lebih baik, Hodapp dan Zigler (1995:31) dalam Delphie (2005 :4).

Bagi kepentingan yang berkaitan dengan hal tersebut, *American Association a Mental Deficency* (AAMD;1983), menjelaskan "*Mental Reterdation refer to significantly sub-verage general intellectual functioning resulting in or associated with impairments in adaptive behavior and manivested during the developmental period*" (Grssman,1983: 11).

Siswa yang tergolong dalam tunagrahita mempunyai hambatan pada dua sisi. Sisi pertama bahwa mereka memiliki kemampuan intelektual berada di bawah anak normal, jika diukur dengan tes IQ berada pada dua standar deviasi dibawah normal berkisar 50-70. Pada sisi lain mereka kesulitan bertingkah laku sesuai dengan situasi yang belum dikenal sebelumnya selama perjalanan hidupnya. Keadaan itu terjadi pada pertumbuhan, cara berfikir dan kemampuan bermasyarakat semenjak ia lahir dan berusia delapan belas tahun (Heber, 1961; Grossman 1973,1983). Hal ini berarti



bahwa anak tunagrahita dapat terjadi jika seseorang menunjukkan gejala kelainan pada kedua sisi tersebut yang saling berkaitan satu dengan yang lainnya.

Keterbelakangan mental adalah fungsi intelektual siswa berada di bawah rata-rata, disertai dengan penyesuaian diri yang rendah selama masa periode masa pertumbuhan, Tarigan (2000:23).

Berdasarkan definisi tersebut di atas maka anak tunagrahita mempunyai karakteristik tersendiri pada segi tingkah laku (*behavior*), emosi dan sosial (*social and emosional behavior*), cara belajar (*teaming*) dan kesehatan pada fisiknya (*physical and health*) serta memiliki penyesuaian diri yang rendah selama masa periode pertumbuhan.

Dilihat dari faktor penyebab terjadinya kelainan, khususnya yang tergolong ke dalam anak tunagrahita atau *mental retardation* dapat dijelaskan sebagai berikut: *National Association Society For Retarded Children* (NARC, 1973) lebih dari 2000 kasus dan yang paling dominan ada 11 kasus. Pada dasarnya ada dua faktor utama, yaitu bawaan yang disebut faktor endogen.

Dengan demikian diperlukan tingkat fleksibilitas dan adaptasi tinggi yang memungkinkan guru dapat mengajar sesuai dengan kebutuhan individual semua siswa di kelas. Tantangan mempraktekkan inklusi ini menggiring pada fokus masalah yang akan dibahas oleh penulis, yaitu bagaimana memahami kebutuhan khusus siswa, dalam hal ini kebutuhan siswa yang dikategorikan tunagrahita.

Dalam pendidikan jasmani bagi siswa adaptif, yang berkaitan dengan anak yang mengalami kelainan sehingga mereka dikategorikan sebagai anak yang mengalami

hambatan perkembangan dalam perilaku olahraga, maka peningkatan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani adaptif di sekolah luar biasa merupakan tuntutan yang harus dilaksanakan dalam upaya peningkatan kesehatan dan kebugaran jasmani siswa luar biasa yang sekaligus meningkatkan sumber daya manusia Indonesia. Upaya peningkatan kualitas pembelajaran tersebut tidak akan tercapai apabila para guru penjas tidak memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam bidang pendidikan jasmani adaptif, Tarigan (2000).

Pengertian kebugaran jasmani secara harfiah *physical fitness* berarti kesesuaian fisik atau kecocokan jasmani. Hal ini berarti harus sesuai dengan tugas-tugas dalam pelaksanaannya tergantung dari aspek jasmani dan rohani individu yang bersangkutan. *Physical fitness* diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh para Ahli olahraga menjadi kesegaran jasmani, hal ini berkaitan dengan tugas mereka untuk melakukan penilaian yang cukup luas mengenai kondisi fisik olahragawan seperti kekuatan, kecepatan, kelincahan, ketahanan, tenaga atau daya, koordinasi keseimbangan dan kelentukan.

Menurut Santosa (2004:32) *physical fitness* diterjemahkan menjadi kebugaran jasmani, artinya kemampuan tubuh untuk menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya dalam batas-batas fisiologi terhadap keadaan lingkungan (ketinggian, kelembaban, suhu, dan sebagainya) dan atau kerja fisik dengan cara yang efisien tanpa lelah secara berlebihan, sehingga masih dapat melakukan kegiatan-kegiatan lain yang rekreatif, dan telah mengalami pemulihan yang sempurna sebelum datangnya tugas yang sama pada esok harinya.



Kebugaran Jasmani menurut Bompa (1991:2) adalah

Dapat mempercepat kecepatan regenerasi diantara latihan-latihan, mengurangi kelelahan, meningkatkan kompensasi yang berlebihan, memberikan kemudahan untuk memakai beban berat dalam latihan dan bahkan menemukan jumlah dan frekuensi cedera (apabila lelah, koordinasi terganggu dan konsentrasi rendah serta mengarah pada kontrol jelek pada umumnya).

Pemahaman kebugaran jasmani harus menjadi suatu kebiasaan, mereka harus menyesuaikan dengan proses biologis terhadap proses tuntutan latihan serta pertukaran yang tepat antara kerja dan regenerasi.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, maka dapat digambarkan bahwa kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh untuk dapat melakukan pekerjaan atau aktivitas sehari-hari, serta masih mampu atau memiliki waktu untuk menikmati waktu senggang dan keadaan-keadaan darurat yang tidak diduga sebelumnya tanpa mengalami kelelahan serta dapat menghindarkan diri dari penyakit kurang gerak (hipokinetik) sehingga dapat menikmati kehidupan dengan baik dan bersahaja.

Oleh karena itu penelitian ini dinilai sangat penting dan strategis karena selama ini pendidikan jasmani adaptif di sekolah luar biasa belum mendapat perhatian yang serius baik dari pemerintah maupun masyarakat serta dirasakan adanya diskriminatif. Guru pendidikan jasmani adaptif merupakan penggerak dan motivator seyogyanya memiliki kemampuan lebih baik dari guru pendidikan jasmani di sekolah luar biasa sehingga proses pembelajaran berhasil dengan baik. Hal ini disebabkan mereka harus berhadapan dengan siswa-siswa luar biasa, yang memerlukan penanganan secara khusus dalam setiap proses pembelajaran. Guru pendidikan jasmani adaptif yang tidak memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai, terutama berkaitan

dengan siswa luar biasa, maka fungsi dan manfaat pendidikan jasmani bagi siswa sekolah luar biasa diperkirakan tidak akan tercapai secara optimal.

Berkaitan dengan hal tersebut maka penelitian ini mencoba melihat keterlaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani serta kaitannya dengan hasil pembelajaran pendidikan jasmani bagi siswa luar biasa. Secara khusus peneliti ingin mengetahui seberapa besar pengaruh metode pembelajaran individu dalam pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kebugaran jasmani siswa luar biasa.

B. Identifikasi Masalah

Rendahnya kreativitas guru dalam mengembangkan dan meningkatkan kompetensinya merupakan salah satu penyebab turunnya kualitas pendidikan yang terjadi dewasa ini.

Karena siswa tunagrahita mempunyai kelemahan intelegensi di bawah rerata dan berperilaku adaptif, maka tingkat kemampuan yang dicapai mereka hendaknya dipandang berdasarkan tingkat kemampuan sesuai dengan umur mental, bukan umur kronologis. Oleh karena itu, guru SLBC yang mengajar harus menggunakan pendekatan individu. Sementara itu sepanjang pengamatan peneliti di SLBC kebanyakan belum mempunyai informasi lengkap mengenai kemampuan dan kelemahan fungsional setiap siswa, sehingga sulit menentukan kebutuhan layanan khusus yang sesuai dengan keberadaannya. Informasi tentang kemampuan fungsional yang berkaitan dengan aspek sensorimotor, kreativitas, interaksi sosial, dan kemampuan berbahasa secara konseptual sangat membantu dalam memberikan layanan pembelajaran individu dalam upaya meningkatkan kebugaran jasmani siswa

tunagrahita meliputi daya tahan jantung-paru, kekatan otot, kelentukan dan daya tahan otot.

Guru pendidikan jasmani yang mengajar siswa tunagrahita sebaiknya menyusun program bimbingan yang terintegrasi ke dalam program pembelajaran untuk setiap siswa guna memenuhi kebutuhan sesuai dengan kemampuan setiap individu. Pola pembelajaran dalam proses pembelajaran individu yang sesuai dengan kebutuhan siswa sebaiknya melalui pendekatan inklusi. Pendekatan inklusi menuntut guru mampu melakukan: (a) kegiatan pembelajaran di lapangan dengan menggunakan media belajar, (b) kegiatan yang berkaitan dengan asesmen, pengujian dan evaluasi selama proses pembelajaran, (c) kerja kolaboratif dalam memecahkan permasalahan yang muncul selama proses kegiatan pembelajaran, (d) penerapan intervensi yang sesuai dengan strategi pembelajaran, (e) penyesuaian dan penggunaan secara optimal terhadap lingkungan belajar yang ada, Pijl.S. J., et al., 1997:72 dalam Delphie (2005:4).

Siswa yang memiliki keterbelakangan mental memiliki gangguan yang berkaitan dengan aspek perseptual motor. Fenomena ini menjadi gejala umum, hampir di setiap kelas ditemukan siswa tunagrahitamengalami gangguan perseptual motor, sehingga mengalami kelemahan dalam keterampilan motoris, seperti menangkap dan melempar bola dan naik sepeda. Siswa dengan aspek perseptual motor mengalami masalah apabila berhadapan dengan simbol-simbol material, karena mereka mengalami kekurangan orientasi terhadap apa yang oleh Kephart dikenal

sebagai realitas dasar tentang kesemestaan yang mengelilingi mereka, khususnya dimensi ruang dan waktu.

Karakteristik medis anak tunagrahita yang dikemukakan oleh Myers (1986) yaitu gangguan keseimbangan, berkenaan dengan koordinasi motorik, berhubungan dengan *lateralisasi*, gangguan gambaran tubuh dan skema tubuh.

Dari aspek psikologi, anak tunagrahita memiliki gangguan pada aspek-aspek psikologi dasar seperti gangguan persepsi, konsentrasi dan memori, Kaufman dan Halahan (1993). Perhatian anak keterbelakangan mental mudah beralih pada obyek lain sehingga tampak sibuk dengan aktivitas yang tidak terarah, Goldstein (1993).

Siswa tunagrahita memiliki masalah yang cukup kompleks sehingga menuntut penanganan secara serius dengan melibatkan berbagai disiplin ilmu. Berdasarkan studi Hidayat dkk (1996). Masalah anak tunagrahita terpaut jauh pada aspek non akademis, yaitu gangguan pada aspek psikologi dasar dan motoris. Salah satu model penanganan siswa tunagrahita adalah melalui pendekatan pendekatan individu.

Anak tunagrahita karena kecerdasannya, sukar untuk mengikuti program pendidikan di sekolah biasa secara klasikal, oleh karena itu anak tunagrahita membutuhkan layanan pendidikan secara khusus yaitu disesuaikan dengan kemampuannya. Anak tersebut menunjukkan fungsi intelek di bawah rata-rata secara jelas dengan disertai ketidakmampuan dalam penyesuaian perilaku dan terjadi pada masa perkembangan.

Anak tunagrahita dapat diberikan layanan pendidikan khusus di sekolah-sekolah biasa melalui pemberian layanan tersendiri sesuai dengan ketunaan yang

disandangnya, Delphie (200:6). Anak penyandang tunagrahita bukan merupakan suatu penyakit sehingga apabila mendapat pengobatan atau penyembuhan akan menjadi normal. Akan tetapi pada hakikatnya tunagrahita adalah perkembangan psikisnya yang subnormal, sehingga anak tersebut tidak akan kembali menjadi normal, tetapi hanya bisa di minimalisir.

Ketidak normalan yang paling menonjol adalah intelegensinya berada di bawah ukuran anak-anak normal, keadaan tersebut pada umumnya timbul pada waktu kanak-kanak. Untuk mengatasi kelemahan anak tunagrahita tersebut bukanlah dengan jalan pengobatan, tetapi harus diberikan dengan jalan mengadakan latihan-latihan yang seksama, penuh kesabaran dan ketekunan.

Layanan-layanan khusus itu berupa diberlakukannya modifikasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah atau penambahan bantuan yang lebih dari biasa agar mereka dapat mencapai kemampuan dirinya secara maksimal, Bratanata (1977). Hal ini penting diketahui dan difahami agar mereka itu mempunyai suatu kecakapan dan keterampilan kerja, sehingga mereka dapat menjadi manusia yang berguna baik bagi dirinya sendiri maupun bagi bangsa dan negara.

Anak tunagrahita memiliki dua hambatan, pertama mereka memiliki intelegensi berada di bawah normal; kedua memiliki kesulitan untuk mampu bertindak laku sesuai situasi yang belum di kenal sebelumnya selama perjalanan hidupnya. Keadaan ini terjadi pada pertumbuhan, cara berfikir dan kemampuan bermasyarakat semenjak lahir hingga berumur belasan tahun.

Di samping memiliki keterbatasan intelegensi, anak tunagrahita juga memiliki kesulitan dalam mengurus diri sendiri dalam bermasyarakat sehingga mereka memerlukan bantuan, anak tunagrahita cenderung berteman dengan anak yang lebih muda dari usianya, ketergantungan terhadap orang tua, tidak mampu memikul tanggung jawab sosial dengan bijaksana, sehingga mereka harus dibimbing dan diawasi, mereka mudah dipengaruhi, cenderung melakukan sesuatu tanpa memikirkan akibatnya.

Faktor-faktor tersebut yang mendorong penulis mencoba memberikan layanan pendidikan individu yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan individu.

Pembelajaran individu dimaksudkan agar kebutuhan setiap individu dapat terpenuhi sesuai dengan jenis dan tingkat kecacatannya. Kelihatannya model pembelajaran seperti ini merupakan tantangan bagi guru penjas dalam mengelola layanan pendidikan. Pembelajaran individu dalam konteks ini bukan berarti melakukan pembelajaran kepada siswa satu demi satu. Tetapi dalam proses pembelajaran tersebut, guru penjas perlu merencanakan aktivitas pendidikan jasmani yang disesuaikan dengan kebutuhan dan jenis kecacatan siswa, Tarigan (2000:16). Sehingga program diharapkan dapat memenuhi kebutuhan setiap individu, guru penjas sebaiknya 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.

Pendidikan individu adalah layanan pendidikan yang diberikan kepada seluruh siswa dan dapat dilibatkan secara keseluruhan, namun tingkat kecacatan, kualitas latihan, intensitas latihan, bahasa yang digunakan serta kinerja yang diharapkan dari setiap siswa berbeda satu dengan yang lainnya, Tarigan (2000:28).

Yang dimaksud metode dalam bahasan ini adalah cara-cara mengajar yang dilakukan oleh guru dalam menyajikan materi dan tugas-tugas belajar secara sistematis sehingga siswa dapat menyerap dan menguasai isi pembelajaran dengan mudah. Oleh karena itu pemilihan metode yang tepat sangat terkait dengan materi dan tujuan pembelajaran.

Sedangkan strategi pembelajaran adalah suatu kerangka instruksional yang diterapkan dalam proses pembelajaran sehingga siswa memperoleh kesempatan melakukan pengalaman belajar secara maksimal. Strategi pembelajaran yang digunakan dapat berupa kegiatan yang satu kepada kegiatan berikutnya, dari seorang siswa ke siswa yang lainnya. Karena keragaman tingkat dan jenis kecacatan siswa, maka guru penjas adaptif harus memiliki berbagai strategi sehingga kegiatan pembelajaran dapat berlangsung secara dinamis.

Berkaitan dengan materi pembelajaran, seorang guru penjas harus mampu dan terampil memilih materi yang akan diberikan sesuai dengan kebutuhan dan tingkat kecacatan siswa. Agar pemilihan materi tidak menyimpang dari kebutuhan siswa, maka guru perlu mendiskusikan dengan siswa yang bersangkutan bahkan dengan orang tuanya.

Berdasarkan paparan yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “apakah manfaat pembelajaran individu dalam pendidikan

jasmani terhadap kebugaran jasmani terutama daya tahan jantung-paru, kekuatan, kelentukan, dan daya tahan otot bagi siswa tunagrahita?"

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kebugaran jasmani siswa luar biasa. Secara khusus tujuan penelitian ini adalah :

1. Mengetahui apakah ada pengaruh metode pembelajaran individu terhadap peningkatan daya tahan jantung-paru siswa luar biasa.
2. Mengetahui apakah ada pengaruh metode pembelajaran individu terhadap peningkatan kekuatan siswa luar biasa.
3. Mengetahui apakah ada pengaruh metode pembelajaran individu terhadap peningkatan kelentukan siswa luar biasa.
4. Mengetahui apakah ada pengaruh metode pembelajaran individu terhadap peningkatan daya tahan otot siswa luar biasa.

D. Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah, dijabarkan ke dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh metode pembelajaran individu terhadap peningkatan daya tahan jantung-paru siswa luar biasa.
2. Apakah ada pengaruh metode pembelajaran individu terhadap peningkatan kekuatan siswa luar biasa.

3. Apakah ada pengaruh metode pembelajaran individu terhadap peningkatan kelentukan siswa luar biasa.
4. Apakah ada pengaruh metode pembelajaran individu terhadap peningkatan daya tahan otot siswa luar biasa.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengungkapkan pentingnya pendekatan individu dalam pembelajaran penjas bagi siswa luar biasa dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kebugaran. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kinerja guru pendidikan jasmani tunagrahita dalam merencanakan dan melaksanakan bimbingan terhadap siswa tunagrahita yang terintegrasi dalam perogram pembelajaran individu. Selanjutnya secara khusus manfaat penelitian ini untuk :

1. Memberikan informasi tentang pengaruh metode pembelajaran individu terhadap daya tahan jantung-paru siswa luar biasa.
2. Memberikan informasi tentang pengaruh metode pembelajaran individu terhadap kekuatan siswa luar biasa.
3. Memberikan informasi tentang pengaruh metode pembelajaran individu terhadap kelentukan siswa luar biasa.
4. Memberikan informasi tentang pengaruh metode pembelajaran individu terhadap daya tahan otot siswa luar biasa.

F. Asumsi

Dalam buku yang ditulis Departemen Pendidikan AS, Kantor Pendidikan Luar Biasa (1980) tentang pembelajaran individu adalah :

Dokumen tertulis yang pada hakikatnya mengatur tingkat prestasi pendidikan siswa yang berlangsung saat ini, menentukan sasaran dan tujuan dalam waktu dekat dan masa mendatang, dan menyebutkan layanan pendidikan yang mesti di selenggarakan guna mencapai tujuan-tujuan itu.

Sunarto (2005:7) berpendapat bahwa "Pembelajaran individu merupakan layanan pendidikan luar biasa yang diberikan kepada peserta didik yang memiliki kebutuhan secara khusus yang beragam dan bersifat individu". Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran individu merupakan ciri khas pengajaran dan pendidikan di sekolah-sekolah yang melayani anak dengan kebutuhan khusus (SLB).

Pembelajaran individu dilakukan dengan cara pengamatan terhadap anak luar biasa dengan menelusuri bakat kemampuan, perkembangan dirinya serta kesulitan-kesulitan dirinya dalam melakukan kegiatan, Delphie(2006: 9).

Oleh karena itu pembelajaran individu sangat penting bagi siswa tunagrahita karena mereka memiliki tingkat kebugaran jasmani yang rendah. Perkembangan jasmani dan motorik anak tunagrahita tidak secepat perkembangan anak normal, sejalan penelitian Umardjani (1984) menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani siswa tunagrahita memiliki usia mental kurang sekali. Para ahli psikologi perkembangan umumnya beranggapan bahwa jika anak tunagrahita dibanding dengan anak normal yang mempunyai usia mental yang sama, secara teoretis akan memiliki tahap perkembangan kognitif yang sama, Zigler (1968). Pendapat ini didasarkan pada

asumsi bahwa individu secara aktif mengkonstruksikan struktur internalnya melalui interaksi dengan lingkungan.

Maka berdasarkan pendapat di atas, dapat diambil asumsi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Metode pembelajaran individu dalam pembelajaran olahraga di sekolah luar biasa tunagrahita mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani siswa, Tarigan (2005:2).
2. Pembelajaran individu dapat mempengaruhi daya tahan jantung-paru, Reed (1975:55).
3. Pembelajaran individu dapat mempengaruhi kekuatan, Tarigan (2007:1).
4. Pembelajaran individu dapat mempengaruhi kelentukan, Tarigan (2005:2)
5. Pembelajaran individu dapat mempengaruhi dan daya tahan otot, Tarigan (2002:8).
6. Hasil pembelajaran idividu dapat diukur dengan tes praktek (post test).

G. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap hasil penelitian. Peneliti berhipotesis sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh pembelajaran individu terhadap daya tahan jantung-paru siswa siswa luar biasa.
2. Terdapat pengaruh pembelajaran individu terhadap kekuatan siswa luar biasa.
3. Terdapat pengaruh pembelajaran individu terhadap kelentukan siswa luar biasa.
4. Terdapat pengaruh pembelajaran individu terhadap daya tahan otot siswa luar biasa.



H. Metode dan Teknik Penelitian

Dalam penelitian eksperimen, ada dua macam variabel yang berhubungan dengan secara fungsional yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kebugaran jasmani yang meliputi daya tahan jantung-paru, kekuatan, kelentukan dan daya tahan otot, sedangkan variabel bebasnya adalah metode pembelajaran individu.

Metode penelitian yang akan digunakan adalah eksperimen dengan teknik pre test dan post test desain. Dapat digambarkan sebagai berikut:

$O_1 \times O_2$

Keterangan:

O_1 : Test 1

O_2 : Test 2

X : Pelaksanaan metode pembelajaran individu

Analisis data tingkat kebugaran jasmani siswa luar biasa yang digunakan yaitu dengan alat ukur norma kebugaran jasmani dari A.C.S.P.F.T. (*Asian Committee on the Standardization of Physical Fitness Test*)

I. Lokasi dan Subyek Penelitian

Penelitian ini mengambil lokasi di SLB-C (Tunagrahita) Jl. Cipaganti Bandung, subyek penelitian terdiri dari 15 siswa yang masing-masing ditetapkan berdasarkan random sampling. Instrumen yang digunakan adalah metode pembelajaran individu dengan pokok permasalahan tes kebugaran jasmani bagi siswa yang terdiri dari: daya tahan jantung paru, kekuatan, kelentukan dan daya tahan otot.

Daya tahan jantung paru diukur dengan lari 1000 m, kekuatan otot perut diukur dengan sit-up, kelentukan diukur dengan sentuh togok dan daya tahan otot lengan diukur dengan push-up.

J. Definisi Operasional

1. Metode pembelajaran individu adalah layanan pendidikan yang diberikan pada seluruh siswa dan dapat dilibatkan secara keseluruhan, namun tingkat kecacatan, kualitas latihan, intensitas latihan, bahasa yang digunakan serta kinerja yang diharapkan dari siswa berbeda satu dengan yang lainnya, Tarigan (2000).
2. Pembelajaran individu merupakan layanan pendidikan luar biasa yang diberikan kepada peserta didik yang memiliki kebutuhan secara khusus yang beragam dan bersifat individu, Sunarto (2005:7)
3. Kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh untuk menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya dalam batas-batas fisiologi terhadap keadaan lingkungan (ketinggian, kelembaban, suhu, dll) atau kerja fisik dengan cara yang efisien tanpa lelah secara berlebihan, sehingga masih dapat melakukan kegiatan-kegiatan lain yang rekreatif, dan telah mengalami pemulihan yang sempurna sebelum datangnya tugas yang sama pada esok harinya, Giriwijoyo (2005).
4. Siswa luar biasa adalah siswa yang mempunyai kelainan-kelainan atau sering juga disebut cacat, sehingga tidak dapat menjalankan fungsi secara wajar, baik mengenai fisik maupun psikisnya, Marle (1955).

