

SURVEY TINGKAT KEBUGARAN JASMANI ADAPTIF PADA ANAK TUNA DAKSA

Erna Fitriatun¹, Indri Susilawati²

^{1,2}Prodi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FIKKM, Universitas Pendidikan Mandalika
Email: ernafitriatun83@gmail.com

Abstract: Kebugaran jasmani adaptif merupakan suatu sistem yang dirancang untuk memecahkan masalah dalam ranah psikomotor bagi anak berkebutuhan khusus (ABK). Dimana, sekolah luar biasa (SLB) menjadi tempat pelaksanaan pendidikan jasmani adaptif selain sekolah inklusif. Sehingga, penelitian ini dilakukan pada salah satu sekolah luar biasa (SLB) yang berada di Lombok Barat, berdasarkan hasil observasi dimana sekolah belum pernah melakukan tes kebugaran jasmani adaptif untuk siswa siswinya yang berkebutuhan khusus tuna daksa. Pada penelitian ini akan menggunakan tes Eurofit yang terdiri dari *Bent arm hang test*; *The sit and reach*; Tes lari 50 meter; Tes keseimbangan *flamingo*; *Hardvard step test*. Penelitian dilakukan secara deskriptif dengan subyek laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian pada tes *Bent arm hang test* untuk laki-laki 100% dan perempuan 0% pada klasifikasi jelek sekali. Hasil penelitian pada tes *The sit and reach* untuk laki-laki 100% dan perempuan 0% pada klasifikasi kurang sekali. Hasil penelitian pada tes lari 50 meter untuk laki-laki 100% dan perempuan 0% pada klasifikasi kurang sekali. Hasil penelitian pada tes keseimbangan *flamingo* untuk laki-laki 10 0% dan perempuan 0% pada klasifikasi jelek sekali dan Hasil penelitian pada *Hardvard step test* untuk laki-laki 0% dan perempuan 0% pada klasifikasi kurang sekali.

Kata kunci: Jasmani adaptif, Tes kebugaran fisik Eurofit, tunadaksa

Abstract: *Adaptive physical fitness is a system designed to solve problems in the psychomotor domain for children with special needs. Where, special schools (SLB) are the place for implementing adaptive physical education in addition to inclusive schools. So, this research was conducted at one of the special schools (SLB) in West Lombok, based on the results of observations where the school had never conducted an adaptive physical fitness test for students with special needs with disabilities. This study will use the Eurofit test which consists of the Bent arm hang test; The sit and reach; 50 meter running test; Flamingo balance test; Hardvard step test. The research was conducted descriptively with male and female subjects. The results of the research on the Bent arm hang test for men 100% and women 0% in the classification of very bad. The results of the study on the sit and reach test for men 100% and women 0% in the classification of very poor. The results of the study on the 50 meter run test for 100% males and 0% females were classified as very poor. The results of research on the flamingo balance test for men 0% and women 0% in the classification of very poor and the results of research on the Hardvard step test for men 0% and women 0% in the classification of very poor.*

Keywords: *Adaptive physical fitness, Eurofit physical fitness test, disability.*

PENDAHULUAN

Di dalam sistem kesehatan nasional disebutkan bahwa, tujuan pembangunan kesehatan adalah tercapainya hidup sehat bagi penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang optimal, sebagai salah satu unsur kesejahteraan umum dari tujuan nasional (UU No. 23 / 1992 Bab II, Pasal 2 dan 3). Pengertian sehat menurut UU No. 23 / 1992 adalah suatu keadaan yang harmonis meliputi kesehatan badan, rohani (mental) dan sosial, bukan hanya keadaan bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan, tidak terkecuali pada manusia yang mengalami disabilitas terutama pada anak-anak atau yang biasa disebut dengan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) merupakan anak yang mengalami gangguan fisik, mental, inteligensi, dan emosi sehingga membutuhkan pembelajaran secara khusus. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) dianggap berbeda dengan anak normal. Oleh karena itu, anak berkebutuhan khusus membutuhkan perhatian yang lebih dari anak normal. Dengan kekurangannya, ABK memiliki keterbatasan dalam berbagai macam hal, salah satunya adalah keterbatasan dalam gerak (psikomotor).

Salah satu jenis disabilitas yang banyak disandang anak-anak adalah tunadaksa. Tunadaksa masuk ke dalam kelas D dalam sekolah luar biasa. Darmawan. D. D (2019) Tunadaksa adalah seseorang yang mengalami kekurangan yang dapat dilihat dari fisik yaitu kelainan pada anggota tubuh baik otot-otot dan saraf pada anggota tubuh. Tunadaksa dapat diartikan kelainan atau ketidaksempurnaan pada sistem otot, syarat, persendian, tulang yang menyebabkan gangguan perkembangan, pertumbuhan, komunikasi, dan gangguan gerak tubuh. Ada juga yang berpendapat jika tunadaksa terjadi karena rusak atau terganggunya bentuk atau sistem pada otot, tulang, dan sendi pada fungsi yang normal menjadi tidak normal (Pangestu, dkk, 2022).

Anak berkebutuhan khusus khususnya anak tunadaksa juga memiliki hak yang sama dalam memperoleh pendidikan khususnya dalam olahraga. Olahraga pendidikan merupakan pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani. Darmawan. D. D (2019) Anak tunadaksa memiliki hak untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani melalui olahraga pendidikan yang disesuaikan dengan kondisi anak tunadaksa atau biasa disebut pendidikan jasmani adaptif. Taufan, J., dkk (2018) 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.

Berdasarkan latar belakang diatas, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di salah satu sekolah khusus (SLB) yang berada di lombok barat dengan judul “*Survey* tingkat kebugaran jasmani adaptif pada anak tuna daksa.

METODE

Metode yang digunakan adalah peneltian deskriptif teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling dimana Hasil dari penelitian ini berupa deskriptif yaiyu *Survey* tingkat kebugaran jasmani adaptif anak tunadaksa di SLB Negeri 1 Lombok Barat yang berjumlah 1anak tunadaksa dengan jenis kelamin putra. Selanjutnya dalam penelitian ini menggunakan tes Eurofit yang telah terstandarisasi serata baterai tes yang dirancang oleh Dewan Eropa untuk anak-anak sekolah dasar dan telah digunakan dibanyak sekolah Eropa sejak tahun 1988. Tesnya dirancang agar dapat dilakukan dalam waktu 35 hingga 40 menit menggunakan peralatan sederhana da lima tes tersebut adalah tes standar yang direkomendasikan untuk pengujian anak usia sekolah terkhususkan pada anak berkebutuhan khusus (ABK).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui gambaran tingkat kebugaran jasmani adaptif pada anak tunadaksa di SLB Negeri 1 Lombok Barat dengan instrumen tesnya yaitu tes Eurofit menggunakan beberapa tes kebugaran yang telah disesuaikan untuk anak berkebutuhan khusus diantaranya adalah pegangan dengan *Bent Arm Hang Test*, *The sit and reach* (duduk dan menjangkau), *Harvard Step test*, Lari 50 meter, dan *Flaminggo Balance test*.

Berikut rincian deskripsi statistik hasil tes tersebut :

1. Hasil tes tingkat kebugaran jasmani adaptif (*Bent arm hang test*)

	Siswa	Klasifikasi										Jumlah	
		SB		B		S		J		SJ			
Putra	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	%	
	0	0	0	0	0	0	1	100%	0	0%	1	100	
Putri	0	0	0	0	0	0	0	0%	0	0%	0	0	
jumlah	0	0%	0	0%	0	0%	1	100%	0	0%	1	100%	

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa tingkat kebugaran jasmani di SLB Negeri 1 Lombok Barat sebagai berikut : (1) Laki-laki: Terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi sangat baik, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi baik, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi sedang, terdapat 1 siswa atau 100% dalam klasifikasi jelek, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi jelek sekali; dan (2) Perempuan: Terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi sangat baik, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi baik, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi sedang, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi jelek, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi sangat jelek.

2. Hasil tes tingkat kebugaran jasmani adaptif (*The sit and reach*)

sis	Siswa	Klasifikasi										Jumlah	
		SB		B		S		J		SJ			
L	Putra	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	%
		0	0	0	0	0	0	1	100%	0	0%	1	100
	Putri	0	0	0	0	0	0	0	0	0%	0	0	
	jumlah	0	0%	0	0%	0	0%	1	100%	0	0%	1	100%

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa tingkat kebugaran jasmani di SLB Negeri 1 Lombok Barat sebagai berikut: (1) Laki-laki: Terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi baik sekali, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi baik, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi sedang, terdapat 1 siswa atau 100% dalam klasifikasi kurang, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi kurang sekali; dan (2) Perempuan: Terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi baik sekali, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi baik, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi sedang, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi kurang, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi kurang sekali.

3. Hasil tes tingkat kebugaran jasmani adaptif (Tes lari 50 meter)

s	Siswa	Klasifikasi										Jumlah	
		SB		B		S		J		SJ			
L	Putra	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	%
		0	0	0	0	0	0	1	100%	0	0	1	100
	Putri	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
jumlah		0	0%	0	0%	0	0	1	100%	0	0	1	100%

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa tingkat kebugaran jasmani di SLB Negeri 1 Lombok Barat sebagai berikut: (1) Laki-laki: Terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi baik sekali, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi baik, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi sedang, terdapat 1 siswa atau 100% dalam klasifikasi kurang, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi kurang sekali; dan (2) Perempuan: Terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi baik sekali, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi baik, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi sedang, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi kurang, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi kurang sekali.

4. Hasil tes tingkat kebugaran jasmani adaptif (Tes keseimbangan *flamingo*)

s	Siswa	Klasifikasi										Jumlah	
		SB		B		S		J		SJ			
L	Putra	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	%
		0	0	0	0	0	0	1	100%	0	0%	1	100
	Putri	0	0	0	0	0	0	0	0%	0	0%	0	0
jumlah		0	0%	0	0%	0	0%	1	100%	0	0%	1	100%

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa tingkat kebugaran jasmani di SLB Negeri 1 Lombok Barat sebagai berikut: (1) Putra: Terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi sangat baik, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi baik, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi sedang, terdapat 1 siswa atau 100% dalam klasifikasi jelek, terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi jelek sekali; dan (2) Putri: Terdapat 0 siswa atau 0% dalam klasifikasi sangat baik, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi baik, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi sedang, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi jelek, terdapat 0 siswi atau 0% dalam klasifikasi jelek sekali.

5. Hasil tes tingkat kebugaran jasmani adaptif (*Hardvard step test*)

Kelas	Siswa	Klasifikasi										Jumlah	
		SB		B		S		J		SJ			
L	Putra	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	0%	Σ	%
				0	0	0	0	0	0	0	0%	0	0%
	Putri	0	0	0	0	0	0	0	0%	0	0%	0	0
jumlah		0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%

Berdasarkan data tabel di atas, menunjukkan bahwa tingkat kebugaran jasmani adaptif pada anak tunadaksa di SLB 1 Lombok Barat pada klasifikasi kurang sekali. Dimana Sekolah hanya memiliki 1 anak penyandang tunadaksa berjenis kelamin putra sehingga pelaksanaan terlihat kurang konsisten dapat diberikan dan hasilnya anak tunadaksa tidak dapat mencapai tujuan dalam pendidikan jasmani adaptif yang telah ditetapkan. Darmawan. D. D (2019) menuliskan tujuan dari pendidikan jasmani adaptif adalah untuk membantu anak berkebutuhan khusus mencapai atau meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, baik dari sisi kognitif, afektif, dan psikomotor melalui program pendidikan jasmani khusus yang dirancang sedemikian rupa dengan menanamkan nilai-nilai dan sikap positif terhadap keterbatasan. Selain itu, Crowe dalam Abdoellah, (1996) menuliskan tujuan khususnya pendidikan jasmani adaptif adalah untuk menolong peserta didik mencapai tujuan umum yaitu: menolong siswa mengoreksi kondisi yang dapat diperbaiki, membantu siswa melindungi diri sendiri dan kondisi apapun yang akan memperburuk keadaannya melalui aktivitas jasmani tertentu, memberikan kepada siswa kesempatan untuk mempelajari dan berpartisipasi dalam sejumlah macam olahraga dan aktivitas jasmani waktu luang yang bersifat rekreatif, menolong siswa memahami keterbatasan kemampuan jasmani dan mentalnya, membantu siswa melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan memiliki harga diri, membantu siswa dalam mengembangkan pengetahuan dan apresiasi terhadap mekanika tubuh yang baik dan menolong siswa memahami dan menghargai berbagai macam olahraga yang dapat dinikmatinya sebagai penonton.

Selain itu juga, dengan pendidikan jasmani adaptif diharapkan anak tunadaksa dapat memenuhi kebutuhannya dalam berinteraksi sosial. Pengidap kelainan tunadaksa juga mempunyai kebutuhan yang sama seperti manusia normal lainnya, yaitu berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain. Namun karena adanya keterbatasan dan kelainan itu, pengidap tunadaksa sangat sering dikucilkan dan hanya dipandang sebelah mata oleh orang normal lain di lingkungannya. Itu menyebabkan orang yang mengidap kelainan tunadaksa berkurang kepercayaan dirinya, karena merasa tidak ada dukungan dari lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Kondisi ini dapat berpengaruh pada kemampuan diri dalam bersosialisasi dan berinteraksi sosial kepada orang lain dan pergaulan sehari-hari di kehidupannya. (Laora 2016).

KESIMPULAN

Kesimpulan dari data diatas tentang gambaran tingkat kebugaran jasmani adaptif pada anak tunadaksa di SLB Negeri 1 Lombok Barat berdasarkan tes Eurofit pada 5 jenis tes dimana menunjukkan hasil yang kurang sekali pada setiap tesnya. Hasil penelitian pada tes *Bent arm hang test* untuk laki-laki 100% dan perempuan 0% pada klasifikasi jelek sekali. Hasil penelitian pada tes *The sit and reach* untuk laki-laki 100% dan perempuan 0% pada klasifikasi kurang sekali. Hasil penelitian pada tes lari 50 meter untuk laki-laki 100% dan perempuan 0% pada klasifikasi kurang sekali. Hasil penelitian pada tes keseimbangan *flamingo* untuk laki-laki 10 0% dan perempuan 0% pada klasifikasi jelek sekali dan Hasil penelitian pada *Hardvard step test* untuk laki-laki 0% dan perempuan 0% pada klasifikasi kurang sekali.

REKOMENDASI

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, terlihat nilai yang kurang sekali pada tingkat kebugaran jasmani adaptif anak tunadaksa. Salah satunya faktor yang terlihat adalah jumlah siswa tunadaksa yang sangat kurang sehingga interaksi sosial kurang bisa dilakukan. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya adalah “pengaruh interaksi sosial terhadap tingkat kebugaran jasmani adaptif pada anak tunadaksa”.

UCAPAN TERIMAKASIH

Selama proses penelitian berjalan telah banyak pihak-pihak yang berkontribusi, khususnya pihak sekolah SLB 1 Lombok barat untuk guru dan semua staf serta orangtua anak tunadaksa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdoellah, A. (1996). Pendidikan jasmani adaptif. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Astiti (2022). Karakteristik dan Pendidikan Anak Tunadaksa dan Tunalaras. http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/194808011974032-ASTATI/Karakteristik_Pend_ATD-ATL.pdf
- Darmawan, D.D (2019). Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif pada anak tunadaksa di SLB negeri tamanwinangun. Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1991). Peraturan Pemerintah RI No. 72/1991 tentang Pendidikan Luar Biasa. Jakarta.
- Laora, Jumiati. 2016. “Konsep Diri Penyandang Tuna Daksa Di Kota Pekanbaru.” Jom Fisip 3(2).
- Karyana, A. & Widati, S. (2013). Pendidikan anak berkebutuhan khusus tunadaksa. Jakarta: Luxima Metro Media.
- Pangestu., dkk (2022). Karakteristik dan model pendidikan bagi anak Tunadaksa. Edification jurnal pendidikan agama islam, Vol. 4 No. 2
- Taufan, J.,dkk (2018). Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif bagi anak dengan hambatan fisik dan motorik, Vol. 2 No.2