

PELAKSANAAN KEGIATAN EKSTRAKURIKULER YOGA BAGI SISWA DENGAN AUTISME DI SLB DIAN KUSUMA JAKARTA BARAT

(Penelitian Kualitatif Kelas III di SLB Dian Kusuma Jakarta Barat)

(2019)

Yosi Gita Sari

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Yoga bagi siswa dengan autisme kelas III di SLB Dian Kusuma Jakarta Barat. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Perencanaan program kegiatan ekstrakurikuler yoga adalah guru membuat PPI yang berpedoman kepada tahapan dan jenis gerakan yoga yang dimuat dalam buku "*Yoga for Children with Autism*" yang dikembangkan oleh lembaga pelatihan Yoga yaitu "Dhiar Yoga". (2) Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Yoga adalah menggunakan gerakan asana yoga dan memiliki tiga tahapan yaitu tahapan pemanasan, penguatan dan rileksasi (3) Bentuk evaluasi yang diberikan pada ekstrakurikuler yoga berbentuk kualitatif. Evaluasi diperoleh dari observasi selama pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler berlangsung dan dibuat dalam bentuk laporan harian kemudian disimpulkan per semester di rapor. (4)

Kata kunci: Ekstrakurikuler, Yoga, Autisme