

BAB II

KAJIAN TEORETIS

A. Konsep Penelitian Tindakan

Sudah lebih dari sepuluh tahun yang lalu penelitian tindakan kelas dikenal dan ramai dibicarakan dalam dunia pendidikan. Istilah dalam bahasa Inggris adalah *Classroom Action Research* (CAR). Mengetahui namanya sudah menunjukkan isi yang terkandung di dalamnya, yaitu sebuah kegiatan penelitian yang dilakukan di kelas.⁴

Penelitian Tindakan didefinisikan oleh Carr dan Kemmis yang dikutip di dalam buku Hamzah B. Uno sebagai berikut "*Action Research is a form reflective enquiry undertaken by participant (teacher, student or principals, for example) in social (including educational) situation in order to improve the rationality and justice of (a) their own social or educational practice, (b) theirs understanding of these practice, and the situation (and institution) in which the practice are carried out*".⁵

Menurut O'Brien penelitian tindakan dilakukan ketika sekelompok orang (siswa) didefinisikan permasalahannya, kemudian peneliti (guru) menetapkan suatu tindakan untuk mengatasinya.⁶ Selama tindakan berlangsung, peneliti melakukan pengamatan perubahan perilaku siswa dan faktor – faktor yang menyebabkan tindakan yang dilakukan tersebut sukses atau gagal.

⁴ Suharsimi Arikunto, *Penelitian Tindakan Kelas* (Jakarta: Bumi Aksara, 2008) h.2

⁵ Hamzah B. Uno, *Menjadi Peneliti PTK yang Profesional* (Jakarta: Bumi Aksara, 2012) h.41

⁶ Endang, *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan* (Bandung: ALFABETA, 2013) h.60

Jika dicermati pengertian penelitian tindakan itu sendiri secara seksama, maka akan menemukan beberapa ide pokok sebagai berikut.

1. Penelitian tindakan adalah suatu bentuk inkuiri atau penyelidikan yang dilakukan melalui refleksi diri.
2. Penelitian tindakan dilakukan oleh peserta didik yang terlibat dalam situasi yang diteliti, seperti guru, siswa atau kepala sekolah.
3. Penelitian tindakan dilakukan dalam situasi sosial, termasuk situasi pendidikan.
4. Tujuan penelitian tindakan adalah memperbaiki dasar pemikiran dan kepantasan dari praktik – praktik, pemahaman terhadap praktik tersebut, serta situasi atau lembaga tempat praktik tersebut dilakukan.⁷

Ide pokok di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan merupakan penelitian dalam bidang sosial, yang menggunakan refleksi diri sebagai metode utama, dilakukan oleh orang yang terlibat di dalamnya, serta bertujuan untuk melakukan perbaikan dalam berbagai aspek.

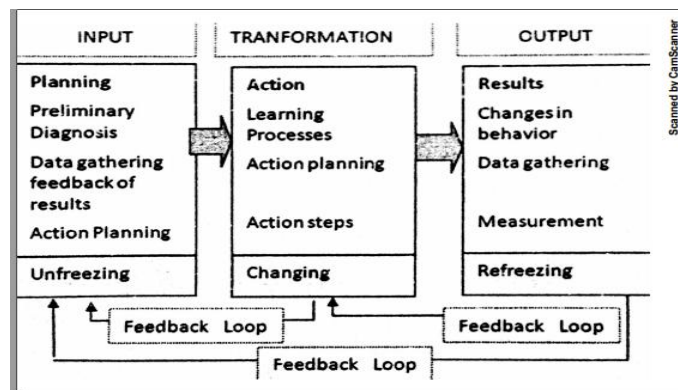
Jenis penelitian yang akan digunakan oleh penliti adalah Penelitian Tindakan Kelas atau bisa disebut dengan *Classroom Action Research* (CAR). Seperti yang sudah diketahui ada beberapa jenis model penelitian tindakan kelas yang dikemukakan oleh para ahli di antaranya.

a. Model Penelitian Tindakan Lewin

Lewin mengembangkan model *action research* dalam sebuah sistem yang terdiri dari sub *input*, *transformatin* dan *output*. Pada tahap *input* dilakukan diagnosis permasalahan awal yang tampak pada individu atau kelompok siswa. Data identifikasi masalah dikumpulkan berdasarkan umpan

⁷ Hamzah B. Uno, *Op.Cit.* h. 41

balik hasil evaluasi kinerja sehari – hari. Peneliti telah melakukan studi pendahuluan sebelum menetapkan tindakan penelitian atau penyusunan proposal. Dengan demikian, orang yang paling memahami masalah yang dihadapi subjek penelitian dan cara mengatasinya adalah peneliti itu sendiri.⁸



Gambar 2.1 System Model of Action Research Proses (Lewin: 1958)
Sumber : Endang, Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan (Bandung: ALFABETA, 2013)

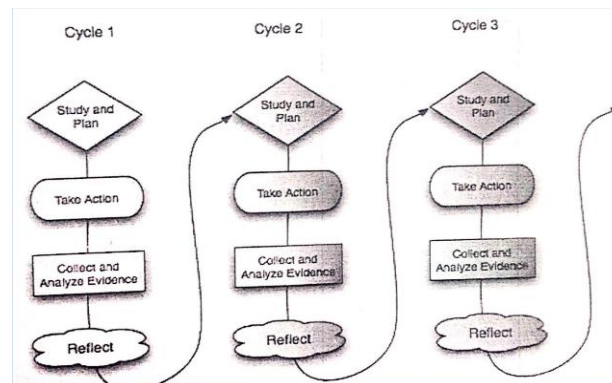
Pada tahap *transformation* dilaksanakan tindakan yang telah dirancang. Apabila penelitian tindakan diterapkan di kelas, maka pelaksanaan tindakan diintegrasikan pada proses pembelajaran. Perubahan perilaku yang diterapkan diobservasi selama pelaksanaan tindakan. Perubahan perilaku yang diharapkan tidak tercapai, maka penelitian dapat mengulangi proses yang terjadi pada *input* yaitu mengidentifikasi masalah dan merencanakan tindakan baru yang sesuai untuk mengatasi masalah (*feedback Loop A*). Sebaliknya, apabila terjadi perubahan perilaku yang

⁸ Endang, *Op.Cit.* h.68

diinginkan, pada tahap berikutnya dilakukan dengan pengukuran hasil (melalui tes/ujian) untuk mengetahui kemajuan yang sudah tercapai. Hasil penelitian ini kemudian dievaluasi untuk memutuskan perlu atau tidak perlu tindakan perbaikan berikutnya menggunakan rencana baru (*feedback Loop C*) atau perbaiki tindakan yang sudah direncanakan (*feedback Loop B*).⁹

b. Model Penelitian Tindakan Riel

Model ini dikembangkan oleh Riel yang membagi proses penelitian tindakan menjadi tahap-tahap: (1) studi dan perencanaan, (2) pengambilan tindakan, (3) pengumpulan dan analisis kejadian, (4) refleksi. Kemajuan pemecahan masalah melalui tindakan penelitian diilustrasikan pada gambar¹⁰



Gambar 2.2 Kemajuan Pemecahan Masalah dengan Penelitian Tindakan
Sumber : Endang, Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan (Bandung: ALFABETA, 2013)

Riel mengemukakan bahwa untuk memecahkan sebuah masalah diperlukan studi dan perencanaan. Masalah ditemukan berdasarkan pengalaman empiris yang ditemukan sehari – sehari. Setelah masalah

⁹ *Ibid.*, h.69

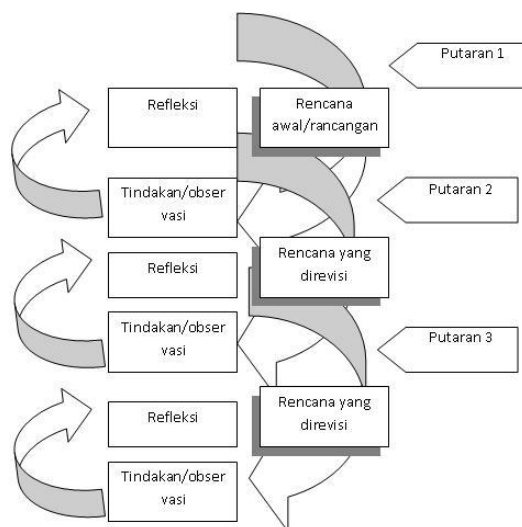
¹⁰ *Ibid.*, h. 69

teridentifikasi, kemudian direncanakan tindakan yang sesuai untuk permasalahan dan mampu dilaksanakan oleh peneliti. Perangkat yang mendukung tindakan (RPP, media) disiapkan pada tahap perencanaan. Setelah rencana selesai disusun dan disiapkan, tahap berikutnya adalah pelaksanaan tindakan. Data/informasi/kejadian yang ditemui dan menganalisisnya. Hasil analisis tersebut kemudian dipelajari, dievaluasi dan ditanggapi dengan cara tindak lanjut untuk menyelesaikan masalah yang masih ada. Putaran tindakan ini berlangsung terus, sampai masalah dapat di atasi.¹¹

c. Model Penelitian Tindakan Kemmis dan Taggart

Kemmis dan Taggart membagi prosedur penelitian tindakan dalam empat tahap kegiatan pada satu siklus yaitu : perencanaan – tindakan dan observasi – refleksi. Model penelitian tindakan tersebut sering diacu oleh para peneliti tindakan. Model Kemmis dan Taggart dapat disimak pada gambar

¹¹*Ibid.*, h. 69 – 70



Gambar 2.3 PTK Model Kemmis dan Taggart

Sumber: Endang, Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan (Bandung: ALFABETA, 2013)

Kegiatan tindakan observasi digabung dalam satu waktu, yaitu pada saat dilaksanakan tindakan sekaligus dilaksanakan observasi untuk mengamati perubahan perilaku siswa. Hasil – hasil observasi kemudian direfleksikan untuk merencanakan tindakan tahap berikutnya. siklus tindakan tersebut dilakukan secara terus menerus sampai peneliti puas, masalah terselesaikan dan peningkatan hasil belajar sudah maksimum atau sudah tidak perlu ditingkatkan lagi.¹²

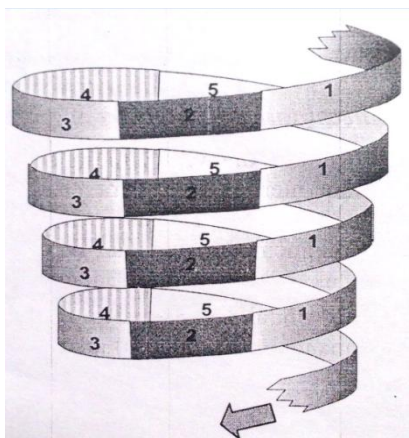
Hambatan dan keberhasilan pelaksanaan tindakan pada siklus pertama harus diobservasi, dievaluasi kemudian direfleksikan untuk merancang kegiatan pada siklus kedua. Pada umumnya tindakan pada siklus kedua merupakan tindakan perbaikan dari tindakan pada siklus pertama tetapi tidak

¹² *Ibid.*, h.70

menutup kemungkinan mengulang tindakan siklus pertama. Pengulangan tindakan dilakukan untuk meyakinkan peneliti bahwa tindakan pada siklus pertama telah atau belum berhasil.

d. Model Penelitian Tindakan DDAER

Tiga model PTK yang telah diterangkan sebelumnya telah memberikan contoh bahwa sebenarnya prosedur PTK sudah lazim dilakukan dalam program pembelajaran. Prosedur PTK akan lebih lengkap apabila diawali dengan kegiatan diagnosis masalah dan dilengkapi dengan evaluasi sebelum dilakukan refleksi. Desain lengkap PTK tersebut disingkat menjadi model DDAER (*diagnosis, design, action and observation, evaluation, and reflection*) dapat disimak pada gambar¹³



Gambar 2.4 Desain PTK Model DDAER

Sumber: Endang, Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan (Bandung: ALFABETA, 2013)

¹³*Ibid.*, h.71

1. Diagnosis masalah
2. Perancangan tindakan
3. Pelaksanaan tindakan dan observasi kejadian
4. Evaluasi
5. Refleksi

Dalam model tersebut, penelitian tindakan dimulai dari diagnosis masalah sebelum tindakan dipilih. Secara implisit, diagnosis masalah ini ditulis dalam latar belakang masalah. Setelah masalah didiagnosis, peneliti mengidentifikasi tindakan dan memilih salah satu tindakan yang layak untuk mengatasi masalah. Prosedur penelitian berikut hampir sama dengan prosedur pada model PTK yang lain. Berikut ini paparan contoh kegiatan yang dilakukan pada tahap diagnosis masalah, perancangan – tindakan – observasi – interpretasi – analisis data, evaluasi dan refleksi.

Beberapa ahli mengemukakan model penelitian tindakan dengan bagan yang berbeda, namun secara garis besar terdapat empat tahapan yang lazim dilalui yaitu, (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan dan (4) refleksi.¹⁴

Pengertian di atas dapat dicermati bahwa penelitian tindakan merupakan suatu bentuk kajian yang bersifat refleksi oleh pelaku tindakan,

¹⁴Suharsimi Arikunto, *Penelitian Tindakan Kelas* (Jakarta: Bumi Aksara, 2008) h.16

yang ditujukan untuk memperdalam pemahaman terhadap tindakan yang dilakukan selama proses pembelajaran, serta untuk memperbaiki kelemahan-kelemahan yang masih terjadi dalam proses pembelajaran tersebut.

B. Model Penelitian Tindakan

Model penelitian yang digunakan oleh peneliti sendiri adalah model Kemmis dan Taggart. Model ini terdiri dari empat langkah yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Untuk pelaksanaan sesungguhnya, jumlah siklus bergantung kepada permasalahan yang perlu diselesaikan.

Dikutip melalui buku Hamzah B. Uno model Kemmis dan Taggart merupakan pengembangan dari konsep dasar yang diperkenalkan oleh Kurt Lewin, hanya saja, komponen tindakan (*acting*) dengan pengamatan (*observing*) dijadikan sebagai satu kesatuan. Disatukannya kedua komponen tersebut disebabkan oleh adanya kenyataan bahwa implementasi *acting* dan *observing* merupakan dua kegiatan yang tidak terpisah. Kedua kegiatan haruslah dilakukan dalam satu kesatuan waktu, begitu berlangsungnya suatu tindakan begitu pula observasi juga harus dilaksanakan.¹⁵

Masing – masing langkah tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Tahap Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan peneliti menyusun rancangan tindakan seperti membuat rencana pelaksanaan pembelajaran, alat bantu dan permainan. Kemudian peneliti akan menjelaskan tindakan atau hal – hal yang akan dilakukan di dalam kelas.

¹⁵ Hamzah B. Uno, *Menjadi Peneliti PTK yang Profesional* (Jakarta: Bumi Aksara, 2012) h.87

2. Tahap Pelaksanaan (*Acting*)

Tahap ini peneliti melaksanakan semua yang telah disiapkan pada tahap perencanaan yang berhubungan dengan langkah – langkah dalam pembelajaran dan kegiatan yang telah direncanakan. Peneliti akan melakukan tahap pelaksanaan ini bersama dengan siswa.

3. Tahap Pengamatan (*Observing*)

Pada tahap observasi ini observer yaitu kolaborator mengadakan pengamatan dan mencatat semua hal yang diperlukan dan hal – hal yang terjadi selama pelaksanaan tindakan berlangsung.

4. Tahap Refleksi (*Reflecting*)

Pada tahap ini peneliti mendiskusikan dengan kolaborator mengenai hasil pengamatan yang dilakukan, kekuarangan maupun ketercapaian pembelajaran untuk menyimpulkan data atau informasi yang berhasil dikumpulkan sebagai pertimbangan perencanaan pembelajaran siklus berikutnya.

C. Kerangka Teoretik

1. Hakikat Belajar Gerak

Pengertian belajar gerak tidak terlepas dari pengertian belajar pada umumnya. Belajar gerak merupakan sebagian dari belajar. Belajar yang menekankan pada aktivitas berpikir bisa disebut belajar kognitif. Belajar yang menekankan pada aktivitas emosi dan perasaan bisa disebut belajar afektif.

Sedangkan belajar yang menekankan pada aktivitas gerak tubuh disebut belajar gerak. Setiap macam belajar mempunyai keunikannya masing-masing. Keunikannya bisa dilihat dalam hal-hal materi yang dipelajari, proses belajarnya, kondisi belajarnya, intensitas keterlibatan setiap unsur domain kemampuannya, serta hasil belajarnya.

Di dalam belajar gerak siswa setidaknya memahami gerakan agar mampu melakukannya, jika siswa sudah dapat memahami maka gerakan tubuh atau bagian tubuh dapat diekspresikan dengan baik dan benar. Proses belajar gerak keterampilan berlangsung dalam tiga tahapan atau fase.

Tiga fase belajar gerak menurut Fitts dan Ponser :

1) Fase Kognitif

Fase Kognitif merupakan tahap awal dalam belajar gerak keterampilan. Disini siswa berusaha untuk memahami bentuk gerakan yang dipelajari, kemudian mencoba untuk melakukan berulang-ulang. Pada fase ini aktivitas kognitif atau aktivitas berpikir masih menonjol karena harus berusaha memahami bagaimana bentuk gerakan dan bagaimana harus melakukannya.

2) Fase Asosiatif

Fase Asosiatif merupakan fase kedua dalam belajar gerak keterampilan yang membatasi antara fase kognitif dan fase asosiatif adalah dalam hal rangkaian gerakan yang bisa dilakukan oleh pelajar.

3) Fase Otonom

Fase Otonom merupakan fase akhir dalam belajar gerak keterampilan. Pada fase ini siswa mencapai tingkat penguasaan gerakan yang tertinggi.

Siswa bisa melakukan rangkaian gerakan keterampilan secara otomatis.¹⁶

Proses belajar gerak ada tiga fase, yaitu fase kognitif, asosiatif, dan otonom. Ketiga fase tersebut adalah proses belajar gerak siswa dari memulai untuk mencoba pembelajaran sampai dengan kemahiran yang dapat dilakukan secara otomatis.

2. Hakikat Tunagrahita

American Association on Mental (AMD) yang saat ini dikenal dengan AAMR (American Association Mental Retardation) mendefinisikan retardasi mental sebagai “*Mental retardation refers to sognofocantly subaverage general intelectual functioning existing concurently with deficit in adaptive behavior and manifested during the development period*”. Artinya, retardasi mental mengacu pada fungsi intelektual umum nyata di bawah rata – rata bersamaan dengan kekurangan perilaku adaptif dan terjadi pada masa perkembangan.¹⁷

Siswa tunagrahita merupakan salah satu siswa berkebutuhan khusus yang mengalami retardasi mental, hal ini disebabkan karena pekembangan otak dan fungsi syarafnya tidak sempurna. Pada umumnya perkembangan fisik setiap orang berkembang sesuai dengan fase pertumbuhan. Akan tetapi, perkembangan fisik pada sebagian siswa tunagrahita terhambat dan mengakibatkan masalah pada keterampilan geraknya.

Siswa tunagrahita adalah siswa yang memiliki keterbatasan yang signifikan pada kedua fungsi intelektual maupun kemampuan beradaptasi seperti keterbatasan adaptasi konsep, sosial, dan praktikal. Siswatunagrahita

¹⁶ Sugiyanto, *Belajar Gerak*, (Jakarta : 1993) h. 19

¹⁷ Juriana dan Tim, *Melek ABK, yuk* (Jakarta : CV. Alungdan Mandiri, 2016) h. 21

akan memiliki masalah ketika membaca, menulis, menghitung, mengingat, perhatian, dan kemampuan memecahkan masalah.¹⁸

Siswa tunagrahita bisa memiliki masalah dalam sensorisnya, motoriknya, belajarnya, dan tingkah lakunya. Semua ini mengakibatkan terganggunya perkembangan fisik anak. Hal ini karena sebagian besar siswa tunagrahita mengalami hambatan dalam merespon rangsangan yang diberikan lingkungan untuk melakukan gerak, meniru gerak dan bahkan ada yang memang fisiknya terganggu sehingga ia tidak dapat melakukan gerakan yang terarah dengan benar. Disatu sisi, siswa tunagrahita harus dapat mandiri, beradaptasi, dan bersaing dengan orang normal, di sisi lain ia tidak secara otomatis dapat melakukan aktivitas gerak. Secara tidak disadari akan berdampak kepada pengembangan dan peningkatan kemampuan fisik dan keterampilan geraknya.¹⁹

Siswa tunagrahita memahami hambatan dalam proses belajar yang terkait dengan ingatan (memori). Gangguan bisa terjadi pada proses asupan (input) informasi, pengolahan informasi, penyimpanan, maupun pengeluaran informasi. Pada siswa dengan kesulitan belajar seperti yang dialami oleh penderita tunagrahita, informasi diterima oleh otak bagian belakang, tetapi tidak dapat diungkapkan oleh otak bagian depan. Dengan kata lain, terdapat

¹⁸ V, Gregory Payne et,al., *Human Motor Development "a lifespan approach"* (New York: McGraw-Hill Companies, 2012) h.463

¹⁹ Noviantari, *Pedoman Bimbingan Jasmani Adaptif dan Olahraga Adaptif Bagi Penyandang Tunagrahita (Disabilitas Intelektual)* (Jakarta : Kementrian Sosial Republik Indonesia , 2010) h. 2

ketidakmampuan untuk menerangkan apa yang sudah dipelajari. Belajar dengan menggunakan seluruh otak, melalui pembaharuan pola bergerak merupakan jalan keluar sehingga siswa dapat menguasai bagian-bagian otak yang sebelumnya terhambat.²⁰

Siswa tunagrahita pada umumnya mempunyai kelemahan pada segi keterampilan gerak, fisik yang kurang sehat, koordinasi gerak, kurangnya perasaan dirinya terhadap situasi dan keadaan sekelilingnya. Dari faktor yang terjadi pada siswa tunagrahita ringan tersebut memerlukan kegiatan yang berkaitan dengan kesehatan diri dan jasmani, salah satunya dengan latihan yang dapat meningkatkan keterampilan gerak melalui gerak dasar melompat. Gerak dasar ini sangat penting dalam melakukan kemampuan aktivitas hidup sehari-hari secara mandiri. Gerakan tersebut merupakan gerakan fundamental yang harus dikuasai setiap orang.

Klasifikasi tingkat kecerdasan atau skor IQ siswa tunagrahita yang banyak digunakan pada sistem sekolah adalah klasifikasi menurut *The American Psychological Association (APA)* setiap siswa tunagrahita berbeda-beda, sehingga ada klasifikasi untuk membedakan kemampuan anak tunagrahita.

²⁰*Ibid.*, h. 3

1. Borderline IQ-nya 85 – 71
2. Mild mental retardation (tunagrahita ringan) IQ-nya 70 – 55
3. Moderate mental retardation (tunagrahita sedang) IQ-nya 55 – 40
4. Severe mental retardation (tunagrahita berat) IQ-nya 40 – 25
5. Profound mental retardation (sangat berat) IQ-nya 25 ke bawah.²¹

Tunagrahita itu sendiri juga dapat dikelompokkan menjadi 3 bagian yaitu:

1. Tunagrahita Ringan

Tunagrahita ringan memiliki banyak kelebihan dan kemampuan. Mereka mampu dididik dan dilatih. Misalnya, membaca, menulis, berhitung, menjahit, memasak, bahkan berjualan. Tunagrahita ringan lebih mudah diajak berkomunikasi. Selain itu kondisi fisik mereka tidak begitu mencolok. Mereka mampu berlindung dari bahaya apapun. Karena itu tunagrahita ringan tidak memerlukan pengawasan ekstra.

2. Tunagrahita Sedang

Tidak jauh berbeda dengan tunagrahita ringan. Tunagrahita sedang pun mampu diajak berkomunikasi. Namun, kelemahannya mereka tidak begitu mahir dalam menulis, membaca, dan berhitung. Tetapi, ketika ditanya siapa nama dan alamat rumahnya akan dengan jelas dijawab. Mereka dapat bekerja di lapangan namun dengan sedikit pengawasan. Begitu pula dengan perlindungan diri dari bahaya. Sedikit perhatian dan pengawasan dibutuhkan untuk perkembangan mental dan sosial tunagrahita sedang.

²¹ Juriana dan Tim, *Melek ABK yuk* (Jakarta: CV. Alungadan Mandiri, 2016) h.23

3. Tunagrahita Berat

Tunagrahita berat dalam kegiatan sehari-hari mereka membutuhkan pengawasan, perhatian, bahkan pelayanan yang maksimal. Mereka tidak dapat mengurus dirinya sendiri apalagi berindung dari bahaya.²²

Karakteristik mereka dapat ditinjau secara fisik, kognitif, dan sosial emosi yang diuraikan sebagai berikut :

- a. Karakteristik fisik pada anak tunagrahita ringan tidak begitu mencolok atau berbeda dibandingkan anak normal pada umumnya, hanya sedikit mengalami kelambatan dalam kemampuan sensomotorik.
- b. Karakteristik kognitif menurut Brown, Woley, dan Haring adalah sebagai berikut :
 1. Anak tunagrahita mampu mengetahui atau menyadari situasi, benda-benda, dan orang di sekitarnya, namun mereka tidak mampu memahami keberadaan dirinya.
 2. Mereka kesulitan untuk memecahkan masalah-masalah yang ada, tidak mampu membuat suatu rencana bagi dirinya sendiri, dan anak tersebut sulit memilih alternatif pilihan yang berbeda.
 3. Mereka sulit sekali untuk menuliskan simbol, angka, sehingga secara umum mereka memiliki kesulitan dalam bidang membaca, menulis, dan berhitung.
 4. Mereka mengalami kesulitan yang berarti dalam pengetahuan yang bersifat konsep dalam menempatkan dirinya dengan keadaan situasi lingkungannya.
- c. Karakteristik sosial emosi mereka lamban dalam mempelajari hali baru, sulit dalam mempelajari pengetahuan abstrak, selalu cepat lupa apa yang dipelajari jika tanpa latihan, kesulitan dalam menggeneralisasikan dan mempelajari hal baru, kemampuan bicara sangat kurang, kurang mampu menolong diri sendiri dan mengalami kesulitan dilaam berinteraksi.²³

²² Yani Meimulyani, *Media Pembelajaran Adaptif* (Jakarta: PT. Luxima Metro Media, 2013) h. 15 – 16

²³ Juriana dan Tim, *Op.Cit.* h. 25 – 26

3. Hakikat Hasil Belajar

Pendidikan di Indonesia tidak hanya diperuntukkan bagi siswa normal saja, tetapi juga bagi siswa-siswi yang punya kelainan atau keterbatasan yang umumnya disebut dengan anak luar biasa. Berkaitan dengan pendidikan jasmani adaptif, perlu ditegaskan bahwa siswa yang memiliki kelainan mempunyai hak yang sama dengan semua yang tidak memiliki kelainan dalam memperoleh pendidikan dan pembelajaran dalam setiap jenjang pendidikan.

Pendidikan untuk siswa berkebutuhan khusus membutuhkan suatu pola pelayanan tersendiri, khususnya bagi siswa dengan hendaya perkembangan fungsional (*children with developmental impairment*), hendaya perkembangan mengacu pada suatu kondisi tertentu dengan adanya hendaya intelegasi dan fungsi adaptif, dengan menunjukkan berbagai masalah dengan kasus yang berbeda-beda (Bandi Delphie, 2007: 145).²⁴

Pendidikan formal bagi siswa disabilitas biasanya diberikan oleh yayasan-yayasan atau Sekolah Luar Biasa (SLB). Setiap SLB mempunyai program kurikulum pendidikan dalam merehabilitasi, melatih, dan mendidik siswa disabilitas (pendidikan jasmani adaptif).

Pendidikan jasmani adaptif bagi siswa tunagrahita melibatkan guru pendidikan jasmani adaptif dan dapat menyusun program pengajaran

²⁴ Robertus, "Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Anak Tunagrahita di SMALB Darma Asih Pontianak Tahun 2012", Vol.1(1), h.3

sehingga dapat disesuaikan dengan keadaan siswa disabilitas dengan keterbatasan yang dimilikinya, jadi siswa tunagrahita harus diberikan perhatian yang lebih khusus.

Pendidikan jasmani yang diberikan pada siswa tunagrahita merupakan suatu alat untuk membantu mereka dalam melanjutkan kelangsungan hidupnya, setidaknya mereka dapat membentuk dirinya. Sedangkan untuk proses itu sendiri dapat diartikan sebagai kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam mencapai tujuan pengajaran, sedangkan hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya.

Horward Kingsley membagi tiga macam hasil belajar yakni keterampilan dan kebiasaan, pengetahuan dan pengertian, sikap dan cita-cita. Masing-masing jenis hasil belajar dapat diisi dengan bahan yang telah ditetapkan di dalam kurikulum. Sedangkan Gagne membagi hasil belajar dalam lima kategori yaitu informasi verbal, keterampilan intelektual, strategi kognitif, sikap, keterampilan motoris. Dalam sistem pendidikan nasional rumusan tujuan pendidikan baik tujuan kurikuler maupun tujuan instruksional, menggunakan klasifikasi hasil belajar dari Benjamin Bloom yang secara

garisbesar membaginya menjadi tiga ranah yaitu ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotor.²⁵

Penilaian dilakukan oleh guru terhadap hasil pembelajaran untuk mengukur tingkat kompetensi peserta didik, serta digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar, dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian dilakukan secara konsisten, sistematis, dan terprogram menggunakan tes dan non tes dalam bentuk tertulis atau lisan, pengamatan kinerja, pengukuran sikap, penilaian hasil karya berupa proyek dan/atau produk, portofolio, serta penilaian diri. Penilaian hasil pembelajaran menggunakan Standar Penilaian Pendidikan dan Panduan Penilaian Kelompok Mata Pelajaran.²⁶

Penilaian hasil belajar adalah segala macam prosedur yang digunakan untuk mendapat informasi mengenai unjuk kerja (*performance*) siswa atau seberapa jauh siswa dapat mencapai tujuan-tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.²⁷ Tujuan belajar bukan hanya sekedar menambah ilmu pengetahuan ataupun mengubah tingkah laku, tetapi agar yang dipelajari dan diaplikasikan ke dalam situasi baru yang belum pernah dihadapi sebelumnya.

²⁵ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: PT. Remaja Roskarya, 2009) h. 22

²⁶ Dini Rosdiani, *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* (Bandung, ALFABETA, 2012) h. 58-59

²⁷ Eveline Siregar, *Teori Belajar dan Pembelajaran* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2011) h.144

Dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh siswa setelah melalui proses belajar diharapkan dapat digunakan atau diterapkan pada bidang-bidang lain, bukan hanya berguna dalam mata pelajaran tertentu yang telah diterimanya. Oleh karena itu diperlukan pengetahuan dan kemampuan guru dalam menganalisis kemampuan awal dan karakteristik siswa.

Selanjutnya dapat dijelaskan bahwa proses belajar dapat berlangsung dengan penuh kesadaran, dapat pula dengan tidak kesadaran. Hasil belajar dapat berupa hasil yang utama, dapat pula berupa hasil efek sampingan.²⁸ Apabila memperhatikan penjelasan tersebut, maka dalam belajar akan menghasilkan perubahan-perubahan baik bersifat eksternal seperti kemampuan motorik dan berbicara. Hasil belajar tidak dapat langsung dilihat tanpa individu yang bersangkutan melakukan sesuatu yang telah diperoleh melalui hasil belajar.

Dalam hubungannya dengan proses belajar mengajar siswa tunagrahita adapun asesmen pada siswa tunagrahita berarti mengumpulkan data dalam rangka menentukan keadaan siswa tunagrahita. Keadaan siswa tunagrahita meliputi : keadaan kecerdasan, kemampuan adaptasi tingkah lakunya, tingkat perkembangannya, perkembangan bahasa, perkembangan keterampilan motorik, serta kondisi kesehatan secara umum.

²⁸ W.S Winkell, *Psikologi Pengajaran* (Yogyakarta: Media Abadi, 2003) h. 53

4. Hakikat Alat Bantu

Menurut Briggs media pembelajaran adalah sarana fisik untuk menyampaikan isi/materi pembelajaran seperti : buku, film, video dan sebagainya. Kemudian menurut National Education Association mengungkapkan bahwa media pembelajaran adalah sarana komunikasi dalam bentuk cetak maupun dalam bentuk pandang – dengar, termasuk dalam teknologi perangkat keras.²⁹

Media adalah bentuk-bentuk komunikasi baik tercetak maupun audiovisual serta peralatannya. Media hendaknya dapat dimanipulasi, dapat dilihat, didengar dan dibaca. Apapun batasan yang diberikan, ada persamaan di antara batasan tersebut yaitu bahwa media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima.³⁰

Bila media adalah sumber belajar, maka secara luas media dapat diartikan dengan manusia, benda, ataupun peristiwa yang memungkinkan siswa memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Dalam proses pembelajaran kehadiran media mempunyai arti yang cukup penting. Karena dalam kegiatan tersebut ketidakjelasan bahan yang disampaikan dapatdibantu dengan media sebagai perantara. Kerumitan bahan yang akan disampaikan kepada siswa dapat disederhanakan dengan bantuan media.

²⁹ Yani Meimulyani, *Media Pembelajaran Adaptif* (Jakarta: PT. Luxima Metro Media, 2013) h. 33

³⁰ Arief S. Sadiman. Dkk, *Media Pendidikan* (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2010) h. 7

Media dapat mewakili apa yang kurang mampu diucapkan melalui kata-kata atau kalimat tertentu bahkan keabstrakan bahan yang dikongkretkan dengan kehadiran media.³¹

Jadi kesimpulannya bahwa media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat menyalurkan pesan, dapat merangsang pikiran, perasaan dan kemauan manusia sehingga dapat mendorong terciptanya proses pembelajaran pada diri siswa.

Media pembelajaran itu sendiri memiliki beberapa fungsi untuk meningkatkan prestasi belajar siswa. Arief S. Sadiman dkk (2009: 17-18) mengemukakan bahwa secara umum media pendidikan mempunyai kegunaan sebagai berikut:³²

1. Memperjelas kajian pesan agar tidak terlalu bersifat verbalistik (dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan belaka)
2. Mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indra seperti misalnya:
 - a) Obyek terlalu besar bisa digantikan dengan realitas gambar, film bingkai, film dan model
 - b) Obyek yang kecil dibantu dengan proyektor mikro, film bingkai, film dan model

³¹ Saeful Bahri D, *Strategi Belajar Mengajar* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006) h. 120

³² Yoyo Bahagia, *Pengembangan Alat Pembelajaran Penjas* (Jakarta: Depdiknas Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah) h. 1

- c) Gerak yang terlalu lambat atau terlalu cepat dapat dibantu *high speed photography* atau *low speed photography*

Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan sikap DAP. Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pembelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajar. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya tidak terampil menjadi lebih terampil.

Cara-cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktivitas pembelajaran yang diberikan oleh guru dari awal hingga akhir pembelajaran. Beberapa aspek modifikasi ini tidak terlepas dari pengetahuan guru tentang tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan, evaluasi, keadaan sarana prasarana, dan alat pengajaran penjas yang dimiliki oleh sekolah akan mewarnai kegiatan pembelajaran itu sendiri.

Melakukan modifikasi sarana maupun prasarana tidak akan mengurangi aktivitas siswa dalam melaksanakan kegiatan pelajaran penjas. Melainkan sebaliknya siswa lebih aktif, karena siswa akan difasilitasi untuk lebih banyak bergerak, dengan pendekatan bermain dalam suasana riang gembira.

Alat-alat yang digunakan adalah alat-alat yang sudah jadi atau buatan pabrik dan juga buatan peneliti sendiri yang disesuaikan dengan karakteristik siswa dalam memenuhi kebutuhan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran gerak dasar melompat. Seperti yang telah diketahui, bahwa siswa tunagrahita sangat lambat daya tangkapnya penggunaan media pembelajaran dalam bentuk benda konkrit sangat menarik, karena siswa tunagrahita cepat bosan dan mudah beralih perhatiannya.

Alat yang akan digunakan dapat dirubah dan disesuaikan dengan karakteristik siswa dengan tujuan agar siswa tidak mengalami kesulitan dengan alat-alat tersebut dan mempermudah siswa dalam menggunakan alat tersebut sehingga siswa dapat mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan oleh peneliti. Media ganti alat yang digunakan dalam upaya peningkatan hasil belajar gerak dasar melompat adalah:

a. Matrass Puzzle

Matrass puzzle adalah sebuah matras yang memiliki bentuk seperti *puzzle* dan memiliki tanda huruf abjad ataupun angka di dalamnya. Matrass puzzle ini memiliki panjang dan lebar 30cm x 30cm serta ketinggian 1cm. Matras ini pun memiliki banyak sekali warna di dalamnya sehingga diharapkan akan sangat membantu selama proses pembelajaran.

Tujuan pembelajaran ini untuk meningkatkan daya tangkap siswa tunagrahita terhadap pembelajaran gerak dasar melompat serta membuat

siswa merasa senang dan termotivasi dalam melaksanakan gerakan. Tujuan yang paling penting adalah untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar melompat dan mempermudah siswa dalam memperbaiki gerakan tolakan dari satu matras ke matras yang lainnyadengan baik dan benar. Sedangkan untuk alat yang digunakan berupa 26 *matrass puzzle* dengan huruf abjad di dalamnya.

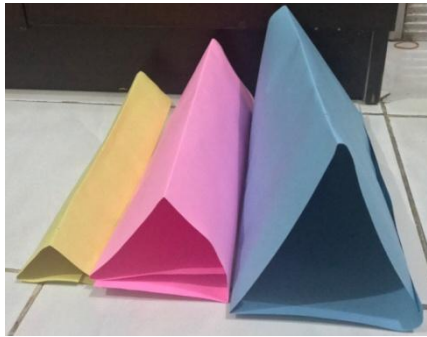


Gambar 2.5 Alat Bantu *Matrass Puzzle*
Sumber: Ilham Hidayah, 26 Maret 2019 pukul 19.41WIB

b. Limas Karton

Limas karton adalah jenis benda berbentuk limas segitiga dan terbuat dari bahan karton pengganti dari *cones* ataupun *marker* yang dibuat sendiri oleh peneliti. Limas karton ini sendiri dibuat menjadi 3 tahap yaitu dengan ketinggian 5cm serta panjang dan lebarnya 30cm x 5cm berwarna kuning, sedangkan untuk limas karton yang kedua dengan ketinggian 10cm serta panjang dan lebarnya 30cm x 10cm berwarna biru, dan untuk limas karton yang terakhir dengan ketinggian 15cm serta panjang dan lebarnya 30cm x 5cm berwarna merah muda.

Tujuan dari adanya limas karton ini sendiri adalah untuk menambah tingkat kesulitan dan menumbuhkan rasa percaya diri terhadap siswa tunagrahita bahwa mereka sesungguhnya mampu melakukan gerakan melompat dengan baik, benar dan sesuai dengan apa yang diharapkan oleh guru maupun peneliti. Sedangkan alat yang digunakan berupa 15 limas karton dengan tingkat ketinggian yang berbeda 5cm, 10cm, dan 15cm.



Gambar 2.6 Alat Bantu Limas Karton
Sumber: Kahisya Prawajasena, 27 Maret 2019 pukul 09.09WIB

5. Hakikat Melompat

Melompat adalah gerakan dasar yang terjadi ketika tubuh diproyeksikan ke udara dengan kekuatan yang dihasilkan dalam satu atau kedua kaki dan tubuh mendarat pada satu atau kedua kaki.³³

Melompat adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari satu titik ke titik lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu pada kaki dan mendarat dengan kaki/anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik.

³³ V. Gregory Payne and Larry D. Isaacs, *Human Motor Development A Lifespan Approach* (New York: The McGraw-Hill Companies, 2012) h. 362

a. Melompat Horizontal

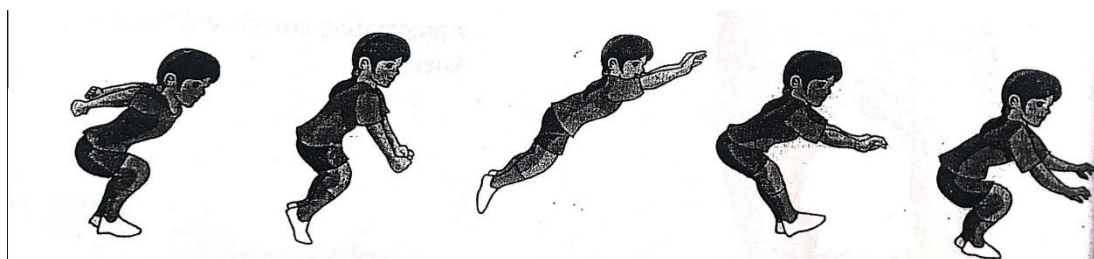
Lompatan horizontal dapat dilakukan dengan melepas salah satu atau dua kaki, tetapi mendarat dengan keduanya. Ketika lepas landas dengan satu kaki, anak – anak biasanya berlari sampai titik lepas landas. Metode ini paling umum dalam olahraga seperti lompat jauh, atau snema ketika melompati *vault*. Dalam banyak hal, lepas landas dengan satu kaki menyerupai lompatan, kecuali dengan lompatan horizontal, pendaratan lebih stabil karena di kedua kaki.³⁴

Melompat horizontal pada usia 3 – 5 tahun biasanya akan menemukan beberapa kesulitan seperti tingkat tekukan lutut tidak konsisten pada saat posisi persiapan, kesulitan menggunakan kaki secara bersamaan untuk lepas landas dan mendarat, saat lepas landas kaki tidak sepenuhnya meregang, tubuh didorong ke atas dengan sedikit penekanan pada panjang lompatan, dan ayunan lengan terbatas.

Maka ada beberapa isyarat agar dapat melakukan gerakan lompat horizontal secara tepat yaitu: (1) tekuk lutut untuk memungkinkan dorongan yang lebih kuat dengan melibatkan otot pinggul, lutut, dan pergelangan kaki, (2) ayunkan lengan ke belakang dan ke depan untuk mengangkat tubuh ke atas dan ke depan, (3) condongkan tubuh ke depan dan regangkan tangan untuk menyentuh langit untuk mengangkat tubuh ke depan, (4) lepas landas

³⁴ Teo-Koh Sock Miang, *Fundamental Movement Skills For Growing Active Learners* (Singapore: Singapore Sports Council, 2010) h. 65

dengan kedua kaki untuk mencapai keseimbangan karena berat tubuh didistribusikan secara merata pada kedua kaki, (5) mendorong dengan bola kaki untuk menghasilkan pengangkatan ke atas dan ke depan yang kuat, dan (6) tekuk lutut saat mendarat agar tetap dekat dengan permukaan tanah.³⁵



Gambar 2.7 Melompat Horizontal

Sumber: Teo-Koh Sock Miang, *Fundamental Movement Skills For Growing Active Learners* (Singapore: Singapore Sports Council, 2010)

Adapun tahapan yang dilakukan siswa dalam pelaksanaan gerak dasar lompat horizontal :

1. Tahapan Awal



- Lakukan posisi siap lompat

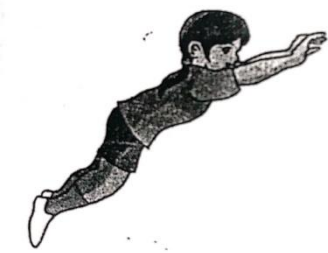
³⁵*Ibid*, h. 77

- Tekuk lutut ayunkan lengan ke belakang dengan semangat dan rendahkan lutut, dan tarik nafas

2. Tahapan Pelaksanaan



- Lakukan lompatan dengan mengayunkan kedua lengan ke depan dan rendahkan lutut, kemudian lompat ke depan
- Hembuskan nafas dan melompat ke depan dengan kedua kaki membentuk sudut 45 derajat, rentangkan kaki yang kuat untuk membentul lompatan yang kuat



- Sewaktu melayang di udara, rentangkan badan dengan lengkungan punggung, lengan diangkat ke atas di depan kepala sedikit ke depan, dan tahan pinggul ke depan

- Majukan kaki dan tubuh bagian atas ke depan sambil mengangkat pinggul
- Rentangkan tumit ke depan sambil mengayunkan lengan ke bawah melalui kaki
- Usahakan kaki sedikit terbuka dan sejajar satu sama lain selama melayang
- Tahan kepala ke depan dan fokuskan beberapa meter ke depan setiap saat

3. Tahapan Akhir



- Lakukan teknik lompatan dan melayang yang benar
- Rentangkan lutut ke depan di dalam jarak tertentu



- Mendarat di atas matrass dengan tumit terlebih dahulu
- Ayunkan lengan ke bawah melewati lutut dan pinggul
- Bengkokkan lutut dengan tajam untuk meredam

D. Kerangka Berpikir

Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah masih cenderung tidak terlalu menggunakan alat untuk menunjang peningkatan proses pembelajaran di sekolah. Guru menggunakan alat seadanya atau bahkan tidak menggunakan alat sama sekali. Dengan tidak adanya alat pembelajaran maka akan menurunkan minat belajar siswa sehingga turut menurunkan proses pembelajaran. Bila terdapat alat pembelajaran pun, alat itu terlalu sulit digunakan untuk siswa tunagrahita.

Dengan demikian hal ini memiliki efek terhadap siswa yang memiliki keterampilan yang kurang baik akan mengalami kesulitan dalam menggunakan alat tersebut. Penggunaan alat yang tidak didukung dengan model pembelajaran yang tepat, maka akan membuat tujuan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tidak mencapai poin terpentingnya. Suasana

yang kurang menyenangkan dan menggembirakan itu akan membuat siswa kurang termotivasi dalam mengikuti pembelajaran jasmani di sekolah.

Penyelenggaraan program pendidikan jasmani harus memperhatikan perubahan kemampuan kondisi siswa, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Pendidikan yang dilakukan memperhatikan karakteristik tingkat perkembangan dan tingkat kematangan siswa itu sendiri. Sehingga peneliti mampu menerapkan alat dan model yang tepat dalam melaksanakan pendidikan jasmani di sekolah. Dengan begitu, siswa dapat memahami dan menerima makna dari pelajaran yang diberikan oleh guru serta dapat menerapkannya di lapangan.

Alat bantu adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh peneliti agar proses pembelajaran dapat menciptakan perubahan yang positif terhadap siswa. Peneliti menganalisis sekaligus mengembangkan materi pembelajaran dengan cara menurunkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam proses pembelajaran. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan dan membelajarkan peserta didik yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya tidak terampil menjadi lebih terampil.

Dari penjelasan di atas, maka dapat dibuat sebuah sintesis yang akan diuji yaitu dengan menggunakan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar melompat pada kelas I SLB bagian – C Kembar Karya Pembangunan Bunga Rampai Jakarta Timur.