

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak adalah permata yang diberikan oleh Allah SWT kepada kita. Allah SWT memberikan-Nya kepada kita karena kita dipercaya untuk menjaganya, melindunginya, dan mendidiknya menjadi manusia yang utuh. Setiap bayi lahir mempunyai kemampuan dan kecerdasan luar biasa yang masih terpendam dalam dirinya. Kitalah sebagai orang tua dan tenaga pendidik yang harus menggali, mengembangkan, sehingga potensi yang tersimpan itu nantinya bisa menjadi bekal hidupnya di masa depan.

Ketika sebagai orang tua dan pendidik dengan kesabaran, keikhlasan dan kelembutan mendidik anaknya dengan sungguh-sungguh, maka permata yang diberikannya akan semakin besinar. Namun sebaliknya, saat orang tuanya membiarkannya atau bahkan “membunuh” potensi hebat yang ada dalam dirinya, entah sadar maupun tidak sadar, maka permata itu lambat laun kecermelangannya akan pudar, dan akhirnya akan menjadi logam tidak berguna.

Tidak seperti manusia yang terlahir normal, anak tunagrahita mengalami keterlambatan dalam berbagai hal mulai dari pertumbuhan, kecerdasan otak dan perkembangan gerak. Anak Tunagrahita adalah

seseorang yang memiliki keterlambatan dalam kemampuan intelektual ditandai dengan IQ <70 menurut skala Wechsler. Salah satu penyebabnya adalah kerusakan pada fungsi otaknya dan kelainan jumlah kromosom yang dimiliki. Ini yang menyebabkan anak tunagrahita yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan gerak mereka salah satunya fungsi koordinasi gerak mereka. Sebagian besar orang tua akan panik ketika mengetahui anaknya mengalami ketunagrahitaan. Mereka berpikir bahwa seorang tunagrahita tidak mampu melakukan kegiatan apapun sehingga hanya pasrah dan tidak melatih mereka agar merangsang bergerak. Ini membuat anak tunagrahita mempunyai daya tahan yang rendah, disamping itu alat gerak tubuh mereka menjadi kaku karena tidak adanya aktifitas bagi mereka yang membuat mereka tertarik bergerak.

Sedangkan untuk masalah perkembangan gerak sendiri bagi anak tunagrahita yaitu kebanyakan dari mereka tidak bisa melakukan gerakan sederhana seperti berlari dan melompat ataupun gerakan yang membutuhkan keseimbangan koordinasi mata, tangan dan kaki juga mereka terlambat untuk menerima informasi yang diberikan.

Setiap anak membutuhkan stimulasi untuk mengembangkan gerak dasar lokomotifnya termasuk anak tunagrahita. Akan tetapi kebutuhan stimulasi bagi anak tunagrahita akan berbeda dengan tingkat ketunagrahitaan anak tersebut dan yang tidak mengalami

hambatan. Karena kemampuan dan kebutuhan masing-masing anak berbeda. Diperlukan metode yang tepat sehingga dalam meningkatkan gerak motorik kasar tidak menjadi suatu hal yang membosankan dan berlangsung menyenangkan karena perkembangan fisik sangat erat kaitannya dengan perkembangan motorik anak.

Senam otak (*Brain Gym*) adalah serangkaian latihan gerak sederhana untuk memudahkan kegiatan belajar dan penyesuaian dengan aktivitas sehari-hari. Senam otak terkait dengan ilmu gerak tubuh, yaitu gerakan tubuh yang disatukan dan dipadukan, sehingga dapat membantu mengoptimalkan fungsi dari otak.

Senam otak akan memfasilitasi agar bagian otak kanan dan otak kiri dapat bekerja secara seimbang. Dimensi *lateralis*, yang mendapat rangsangan adalah otak kiri dan kanan, sedangkan dalam dimensi pemfokusan, gerakan senam otak pun berupaya meringankan atau merileksasi otak belakang dan bagian otak depan. Dimensi pemusatan, gerakan senam otak juga merangsang sistem yang terkait dengan perasaan/emosional, yakni otak tengah (sistem limbik) dan otak besar. Gerakan senam otak pada cerebrum dapat menstimulasi fungsi cerebrum. Aplikasi gerakan senam otak pada cerebellum terdiri dari gerakan keseimbangan, koordinasi gerak otot, keterampilan motorik halus dan motorik kasar. Tujuan penelitian ini adalah

mengidentifikasi lokomotor lari pada anak tunagrahita sebelum intervensi, sesudah intervensi dan pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan intervensi senam otak (*brain gym*).

Sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor lari anak tunagrahita kategori sedang dalam penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan suatu model latihan yang menuntut mereka untuk melakukan gerak motorik kasarnya. Salah satu cara meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor adalah dengan menggunakan senam otak (*brain gym*). Melalui *brain gym* ini anak diajarkan keterampilan gerak melalui variasi senam dengan cara yang menyenangkan. Latihan ini juga diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari anak tunagrahita.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh latihan senam otak (*brain gym*) terhadap keterampilan gerak dasar lokomotor lari pada anak tunagrahita kategori sedang. Penelitian ini diharap dapat menjadi salah satu solusi dalam upaya menangani dan meningkatkan gerak dasar lokomotor anak tunagrahita dalam kehidupan sehari-hari, dan juga untuk meningkatkan fungsi-fungsi perkembangan lainnya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka diidentifikasi menjadi beberapa masalah seperti dibawah ini :

1. Apakah pengertian dari senam otak?
2. Apa manfaat dari pemberian latihan senam otak untuk anak tunagrahita kategori sedang?
3. Apa saja faktor penyebab keterlambatan keterampilan motorik anak tunagrahita kategori sedang?
4. Apakah latihan senam otak merupakan stimulus yang tepat untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor lari anak tunagrahita kategori sedang?
5. Apa saja variasi latihan senam otak yang dapat meningkatkan kemampuan keterampilan gerak dasar lokomotor lari pada anak tunagrahita kategori sedang?
6. Bagaimana peran latihan senam otak dapat meningkatkan gerak dasar lokomotor lari anak tunagrahita kategori sedang?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi, yaitu: Pengaruh Latihan Senam Otak (*Brain GYM*) Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Locomotor Lari Pada Anak Tunagrahita Di *Special Olympics* Indonesia.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan diatas, maka masalah yang akan diteliti secara lebih rinci dapat dirumuskan sebagai berikut :Apakah fungsi gerak dasar lokomotor anak tunagrahita di kategori sedang di *Special Olympics* Indonesia dapat meningkat saat diberi latihan senam otak (*brain gym*).

E. Kegunaan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar lokomotor lari anak tunagrahita sebelum diberikan latihan senam otak.
2. Pengaruh latihan senam otak terhadap keterampilan gerak dasar lokomotor lari anak tunagrahita.
3. Hasil penelitian dapat digunakan untuk mengembangkan potensi dalam diri anak tunagrahita melalui bidang olahraga.
4. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi untuk latihan bagi anak tunagrahita.