

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengetahuan tentang kebugaran jasmani saat ini sangatlah penting bagi mereka yang berkecimpung di dunia olahraga namun di kalangan masyarakat pun tentunya hal ini perlu dimengerti, sangat disayangkan pengertian maupun pengetahuan tentang kebugaran jasmani di kalangan masyarakat masih kurang hal ini dapat terlihat dalam tingkah laku yang kurang sehat pada masyarakat yaitu kesadaran untuk berolahraga.

Kebugaran jasmani juga merupakan hal yang terpenting dalam hidup manusia, hal ini dapat digunakan pada kehidupan sehari-hari. Dimana tidak hanya orang yang aktif dalam dunia olahraga seperti atlet, pelatih atau lainnya. Tapi hal ini berlaku kepada seluruh masyarakat dari usia dini sampai lanjut usia.

Pentingnya kebugaran jasmani dalam kehidupan tersebut, pemerintah ikut mencanangkan slogan ‘memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat’ dan mengadakan banyaknya pembinaan kebugaran jasmani untuk seluruh masyarakat luas.

Hal tersebut berlaku untuk semua kalangan, pada manusia yang dilahirkan normal dan juga pada manusia yang lahir dalam kondisi disabilitas.

Salah satunya adalah tuna grahita. Anak tunagrahita atau anak retardasi mental merupakan salah satu jenis anak berkebutuhan khusus yang condong terhadap disabilitas intelektual. Dalam hal ini proses pembelajaran tidak seperti layaknya anak normal pada umumnya. Anak tunagrahita memiliki keterlambatan dan keterbatasan dalam perkembangan mentalnya, sehingga mereka mengalami kesulitan untuk merawat diri sendiri serta cenderung bergantung dengan lingkungan sekitar terutama orang tua (Irma, 2017)

Di jaman yang serba maju pada saat ini, banyak orang yang lebih memilih untuk menggunakan kendaraan roda dua ataupun empat dengan alasan menghemat tenaga. Terutama bagi anak tunagrahita berangkat dan pulang sekolah diantar oleh orang tuanya, juga masih khawatirnya orang tua di rumah untuk melepas anak bermain bersama teman sebayanya. Sehingga anak menjadi kurang dalam menggerakkan tubuh sehingga hal ini menjadi salah satu penyebab menurunnya kebugaran jasmani seseorang maupun anak tunagrahita.

Berdasarkan dengan kenyataan yang ada sudah sepantasnya kebugaran jasmani menjadi tanggung jawab bersama dimana kita mengawalinya dari diri sendiri dengan sadar berolahraga kemudian dapat menularkanya kepada orang lain, di samping berolahraga untuk meningkatkan kualitas fisik, olahraga pun dapat mencegah beberapa penyakit dengan menjaga dan meningkatkan Kebugaran jasmani. Setiap individu memiliki tingkat

Kebugaran jasmani yang berbeda-beda, terlebih pada anak disabilitas yang memiliki keterbatasan tertentu yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang berbeda atau lebih rendah daripada umumnya anak yang normal.

Di DKI Jakarta terdapat Sekolah Luar Biasa (SLB) yang jumlah 92 sekolah terdiri 13 sekolah negeri dan 79 sekolah swasta merupakan penyelenggara Pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus meliputi *Tunanetra* (A), *Tunawicara* (B), *Tunagrahita* (C/C1), *Tunadaksa* (D), dan *Autis*. Total keseluruhan siswa SLB di DKI Jakarta adalah 5.932 siswa.

Kegiatan olahraga di SLB Se-DKI Jakarta hampir semua sekolah melakukan kegiatan pendidikan jasmani setiap minggu satu sampai dua kali dan olahraga yang dilakukan bervariasi sesuai dari ketentuan yang sekolah berikan, Namun dalam kegiatan olahraga di setiap sekolah baik jenjang Pendidikan Taman Kanak-kanak Luar Biasa (TKLB), Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB), Sekolah Menengah Pertama Luar Biasa (SMPLB), dan Sekolah Menengah Atas Luar Biasa (SMALB) olahraga dilakukan bersama-sama. Tentunya kegiatan pendidikan olahraga sangat penting bagi anak-anak berkebutuhan khusus agar mereka dapat beraktivitas dengan baik dan tidak cepat kelelahan di hari-harinya.

Khususnya di SLB yang ada di Jakarta Timur terdapat 25 sekolah. Sekolah memiliki tiga satuan pendidikan yaitu SDLB, SMPLB dan juga SMALB dan melayani peserta didik dengan anak kekhususan yaitu Tunagrahita Ringan dan Sedang, Tunarungu dan juga Tunanetra. Namun ada

beberapa anak tunagrahita di sekolah SLB Se-Kecamatan Pulo Gadung kurang minat mereka mengikuti ekstrakurikuler yang ada disekolah tersebut.

Guru Pendidikan Jasmani disekolah SLB kecamatan pulo gadung dari observasi peneliti bahwa belum pernah mengadakan tes kebugaran jasmani bagi siswa dengan kekhususan Tunagrahita ringan sebagai bahan evaluasi dalam kegiatan pembelajaran dikarenakan belum adanya tes untuk anak berkebutuhan khusus di Indonesia. Dilihat dari aktifitas yang dilakukan anak-anak berkebutuhan khusus tingkat kebugaran jasmani anak disabilitas tentu di bawah rata-rata anak normal. Dapat dilihat dari observasi yang peneliti lakukan di SLB baik dari kemampuan gerak, aktivitas dan daya tahan siswa saat melaksanakan kegiatan olahraga.

Berdasarkan dengan pengalaman di atas membuat penulis ingin melakukan tes kebugaran jasmani yang sesuai dengan anak berkebutuhan khusus, khususnya untuk anak tunagrahita ringan yang ada di kelompok SMPLB di SLB Se-Kecamatan. Dengan menggunakan TKSI *Fase_D* yang mengacu kepada norma anak tunagrahita ringan. Maka kepada itu penulis melakukan penelitian dengan judul “Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Anak Tunagrahita Ringan di SMPLB Se-Kecamatan Pulo Gadung”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui bagaimana tingkat kebugaran jasmani anak tunagrahita ringan di SLB Se-Kecamatan Pulo Gadung.
- b. Mengetahui bagaimana perhatian orang tua dan guru penjas di SLB Se-Kecamatan Pulo Gadung terhadap kebugaran jasmani anak tunagrahita ringan.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat keterbatasan dari peneliti, maka peneliti akan meneliti mengenai tingkat kebugaran jasmani anak tunagrahita ringan di jenjang SMP di SLB Se-Kecamatan Pulo Gadung.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah maka rumusan masalah dapat diambil yakni “Bagaimana tingkat kebugaran jasmani anak tunagrahita ringan jenjang SMP di SLB Se-Kecamatan Pulo Gadung?”

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Dengan diadakan penelitian mengenai tingkat Kebugaran jasmani anak tunagrahita ringan jenjang SMP di SLB Se-Kecamatan Pulo Gadung maka hasil dari penelitian ini adalah:

- a. Manfaat praktis yaitu mengetahui tingkat kebugaran jasmani anak tunagrahita ringan Jenjang SMP di SLB Se-Kecamatan Pulo Gadung.
- b. Memberikan kontribusi bagi intansi terkait sebagai acuan dalam penilaian dasar tingkat Kebugaranjasmani, dalam pembelajaran

olahraga khususnya bagi anak tunagrahita ringan dalam meningkatkan

Kebugaran jasmaninya.

- c. Menjadikan pedoman bagi guru penjas terhadap melakukan tes kebugaran jasmani terhadap anak tunagrahita ringan di Jakarta Timur.

