

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan perkembangan zaman yang semakin maju, manusia dituntut untuk terus maju dan bergerak, sehingga aktivitas manusia tidak lepas dari gerak. Gerak berperan penting dalam mendukung segala aspek kehidupan manusia, sehingga kemampuan gerak harus diperkenalkan dan dipelajari sejak masa anak (Arifiah, 2021). Setiap harinya manusia melakukan Gerakan, baik Gerakan kasar (motorik kasar) dan juga Gerakan halus (motorik halus) sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan masing-masing. Oleh karena itu, masa kini pertumbuhan dan perkembangan sangat diidentikan dengan gerak. Selain itu, masa anak-anak adalah masa dimana mereka akan menirukan segala sesuatu yang baru dan menarik berdasarkan yang dia lihat. Penguasaan gerak sejak usia dini merupakan pengalaman atau bekal utama untuk menjadikan manusia tersebut menjadi manusia yang terampil, akibatnya tercapailah kehidupan yang lebih baik bagi masa yang akan datang. Menurut (Arifiyanti & Maharani, 2024) pengembangan keterampilan motorik pada anak-anak juga berkontribusi pada pembentukan karakter dan kemampuan sosial mereka, yang berdampak positif pada kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, penting bagi pendidik untuk menerapkan prinsip pembelajaran yang efektif dalam pengembangan keterampilan motorik dan sosial anak, agar mereka dapat beradaptasi dengan baik dalam masyarakat. Sehingga dengan adanya

prinsip pembelajaran yang efektif yang dimana suatu gerak yang dikembangkan terhadap anak – anak dapat terlaksanakan dengan baik dan anak-anak mempunyai gerak dasar yang meningkat secara perkembangan dan pertumbuhannya.

Gerak dasar merupakan gerak yang bersifat fundamental dan menjadi pondasi penting bagi perkembangan kemampuan motorik anak. Apabila gerak dasar ini dikuasai dengan baik oleh siswa Tunagrahita ringan, maka hal tersebut akan menjadi landasan yang kuat untuk mengembangkan keterampilan gerak yang lebih kompleks di tahap perkembangan selanjutnya. Oleh karena itu, pengembangan kemampuan gerak dasar pada anak Tunagrahita ringan mendapatkan perhatian yang serius dari guru Pendidikan jasmani. Guru Pendidikan Jasmani memiliki peran penting dalam memberikan stimulasi yang tepat melalui berbagai bentuk atau model pembelajaran yang menarik, menyenangkan, serta mudah dipahami dan dilakukan oleh anak. Dengan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik dan tahap perkembangan peserta didik, proses pembelajaran gerak dasar dapat berlangsung secara optimal dan bermakna. Dan juga dalam melakukan pembelajaran gerak, guru tidak hanya mengajarkan tentang cara melakukan gerak, guru dituntut untuk mengajarkan prinsip-prinsip dalam melakukan gerak, karena dalam melakukan gerak terdapat cara untuk melakukannya, agar bisa terbentuk gerakan yang efektif (Muhammad Badr, 2023)

Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan perlu lebih kreatif dan inovatif dalam menerapkan model gerak dasar manipulatif yang sesuai dan menarik untuk usia siswa yang diajar agar dapat meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Tercapainya tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan apabila siswa menyenangi pembelajaran pendidikan jasmani sebagai aktivitas fisik yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan keterampilan motorik, melatih aspek kognitif, menerapkan keterampilan sikap sportivitas yang baik dalam situasi yang menyenangkan sesuai dengan kemampuannya. Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar cenderung menekankan pada keterampilan dan penampilan hasil belajar daripada bagaimana siswa menguasai keterampilan dan penampilan tersebut dalam proses pembelajaran. Permasalahan yang muncul dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak lepas dari pengelolaan pembelajaran guru untuk mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara umum.

Pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah erat kaitannya dengan pemahaman dan penguasaan materi serta mempraktekkan apa yang akan dilakukan dalam mempelajari sesuatu. Oleh karena itu, dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga seorang guru sebelum melakukan pembelajaran dilaksanakan terlebih dahulu harus atau berkewajiban untuk membuat suatu perencanaan mata pelajaran. Pendidikan Jasmani dan

Olahraga diarahkan untuk membekali siswa tentang dasar-dasar pendidikan jasmani dan olahraga dalam rangka untuk menambah keterampilan dan bakat siswa di Sekolah.

Pendidikan berkualitas menjadi kebutuhan mutlak dalam menghadapi tantangan zaman, mempersiapkan lulusan yang tidak hanya cerdas akademik, tetapi juga memiliki keterampilan berpikir kritis, kreativitas, dan kemampuan beradaptasi dalam kehidupan sosial yang kompleks dan kompetitif (Minarti et al., 2025). Tetapi tidak boleh dilupakan bahwa pendidikan merupakan hak seluruh warga negara Indonesia tak terkecuali anak-anak berkebutuhan khusus. Sehingga negara berkewajiban memfasilitasi semua aspek pendidikan yang ada di Indonesia agar dapat tercapainya tujuan dari pendidikan nasional.

Sekolah luar biasa memberikan pelayanan pendidikan khusus untuk anak-anak berkebutuhan khusus. Salah satu anak berkebutuhan khusus adalah anak Tunagrahita ringan. Anak Tunagrahita ringan adalah anak yang memiliki kecerdasan di bawah rata-rata anak seusia pada umumnya, dan juga terganggu penyesuaian perilaku untuk mengurus dirinya sendiri. Istilah anak Tunagrahita ringan atau dikenal juga dengan istilah keterbelakangan mental karena keterbatasan kecerdasannya mengakibatkan dirinya sukar untuk mengikuti program pendidikan di sekolah umum, oleh karena itu anak keterbelakangan mental membutuhkan layanan pendidikan secara khusus yaitu disesuaikan dengan kemampuan anak tersebut (Susanti et al., 2025). Menurut *American Association on Mental Retardation* (AAMR) pada

artiket terbaru yang yang dikutip oleh (Ataqi et al., 2025) mendefinisikan bahwa, keterbelakangan mental adalah tingkat kecerdasan umum fungsi yang jauh lebih rendah dari tingkat rata-rata dan menyebabkan kekurangan dalam perilaku adaptif anak dan memanifestasikan dirinya dalam proses pembangunan. Dengan begitu maka keterbelakangan mental berarti menunjukkan keterbatasan dalam fungsi intelektual yang berada di bawah rata-rata, dan keterbatasan pada dua atau lebih keterampilan adaptif seperti komunikasi, merawat diri sendiri, keterampilan sosial, kesehatan, serta fungsi akademis. Beberapa anak mengalami tantangan dalam perkembangan fisik atau mental, dan mereka yang seperti ini disebut sebagai anak berkebutuhan khusus (Sukriadi & Arif, 2021). Sehingga anak Tunagrahita ringan juga dituntut untuk dapat melakukan aktivitas selayaknya anak normal pada umumnya dan perlu diberikan aktivitas yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan juga kemampuan gerak dasar lokomotor dan gerak dasar non- lokomotor anak Tunagrahita ringan tersebut.

Gerak lokomotor mempunyai peran penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani, terutama cabang olahraga yang menuntut perpindahan tempat atau titik berat badan seperti lari cepat, lompat jauh, lompat tinggi dan cabang olahraga lainnya. Para siswa sekolah seringkali mengalami hambatan atau kesulitan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang menuntut kemampuan gerak lokomotor. Khususnya pada anak yang berkebutuhan khusus Tunagrahita ringan. Gerak merupakan hal yang sangat

terbatas pada anak yang berkebutuhan khusus dikarenakan lambatnya masa pertumbuhan dan perkembangan pada anak berkebutuhan khusus Tunagrahita ringan.

Perkembangan gerak dasar anak normal biasanya lebih cepat dan terkoordinasi karena sistem saraf yang sudah matang. Mereka bisa meniru gerakan, mengatur keseimbangan, dan mengontrol otot halus tanpa banyak bantuan. Namun, di sisi lain Anak Tunagrahita ringan seringkali mengalami keterlambatan pada koordinasi motorik kasar dan halus. Mereka butuh *visual-auditory cue*, pengulangan berulang, dan alat bantu supaya bisa melakukan hal yang sama. Keseimbangan dan kontrol otot halus berkembang lebih lambat, sehingga aktivitas seperti menulis, memegang benda kecil, atau melompat memerlukan latihan terstruktur. Menurut (Kavanagh et al., 2023) anak dengan disabilitas intelektual lebih besar kemungkinan memiliki kompetensi motorik rendah dibanding anak tipikal (termasuk keseimbangan, locomotor dan manipulasi objek). Maka sejalan dengan itu dapat disimpulkan bahwa perbedaan antara anak normal dengan anak Tunagrahita ringan yaitu anak normal cenderung belajar secara mandiri, sementara anak Tunagrahita ringan memerlukan pendekatan yang lebih terarah, dukungan sensorik, dan latihan berulang untuk mencapai milestone yang sama karna memiliki kompetensi motorik yang rendah dibandingkan dengan anak normal.

Sekolah Luar Biasa sebagai pihak sekolah memberikan usaha yang dilakukan untuk meningkatkan motorik kasar dan juga kemampuan gerak

dasar lokomotor pada anak Tunagrahita ringan dengan memberikan pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga adaptif, ekstrakurikuler olahraga, aktivitas bergerak seperti senam, kegiatan memasak, dan banyak aktivitas lainya. Selain aktivitas fisik yang dilakukan didarat, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis, SLBC Asih Budi Duren Sawit dan beberapa Sekolah Luar Biasa lainya yang ada di Jakarta memberikan aktivitas dengan media air atau aktivitas akuatik. Meskipun demikian aktivitas akuatik yang diberikan oleh pihak sekolah lebih mengarah pada teknik gaya dalam berenang.

Salah satu mata pelajaran di sekolah luar biasa adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. (Arifya et al., 2025) mengatakan di dalam proses pendidikan, sebuah individu sebagai siswa diberikan kesempatan untuk tumbuh dan berkembang. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan memiliki peran dalam memberikan lingkungan yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa. Oleh karena itu, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan harus mendapatkan perhatian yang seimbang dibandingkan dengan pelajaran lainnya. Hal senada dikatakan (Sari et al., 2025.) bahwa dalam beberapa tahun terakhir, terdapat kecenderungan yang meningkat dalam studi akademik mengenai pendidikan jasmani inklusif dan pengajaran bagi siswa penyandang disabilitas. Penelitian internasional terus menyoroti persepsi guru, praktik pedagogis inklusif, serta pentingnya peningkatan kompetensi pendidik dalam mengajar peserta didik berkebutuhan khusus dalam konteks

pendidikan jasmani dan olahraga. Perhatian mereka tertuju pada masalah-masalah yang terjadi ketika menerapkan metode Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk peningkatan kualitas hidup orang-orang tersebut (Gazali et al., 2025).

Salah satu materi mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan anak Tunagrahita ringan adalah materi akuatik. Materi akuatik diberikan mulai dari SD, SMP, SMA, sampai ULAKASENTRA. Materi akuatik untuk anak Tunagrahita ringan di Sekolah Luar Biasa adalah aktivitas air. Tahapan-tahapan dibuat di kurikulum Merdeka materi akuatik agar nantinya anak memiliki kesiapan akuatik yang baik. Tahapan yang tak kalah penting agar anak memiliki kesiapan akuatik adalah tahapan pengenalan air. Pengenalan air sendiri terdapat pada kompetensi inti dan kompetensi dasar. Tujuan pembelajaran materi akuatik yang akan dicapai yaitu anak dapat mengenal dan mempraktikkan dasar pengenalan air menggunakan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor.

Adapun permasalahan yang terjadi di SLBC Asih Budi Duren Sawit yaitu cukup banyak guru yang kurang memahami dan menyadari tentang pentingnya pembelajaran gerak dasar. Pembelajaran gerak dasar yang dilakukan oleh guru dalam penyampaian materi maupun praktek pembelajaran gerak dasar seringkali hanya menggunakan metode pembelajaran yang monoton dan kurang bervariasi. Kurangnya jam mata pelajaran serta minimnya alat pembelajaran juga menjadi hambatan bagi guru melakukan proses pembelajaran. Hal itu menyebabkan peserta didik

menjadi kurang ceria dalam proses pembelajaran gerak dasar terutama gerak dasar lokomotor, yang dimana anak Tunagrahita ringan lambat dalam memahami serta masih kurang dalam melakukan gerak dasar lokomotor.

Melihat kondisi tersebut model pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sebagai kerangka konseptual perlu diperbaiki dan dimodifikasi guna mencapai tujuan pembelajaran. (Ruth, 2024) menyatakan model pembelajaran yang efektif memiliki keterkaitan dengan tingkat pemahaman guru terhadap perkembangan siswa, kondisi siswa, sarana dan fasilitas sekolah yang tersedia, serta guru perlu mampu memahami kondisi psikologis dan karakteristik siswa untuk memilih atau mengembangkan strategi pembelajaran yang tepat. Selain itu, fasilitas pembelajaran yang tersedia memainkan peran dalam mendukung pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran. Begitu juga dengan pembelajaran akuatik pengenalan air untuk anak Tunagrahita ringan harus dirancang khusus sesuai dengan kondisi kemampuan peserta didik agar kemampuan keterampilan motoriknya mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

Salah satu metode pembelajaran yang menyenangkan adalah dengan bermain, bermain secara signifikan meningkatkan berbagai aspek perkembangan anak, termasuk kemampuan kognitif, keterampilan sosial-emosional, kemampuan fisik melalui aktivitas motorik, serta interaksi dan partisipasi sosial. Bermain membantu anak memahami informasi baru, mengembangkan kreativitas, berpikir kritis, serta kompetensi emosional dan sosial melalui pengalaman sosial dan kontrol emosi (Sitorus et al.,

2025). Model pembelajaran bermain melalui beberapa penelitian sudah mengungkapkan merupakan metode yang efektif untuk anak Tunagrahita ringan.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk membuat model pembelajaran gerak dasar lokomotor pada aktivitas akuatik bagi anak Tunagrahita ringan menggunakan metode penelitian dan pengembangan melalui metode ADDIE sebagai alat untuk menghasilkan produk dan yang akan dihasilkan dalam penelitian ini adalah model pembelajaran gerak dasar lokomotor pada aktivitas akuatik untuk siswa SMP kelas VIII SLBC Asih Budi II Duren Sawit. Kurikulum yang akan digunakan dalam model pembelajaran ini adalah kurikulum Merdeka. Serta mengujicobakan permainan air dengan menerapkan model-model latihan alternatif dan efektif pada siswa SLBC Asih Budi Duren Sawit. Berdasarkan observasi yang dilakukan, karena komponen gerak lokomotor anak yang kurang maksimal. Karena pembelajaran PJOK tentang materi gerak lokomotor yang kurang menarik. Terlihat dengan beberapa faktor penyebabnya selama pembelajaran PJOK berlangsung masih kurang mengenalnya gerakan lokomotor dengan permainan air. Oleh karena itu penulis ingin mengungkapkan solusi dengan meningkatkan model gerak lokomotor salah satunya dengan permainan air.

Dengan model pembelajaran gerak dasar lokomotor dalam aktivitas akuatik dengan tingkat kesulitan yang bertahap dari yang termudah hingga tersulit sesuai dengan kemampuan peserta didik, peneliti menggunakan

benda – benda yang aman dan ramah anak agar siswa dapat mengeksplor, seperti bola, papan renang atau noodle, botol bekas, dan hula hoop dengan sentuhan permainan yang bervariasi. Selain itu, dengan adanya penerapan permainan gerakan yang ceria dan sesuai agar siswa merasa telah benar melakukan gerakan. Sehingga keterampilan gerak anak lebih berkembang secara optimal dan menjadikan perkembangan gerak dasar yang lebih terampil dalam motorik yang lebih kompleks kedepannya.

Dari uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Model pembelajaran gerak lokomotor dalam aktivitas akuatik pada siswa Tunagrahita ringan SMP SLBC Asih Budi Duren Sawit”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka fokus dalam penelitian ini adalah “Model Pembelajaran Gerak Dasar lokomotor pada dalam aktivitas akuatik pada siswa Tunagrahita ringanSMP SLBC Asih Budi Duren Sawit”. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu kegiatan yang menarik sekaligus menyenangkan yang dapat memberikan terobosan baru.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut di atas, maka peneliti dapat merumuskan masalah penelitian yaitu: “Bagaimana Model Pembelajaran Gerak Dasar lokomotor dalam aktivitas akuatik Untuk siswa Tunagrahita ringan SMP SLBC Asih Budi Duren Sawit?”.

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini dilihat berdasarkan rumusan permasalahan diatas maka manfaat dapat dirincikan sebagai berikut:

1. Model pembelajaran ini dapat menjadi inovasi bagi guru dan siswa untuk mengetahui pembelajaran gerak dasar lokomotor dalam aktivitas akuatik pada siswa Tunagrahita ringan.
2. Menghasilkan metode pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan air yang dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi, minat, serta hasil belajar siswa dan dapat meningkatkan suasana belajar yang menyenangkan.
3. Mengetahui kebermanfaatan dari model pembelajaran gerak dasar lokomotor pada aktivitas akuatik sebagai metode pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor pada anak Tunagrahita ringan siswa SMP SLBC Asih budi duren sawit.