

PENDAHULUAN

Pertumbuhan anak mempengaruhi tumbuh kembang anak, anak yang mengalami tumbuh kembang yang baik maka pertumbuhan akan baik. Anak yang tumbuh kembang baik dapat dideteksi sejak dini menggunakan panduan deteksi dini tumbuh kembang anak, yang bermanfaat untuk mengenali tanda dan gejala hambatan atau gangguan perkembangan pada anak. Jika anak tidak sesuai dengan kemampuan seusianya, menandakan anak mempunyai kelainan dalam fisik dan motoriknya, bahasa dan komunikasi, kognitif, maupun sosial emosionalnya (Frida, 2014:22). Anak yang mengalami gangguan tumbuh kembang masuk kedalam kategori anak lambat dalam berkembang atau anak berkebutuhan khusus.

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang terhambat secara fisik, psikologi, kognitif, sosial terhambat dalam mencapai tujuan, kebutuhan dan potensi secara maksimal, meliputi mereka yang tuli, buta, gangguan bicara, cacat tubuh, retardasi mental, gangguan emosional, anak berbakat dengan intelektual yang tinggi karena

memerlukan penanganan yang terlatih dari tenaga profesional (Suran dan Rizzo, 1979:3). Berbagai macam kategori anak berkebutuhan khusus, peneliti akan meneliti anak tunagrahita ringan dan sedang,

Tunagrahita ringan adalah anak yang mampu didik dari segi pendidikan, mempunyai perkembangan fisik sedikit terlambat dari pada anak rata-rata dan mereka kurang mampu dalam hal kekuatan, kecepatan, keseimbangan, dan koordinasi (Henson, 1996 dalam Hanson dan Aller, 1992:165). Anak tunagrahita sedang adalah anak yang mampu latih, dimana anak dapat dilatih untuk beberapa keterampilan tertentu. Anak tunagrahita sedang memiliki beberapa kekurangan dalam kemampuan mengingat, menggeneralisasi, bahasa, konseptual, perseptual, dan kreativitas (Hanson dan Aller, 1992:165). Anak tunagrahita sedang juga memiliki kelainan fisik, memiliki koordinasi fisik yang buruk, mengalami masalah sosial, memiliki keseimbangan yang buruk (Lyen, 2002:50). Motorik kasar anak tunagrahita ringan dan sedang memiliki masalah yang sama,

masalahnya adalah motorik keseimbangan terganggu yang mengakibatkan perbedaan perkembangan dengan anak seusianya. Berbagai permasalahan anak tunagrahita ringan dan anak tunagrahita sedang diatas, didapat satu permasalahan yang sama adalah keseimbangan.

Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu saat posisi tegak (Irfan, 2012:1). Keseimbangan tubuh yang baik akan membuat manusia mampu beraktivitas secara efektif dan efisien.

Dari penjelasan tersebut maka penting untuk mengetahui tingkat keseimbangan siswa tunagrahita ringan dan siswa tunagrahita sedang sehingga dapat digunakan untuk mengetahui gambaran keseimbangan anak tunagrahita ringan dan sedang di SLB N 1 Bantul, juga dapat sebagai pedoman aktivitas materi keseimbangan tubuh pada pembelajaran pendidikan jasmani.

METODE PENELITIAN

Jenis dan Desain Penelitian

Tingkat Keseimbangan... (Rahayu Bekti S.) [3]

Penelitian ini adalah termasuk penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan menggambarkan tingkat keseimbangan anak SMA tunagrahita ringan dan tunagrahita sedang sesuai keadaan sebenarnya. Penelitian merupakan populasi yang berjumlah 11 anak dengan menggunakan metode survey dengan Teknik pengukuran. Teknik pengukuran menggunakan tes *balance one*.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SLB N 1 Bantul, yang terletak di Jl. Wates KM. 3 No 147, Sonopakis Lor, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 33182. Berjumlah 11 anak. Teknik sampel penelitian adalah populasi.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta seluruh subjek yang diteliti adalah anak SMA tunagrahita ringan dan sedang di SLB N 1 Bantul Teknik sampel penelitian adalah populasi, yang diteliti dalam penelitian ini adalah keseimbangan tunagrahita ringan dan sedang.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini adalah peneliti sebagai pengumpul data dan instrument aktif dalam upaya pengumpulan data maka peneliti sebagai instrument melakukan validasi.

Validasi terhadap penelitian sebagai instrument penelitian meliputi validasi pemahaman metode penelitian kuantitatif dan penguasaan objek yang diteliti. Alat bantu penelitian menggunakan tes *balance one* dan kehadiran peneliti secara langsung dilapangan sebagai tolak ukur keberhasilan untuk memahami kasus yang diteliti.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, dengan teknik pengukuran, menggunakan tes *balance one* dan data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah hasil pengukuran *balance one* dan hasil perbandingan *balance one*.

Proses pengumpulan data dapat dilakukan dengan cara:

1. Anak diminta melakukan tes *balance one*. Tes dilakukan 3 kali percobaan.
2. Diambil waktu terbaik dalam tes.

3. Data tes diisi kedalam formulir keseimbangan.

Teknik Analisis Data

Analisis data dimulai dengan menelaah data yang tersedia dari berbagai sumber, yaitu dengan menggunakan wawancara dengan guru olahraga dan bertanya langsung ke anak tunagrahita untuk mendapatkan data secara langsung, memberikan sebuah tes keseimbangan untuk mengetahui tingkat keseimbangan, dokumentasi yang berupa foto saat anak melakukan tes. Langkah berikutnya menentukan apakah anak masuk kedalam klasifikasi sangat baik, baik, sedang, kurang, atau kurang sekali.

Klasifikasi didapat dari mencari interval, interval didapat dari hasil waktu terbaik dikurangi hasil keseimbangan paling rendah, setelah itu dibagi jumlah berapa banyak klasifikasi yang akan digunakan. Setelah mendapatkan interval dapat menentukan berapa jumlah anak yang tergolong kedalam klasifikasi yang sangat baik, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

HASIL PENELITIAN dan PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat keseimbangan siswa SMA tunagrahita ringan dan sedang di SLB N 1 Bantul. Tes diberikan kepada sampel berjumlah 11. Hasil tingkat keseimbangan yang diperoleh adalah sebagai berikut; anak tunagrahita ringan, sangat baik 2 anak dengan klasifikasi 3,81 keatas, baik 1 anak dengan klasifikasi 3,21-3,80 detik, kurang 1 anak dengan klasifikasi 2,01-2,60 detik, dan kurang sekali ada 1 anak dengan klasifikasi 1,40-2,00 detik. Anak tunagrahita sedang adalah sangat baik 2 anak dengan klasifikasi 1,69 keatas, baik 1 anak dengan klasifikasi 1,39-1,38 detik, kurang 2 anak dengan klasifikasi 0,79-1,08 detik, dan kurang sekali 1 anak dengan klasifikasi 0,48-0,78 detik. Hasil disajikan pada tabel 4 dan 6 sebagai berikut:

Tabel 3.1. Durasi Keseimbangan Anak Tunagrahita Ringan

No	Tes 1	Tes 2	Tes 3	Hasil
1.	1,44''	3,87''	3,97''	3,97''
2.	2,36''	1,22''	1,24''	2,36''
3.	4,58''	3,49''	2,21''	4,58''
4.	1,40''	1,22''	1,22''	1,40''
5.	3,42''	2,32''	2,35''	3,42''

Apabila ditampilkan dalam bentuk

Klasifikasi keseimbangan tunagrahita ringan, dapat disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1. Klasifikasi Keseimbangan Tunagrahita Ringan

Klasifikasi	Keterangan	Jumlah Anak
3,81-keatas	Sangat Baik	2
3,21-3,80	Baik	1
2,61-3,20	Sedang	0
2,01-2,60	Kurang	1
1,40-2,00	Kurang Sekali	1

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa klasifikasi keseimbangan anak tunagrahita ringan memiliki 4 kategori antara lain: sangat baik ada 2 anak, baik ada 1 anak, kurang ada 1 anak, dan kurang sekali ada 1 anak.

Tabel 5.1. Durasi Keseimbangan Anak Tunagrahita Sedang

No	Tes 1	Tes 2	Tes 3	Hasil
1	1''	0,45''	0,45''	1''
2	0,48''	0,30''	0,30''	0,48''
3	1''	0,40''	0,36''	1''
4	1,50''	1,22''	1,47''	1,50''
5	2''	1,56''	1,02''	2''
6	1,09''	2,10''	1,21''	2,10''

Apabila ditampilkan dalam bentuk Klasifikasi keseimbangan tunagrahita sedang, dapat disajikan pada tabel sebagai berikut.

Klasifikasi	Keterangan	Jumlah Anak
1,69-keatas	Sangat Baik	2
1,39-1,68	Baik	1
1,09-1,38	Sedang	0
0,79-1,08	Kurang	1
0,48-0,78	Kurang Sekali	1

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa klasifikasi keseimbangan anak tunagrahita sedang memiliki 4 kategori antara lain: sangat baik ada 2 anak, baik ada 1 anak, kurang ada 1 anak, kurang sekali ada 1 anak.

Pembahasan

Berdasarkan perhitungan data hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan siswa SMA tunagrahita ringan dan sedang memiliki tingkat keseimbangan yang berbeda-beda. Keseimbangan siswa tunagrahita ringan adalah, sangat baik 2 anak dengan klasifikasi 3,81 keatas, baik satu anak dengan klasifikasi 3,21-3,80 detik, kurang ada satu anak dengan klasifikasi 2,01-2,60 detik dan kurang sekali ada satu anak dengan klasifikasi 1,40-2,00 detik. Siswa tunagrahita sedang, sangat baik ada 2 anak dengan klasifikasi 1,69 keatas, baik ada satu anak dengan klasifikasi 1,39-1,38 detik, kurang ada 2 anak dengan klasifikasi 0,79-1,08 detik, dan kurang sekali ada 1 anak dengan klasifikasi 0,48-0,78 detik.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, keseimbangan anak tunagrahita ringan dikelompokkan 4 klasifikasi, klasifikasi sangat baik ada 40% dengan interval 3,81 keatas, baik ada 20% dengan interval 3,21-3,80, kurang ada 20% dengan interval 2,01-

2,60, dan kurang sekali ada 20% dengan interval 1,40-2,00. Anak tunagrahita sedang dikelompokkan 4 klasifikasi, sangat baik ada 33,3% dengan interval 1,69 keatas, baik ada 16,6% dengan interval 1,39-1,38, kurang ada 33,3% dengan interval 0,79-1,08, dan kurang sekali ada 16,6% dengan interval 0,48-0,78.

Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian dapat diimplikasikan bahwa setiap guru olahraga diharapkan dapat mengetahui gambaran tingkat keseimbangan anak tunagrahita ringan dan anak tunagrahita sedang sehingga guru mengetahui cara meningkatkan keseimbangan anak.

Saran-Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, peneliti selanjutnya disarankan meneliti anak tunagrahita yang berbeda sekolah agar hasil dapat lebih luas.

Daftar Pustaka

Carol, Claire, Laurent, dan Karen. (2009). *Ensiklopedia Perkembangan Anak*. Jakarta: Esensi Erlangga Group.

Frieda. (2009). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Depok: LPSP3 UI.

Meimulyani, Yani dan Tiswara, Asep. (2013). *Pendidikan Jasmani Adaptif Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Luxima Metro Media.

Kalyananda. (2014). *Buku Panduan Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Yogyakarta: Family Tree Indonesia.

Mumpuniati. (2007). *Pembelajaran Akademik Bagi Tunagrahita*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan UNY.

Sumaryanti. (2012). *Tunagrahita*. Yogyakarta: FIK UNY.

Sunaryo Kartadinata. (2002). *Kondisi Psikolog Anak Luar Biasa*. Yogyakarta: FIP UNY.

Sugianto. (1993). *Keterampilan Gerak Dasar*. Universitas Terbuka

Nikolaus.(2016). *Hubungan antara Kelincahan dan Keseimbangan terhadap Keterampilan Menggiring Bola pada Pemain UKM Sepakbola*

Universitas Lampung. Lampung:

Universitas Lampung.

Triyani.(2013). *Interaksi Anak Tinagrahita*

Di SDN Kepuhan Bantul (SD

Inklusi). Yogyakarta: FIK UNY.

Hesti.(2014). *Peningkatan Kemampuan*

Motorik Kasar Anak Melalui

Bermain Lempar Tangkap Bola

Besar Kelompok B TK Hidayah

Semawang Banjaroyo Kalibawang

Kulonprogo.Yogyakarta: FIK UNY.

Lilis.(2017). *Upaya Meningkatkan*

Kemampuan Motorik Kasar

(Melompat) Anak Melalui

Permainan Lompat Tali pada

Kelompok B2 Di TK Dharma

Wanita Sukarame Bandar Lampung.

Lampung: Fakultas Tarbiyah dan

Keguruan Institut Agama Islam

Negeri Raden Intan Lampung.

Esti. (2014). *Pengembangan Motorik*

Kasar Anak Usia Dini Melalui

Permainan Melempar dan

Menangkap Bola. Bengkulu:

Fakultas Keguruan dan Ilmu

Pendidikan Universitas Bengkulu.

