

# SURVEI KEKUATAN OTOT LENGAN ATAS PADA ANAK TUNA GRAHITA DI SLB EKA MANDIRI KOTA BATU

**Adharum Krida Marta**

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang  
E-mail: adharumkrida@gmail.com

**Saichudin**

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang  
E-mail:

**Rias Gesang Kinanti**

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang  
E-mail:

*Abstract :Mental disability is the level of ability of individuals who are not able to adapt to the normal environment and require care, supervision, control and support from outside parties, so it is categorized the development of mental is not perfect. A person who is mental lyretarded can not combinein formationas normal children as generally. So, it need to be give nasimplifiedlesson, instruction that should often be repeated andused short sentences because time of participation in activity is longer.*

**KeyWords:***Testmuscle strength and mentally disabled.*

Anak-anak tuna grahita mendambakan hidup yang layak, menginginkan pertumbuhan dan perkembangan yang normal. Oleh Karena itu mereka pun membutuhkan pendidikan dan bimbingan agar menjadi manusia dewasa dan menjadi warga negara yang dapat berpartisipasi bagi pembangunan bangsa dan negaranya. Pendidikan untuk anak-anak dengan kebutuhan khusus membutuhkan suatu pola layanan tersendiri, khususnya bagi anak dengan perkembangan fungsional perkembangan mengacu kepada suatu kondisi tertentu dengan adanya. Intelegensi dan fungsi adaptif, dengan menunjukan berbagai masalah dengan kasus-kasus yang berbeda (Bandi, 2007: 145). Pendidikan bagi anak penyandang cacat bisa dilakukan di keluarga, masyarakat, dan di sekolah. Pendidikan formal bagian anak cacat biasanya diberikan oleh yayasan-yayasan atau sekolah luar biasa (SLB). Setiap SLB mempunyai program kurikulum pendidikan dalam merehabilitasi,

melatih, dan mendidik anak cacat, termasuk didalamnya program pendidikan jasmani bagi anak cacat.

## **Metode Penelitian**

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Teknik yang digunakan untuk mengetahui bagaimana proses pendidikan jasmani anak tuna garhita di SLB Eka Mandiri Kota Batu adalah dengan teknik observasi langsung, yaitu dengan melakukan pengamatan secara langsung terhadap sumber data/objek penelitian, teknik komunikasi langsung, yaitu melakukan hubungan langsung secara lisan dan tatap muka dengan sumber data/objek penelitian, dalam hal ini adalah wawancara langsung dengan guru penjaskes di SLB EkaMandiri Kota Batu. Data yang telah terkumpul dan diolah dengan menggunakan metode analisis kualitatif atau analisis non statistik, kegiatan ini dilaksanakan dengan membaca data kemudian dijabarkan dalam bentuk kalimat untuk memberikan gambaran atau pengertian

yang bersifat umum dan relatif menyeluruh terhadap apa yang tercantum pada permasalahan yang sedang diteliti menurut Sugiyono (2011: 224). Pada pengamatan pertama penulis melakukan wawancara langsung dengan guru pendidikan jasmani dengan melakukan tanya jawab langsung menggunakan pedoman wawancara guru pendidikan jasmani SLB Eka Mandiri Kota Batu yang sudah penulis persiapkan. Begitu juga dengan tanya jawab langsung dengan salah satu siswa tuna grahita di SLB Eka Mandiri Batu menggunakan pedoman wawancara anak tunagrahita SLB Eka Mandiri Kota Batu yang dipersiapkan penulis. Observasi yang penulis lakukan dengan membuat catatan lapangan, baik pengamatan saat test kekuatan otot lengan atas di lapangan maupun test kekuatan otot lengan atas dikelas.

Setelah disajikan data-data secara keseluruhan yang menyangkut secara khusus maka pembahasan ini akan membahas secara naratif sehingga dapat menjawab semua pertanyaan penelitian. Setelah peneliti menuliskan beberapa catatan lapangan dan wawancara kepada orang-orang di sekitar subjek dan subjek sendiri, maka hasil dari observasi dan wawancara, maka peneliti akan mendeskripsikan tentang apa yang terjadi selama observasi dilakukan pada saat pelajaran Pendidikan jasmani. Pengelompokan ini bertujuan agar dapat diklarifikasikan dan di ambil kesimpulan di akhir dari skripsi ini. Dalam Pembahasan Survei tentang otot yang di lakukan akan melakukan kegiatan sebagai berikut:

#### **Kriteria anak tunagrahita yang di pilih sebagai sample.**

Dalam hal ini untuk menggolongkan setiap anak yang diikuti dalam test dynamometer berdasarkan golongan anak tuna grahita. Yaitu dengan menggolongkan

menjadi tiga bagian tunagrahita ringan, sedang, dan berat.

#### **Pemanasan**

Sebelum memulai kegiatan diadakan pemanasan kesehatan berupa stretching dan juga senam pada pagi hari. Dilakukan untuk melihat dan menggolongkan keaktifan anak.

#### **Rata-rata Hasil Test *Pull And Push Dynamometer***

Hasil Test ini merupakan test yang dilakukan untuk mengetahui seberapa besar kekuatan otot yang dimiliki pada anak tunagrahita. Dengan menggunakan alat *Push and Pull Dynamometer* serta menuliskan data dapat diambil data sebagai berikut:



#### **Test Push And Pull Dynamometer.**

Keterangan:

C= Golongan Tuna Grahita Sedang.

C1= Golongan Tuna Grahita Berat.

N= Aktivitas yang dilakukan Normal.

T= Aktivitas yang di lakukan Tidak Normal

Analisis dan amatan yang dilakukan di sekolah SLB Eka Mandiri Kota Batu berdasarkan data table yang memiliki golongan tuna grahita tipe C memiliki rata-rata aktivitas yang aktif pada setiap kegiatan pembelajaran yang di terapkan pada sekolah tersebut. Dari data yang diambil dan amatan

dilapangan kegiatan tersebut mencangkup tentang aktivitas pada pelajaran olahraga yang di lakukan pada setiap pagi sebelum jam pelajaran yaitu dengan melakukan aktivitas senam pagi. Sedangkan aktivitas olahraga sendiri di ambil tiap kelas menurut kurikulum yang di sediakan oleh sekolah.

Aktivitas olahraga lainnya juga diadakan setiap hari Sabtu dilakukan dari keseluruhan siswa-siswi sekolah dari kelas 1 SD sampai Kelas 6. Amatan dari kegiatan dilapangan atau saat olahraga di lihat dari pengambilan objek penelitian dengan melihat ke aktivan anak saat bermain atau melakukan olahraga. Dari situ dengan menggunakan amatan di lapangan, diambil kesimpulan dari beberapa anak yang melakukan kegiatan aktivitas secara aktif dengan mengadakan pengukuran test Dynamometer di dalam ruang kelas.

Untuk anak yang golongan C atau Tuna Grahita ringan biasanya dalam melakukan aktivitas sehari-hari dalam memiliki kelemahan dalam berfikir sehingga dalam proses belajar mengajar kelas yang di sediakan oleh sekolah pun tergolong dalam berbagai jenis. Yaitu bukan melalui umur seperti anak SD biasanya melainkan melalui pemikiran anak yang memiliki golongan tertentu.

Pelaksanaan pengambilan data dengan menggunakan alat Push and Pull Dynamometer pada pelaksanaan test dengan standart pengukuran tes memegang alat pada pegangan kiri dan kanan. Dengan menaruh alat pada depan dada atau sejajar dengan bagian dada. Pengambilan data dilakukan 3 kali dalam melakukan percobaan. Dengan pelaksanaan menggunakan alat Pushand Pull Dynamometer satuan yang di miliki yaitu kg. Pada gambar di atas saat melakukan pengukuran test dengan anak yang memiliki golongan C yaitu

golongan ringan pada dasarnya aktivitas yang dilakukan anak normal hanya tingkat pemikiran yang dimiliki mengalami hambatan atau lemah dalam memiliki pengambilan penerapan yang dijelaskan sehingga untuk pelaksanaan yang dilakukan harus memiliki ketelitian dan kesabaran dalam mengambil tindakan agar anak tidak merasa terganggu.

Dari gambar di atas saat melakukan pengambilan data pada anak golongan C-1 yang merupakan anak yang memiliki golongan tuna grahita berat. Pada pelaksanaan test anak harus di samping Pembina saat melakukan test karena tingkat kesulitan anak dalam berpikir dan pengambilan informasi sangat buruk. Jadi dalam melakukan pemengamatan dan perlakuan harus dilakukan dengan hati-hati. Anak yang tergolong dalam C-1 memiliki sensitivitas yang tinggi jadi anak mudah marah jika keinginannya dilarang oleh orang lain. Anak memerlukan pengawasan yang lebih sehingga dalam pembelajaran dan tiap anak memiliki pembinanya sendiri. Dalam hal ini anak hanya menurut pada Pembina tersebut.

**TabelL3.1 Hasil Analisis Pengukuran Dynamometer Berdasarkan Keaktifan Anak Laki-Laki Pada Kelas 5 Berdasarkan Golongan C**

No.	Nama	Kel as	Golonga n Tuna Grahita	Akti vitas	Jenis Kelam in	Data Hasil (kg)
1	Objek 1	5	C	N	L	5
2	Objek 2	5	C	N	L	10
3	Objek 3	5	C	N	L	7
4	Objek 4	5	C	N	L	6
5	Objek 5	5	C	N	L	10
6	Objek 6	5	C	N	L	11
7	Objek 7	5	C	N	L	8
Rata-rata						8,14

**Tabel3.2 Hasil Analisis Pengukuran Dynamometer Berdasarkan Keaktifan Anak Laki-Laki Pada Kelas 5 Berdasarkan Golongan C-1**

No.	Nama	Ke Golongan Akti n Tuna Grahita	vit as	Jenis Kelam in	Data Hasil (kg)
1	Objek 8	5	C-1	T	L 5
2	Objek 9	5	C-1	T	L 7
3	Objek 10	5	C-1	T	L 5
4	Objek 11	5	C-1	T	L 5
5	Objek 12	5	C-1	T	L 6
6	Objek 13	5	C-1	T	L 6
Rata-rata					5,5

### DaftarRujukan

- Andi Sutoda, Tes, Pengukuran, Dan Evaluasi Dalam Cabang Olahraga Jurnal (Online), ([http://file.upi.edu/Direktori/FP/OK/JUR./PEND./OLAHRAG A/Pntrn\\_Softball.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FP/OK/JUR./PEND./OLAHRAG A/Pntrn_Softball.pdf))
- Anton Sukarno, 2003. *Pengantar Statistik*. Departemen Pendidikan Nasional, FKIPUNS.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Bompa, T.O. 1999. *Periodization Theory and Methodology of Training*. Auckland New Zealand
- Budi Ramadhani, 2016. *Sumbangan Kekuatan Otot lengan Terhadap kemampuan Servis Panjang Bulutangkis Pada Anak Tunagrahita Ringan Di SLB Negeri Pembina Yogyakarta*.
- Budiwanto, S. 2005. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Dalam Ilmu Keolahragaan*. Malang : Universitas Negeri Malang.
- B.Sumarti, Munawir Yusuf, 1988, *Psikologi Belajar*, FKIP UNS Surakarta.
- Damajanty H.C, *Pangemanan, Gambaran Kekuatan Otot Fleksibilitas*.
- Grosser, S.Z. 2001. *Latihan Fisik Olahraga*. Diterjemahkan oleh Paulus. Jakarta: Pusat Pendidikan dan Pengembangan KONIPusat.
- Hairi Diana, *Upaya Meningkatkan Kemampuan Melompat Melalui Gerak Irama Bagi Anak Tuna Grahita Sedan*. Vol 3 Januari 2011.
- Hadi, S. 2000. *Statistik II*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Poerwodarminto, W.J.S. 1985. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT Balai Pustaka.
- Purnomo, Sudjiono, T. Joko, dan S. Hadisusanto. 2009. *Biologi Kelas XI untuk SMA dan MA*. Pusat Perbukuan, Departemen Pendidikan Nasional, Jakarta, p.386.
- Mumpuniarti, *Pembentukan Peta Kognitif Tunagrahita Ringan Dalam Penguasaan Konsep Pengukuran Di Bidang Berhitung dan Ilmu Pengetahuan Alam*. Nanang Indardi, 2015 *Journal of Physical Education, Health and Spor*, JPEHS2.
- Sudarno, 2008/2009, *Peningkatan Kemampuan Bersosialisasi Melalui Olahraga Permainan Bagi Anak Tunagrahita Kelas V*.
- Sri Widati dan Murtadlo. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. Jakarta: Depdiknas
- Teguh Priyono, 2015 *journal Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Anak Tunagrahita*.
- Tri Sagirani, *Pemanfaatan Kinect dalam Prototype Aplikasi Media Pembelajaran bagi Anak Berkebutuhan Khusus* Vol.1 September 2015.
- Tim UM, 2010. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Edisi Kelima.

Malang : Biro Administrasi Akademik, Perencanaan dan Sistem Informasi Bekerjasama dengan Penerbit Universitas Negeri Malang.

Widiastuti, Dr. M.Pd .2011 Tes dan Pengukuran Olahraga. *Jakarta*: PT. Bumi Timur Jaya.

Yudi Hendrayana, 2007. Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Adaptif. Bandung. FPOK UPI.