



## Strategi Guru dalam Pembelajaran PJOK untuk Anak Tunagrahita Kelas 8 SLB Negeri 1 Demak

Andika Satriya Kurniya Rohman<sup>1✉</sup>, Cahyo Yuwono<sup>2</sup>

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia.

### Article History

Received : March 2023

Accepted : November 2023

Published : November 2023

### Keywords

Teacher Strategy; PJOK;  
Mentally Disabled Children

### Abstrak

Latar belakang penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui strategi guru dalam mengajar PJOK untuk anak tunagrahita di SLB Negeri 1 Demak. Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui strategi yang digunakan guru dalam mengajar PJOK anak tunagrahita di SLB Negeri 1 Demak. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi guru dalam mengajar anak tunagrahita. Urutan kegiatan pembelajaran, berdoa'a, memberi informasi pembelajaran, pemanasan, kegiatan inti, dan setelah kegiatan inti guru langsung menutup pembelajaran. Dalam hasil pengamatan metode yang digunakan guru menggunakan metode ceramah. Selain metode, model pembelajaran yang diterapkan menggunakan model pembelajaran langsung. Media pembelajaran yang dipakai guru menggunakan media yang disederhanakan, mudah digunakan, dan familier dengan siswa. Pembelajaran dilaksanakan pada hari rabu dengan alokasi waktu pembelajaran 2 x 35 menit. Simpulan penelitian, sebelum pembelajaran guru menyiapkan peserta didiknya, metode yang digunakan metode ceramah dan model pembelajaran yang digunakan model pembelajaran langsung. Media yang digunakan menggunakan media yang disederhanakan, pembelajaran dilaksanakan satu kali pertemuan dalam seminggu.

### Abstract

*The background of this research is that researchers want to know the teacher's strategy in teaching PJOK for mentally retarded children at SLB Negeri 1 Demak. The purpose of this study was to find out the strategies used by teachers in teaching PJOK mentally retarded children at SLB Negeri 1 Demak. The type of research used in this research is qualitative research with a descriptive approach. Data collection techniques are observation, interviews and documentation. The results of the study show that the teacher's strategy in teaching mentally retarded children. Sequence of learning activities, praying, providing learning information, warming up, core activities, and after the main activities the teacher immediately closes learning. In the results of observing the method used by the teacher using the lecture method. In addition to the method, the learning model that is applied uses a direct learning learning model. The learning media used by the teacher uses simplified media, is easy to use, and is familiar to students. Learning is carried out on Wednesdays with an allocation of 2 x 35 minutes of learning time. The conclusions of the research, before learning the teacher prepares the students, the method used is the lecture method and the learning model used is the direct learning model. The media used uses simplified media, learning is held once a week.*

### How To Cite:

Rohman, A. S. K., & Yuwono, C. (2023). Strategi Guru dalam Pembelajaran PJOK untuk Anak Tunagrahita Kelas 8 SLB Negeri 1 Demak. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4 (Edisi Khusus 1), 382-389.

✉ Corresponding author :  
E-mail: andikasatriyao610@students.unnes.ac.id

## PENDAHULUAN

Setiap manusia yang lahir di dunia ini memiliki hak yang sama. Hak tersebut berlaku pula dalam dunia pendidikan. Semua berhak memperoleh pelayanan pendidikan yang sama, baik anak yang normal ataupun anak yang berkebutuhan khusus. Akan tetapi, anak berkebutuhan khusus sangat berbeda dengan anak yang normal, mereka memerlukan pelayanan dan perhatian yang lebih. Pendidikan terhadap anak sudah diatur dalam Undang-Undang 1945 pasal 31 ayat 1 yang menyatakan "Setiap warga negara berhak mendapat pendidikan" (Basari et al., 2009). Walaupun pada dasarnya anak mempunyai perbedaan terhadap anak lainnya baik dari segi psikomotor, afektif, dan kognitif. Akan tetapi anak tetap berhak untuk memperoleh layanan pendidikan. Layanan pendidikan yang diberikan tidak dapat disama ratakan terhadap individu yang satu dengan yang lainnya, karena ada perbedaan kebutuhan dari setiap individu seorang.

Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional pada bab IV terkait tentang Hak dan Kewajiban Warga Negara dalam memperoleh pendidikan salah satunya menyebutkan, bahwa warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan/atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus (Nasional, 1982). Bahwa anak berkebutuhan khusus berhak memperoleh kesempatan yang sama dengan anak lainnya yakni anak yang normal secara fisik dan mental. Dalam dunia pendidikan, anak berkebutuhan khusus perlu perhatian khusus yang harus kita bimbing dengan strategi pembelajaran yang khusus pula. Menurut (Mulyono et al., 2019) pendidikan jasmani memegang peranan penting dalam mewujudkan tujuan pendidikan. Menurut hasil laporan Eurydice tentang pendidikan jasmani dan olahraga di Eropa (EACEA, 2013), semua negara Eropa mengakui pentingnya pendidikan jasmani di sekolah.

Menurut (Jauhari, 2017) menyatakan bahwa anak dengan kebutuhan khusus memiliki masalah-masalah tertentu misalnya berkaitan dengan aspek sensorik, motoric, dalam penerimaan pembelajarannya maupun perilakunya. Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang

memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelaianan yang dialami anak (Pitaloka, 2022, dalam Asiatun et al., 2023). Anak berkebutuhan khusus afebridalah anak yang memiliki keterbatasan salah satu atau beberapa kemampuan baik itu bersifat fisik seperti tunarungu dan tunanetra maupun bersifat psikologis seperti autism dan tunagrahita (Julianus & Pramono, 2021).

Menurut Beltasar Tarigan dalam (Hakim, 2017) Anak berkebutuhan khusus memiliki beberapa jenis yang utama dari segi jasmaniah (fisik) bisa dikelompokkan menjadi berikut : (1) Gangguan penglihatan/kebutaan, (2) Gangguan pendengaran, (3) Tidak mampu bicara/Tuna wicara, (4) Cacat mental/Tunagrahita, (5) Cacat fisik, (6) Gangguan emosional, (7) Epilepsi, dan (8) Obesitas.

Dalam hal ini, peneliti akan membahas tentang bagaimana strategi guru dalam melakukan proses pembelajaran PJOK untuk anak tunagrahita. Strategi yang digunakan guru dalam mengajar anak normal dan anak memiliki keterbatasan tentunya berbeda. Guru dalam mengajar anak tunagrahita juga harus ekstra dalam strategi pembelajaran agar materi dapat tersampaikan dengan baik. Secara umum strategi adalah alat, rencana, atau metode yang digunakan untuk menyelesaikan suatu tugas (Beckman, 2004: 1, dalam Nasution, 2017). Menurut Sanjaya (2016) dalam (Sari & Fernandes, 2022) Strategi pembelajaran merupakan kegiatan yang didesain untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu.

Tunagrahita adalah istilah yang digunakan untuk menyebut anak yang mempunyai kemampuan intelektual di bawah rata-rata (Sutjihaji Somantri, 2006:103, dalam Zaka, 2016). Anak tunagrahita merupakan seseorang yang secara berarti mempunyai kecerdasan dibawah anak normal pada umumnya dengan skor IQ lebih rendah atau sama dari 70. kecerdasan dibawah rata-rata anak normal, jelas ini akan menghambat dan mempengaruhi segala aktivitas di kehidupan sehari-hari, dalam sosialisasi, interaksi dan yang sangat menonjol adalah ketidakmampuan dalam menangkap pelajaran yang bersifat akademik sebagaimana anak-anak sebaya (Kemis dan Ati

Rosnawati, 2013:1, dalam Supriyatna & Marwanti, 2018).

Seperti anak pada umumnya, anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus terutama anak tunagrahita adalah bagian dari generasi yang memperoleh kesempatan untuk mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Mereka berhak mengenyam pendidikan pada sekolah yang diperuntukkan khusus bagi anak yang memiliki cacat atau kelainan, atau yang disebut dengan Sekolah Luar Biasa (SLB).

Pendidikan formal bagi anak berkebutuhan khusus dilakukan di Sekolah luar biasa (SLB). Sekolah luar biasa (SLB) mempunyai program khusus kurikulum pendidikan dalam merehabilitasi, melatih, dan mendidik anak cacat, termasuk pendidikan jasmani bagi anak cacat (pendidikan jasmani adaptif) (Rustanto, 2013). Pendidikan jasmani adaptif merupakan salah satu proses pendidikan yang pelaksanaannya melalui aktivitas gerak yang telah disesuaikan dengan kemampuan dan keterbatasan yang ada pada diri masing-masing anak (Febriyanti & Pramono, 2022). Tujuan pendidikan Jasmani adaptif bagi ABK sebagai berikut: Untuk menolong siswa mengkoreksi kondisi yang dapat diperbaiki, Untuk membantu siswa melindungi diri sendiri dari kondisi apapun yang memperburuk keadaannya melalui Penjas tertentu, Untuk memberikan kesempatan pada siswa mempelajari dan berpartisipasi dalam sejumlah macam olah raga dan aktivitas jasmani, waktu luang yang bersifat rekreatif, Untuk menolong siswa memahami keterbatasan kemampuan jasmani dan mentalnya, Untuk membantu siswa melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan memiliki harga diri, Untuk membantu siswa dalam mengembangkan pengetahuan dan apresiasi terhadap mekanika tubuh yang baik, Untuk menolong siswa memahami dan menghargai macam olah raga yang dapat diminatinya sebagai penonton (Putri, 2017).

Menurut Petunjuk Pelaksanaan Sistem Pendidikan Nasional Tahun 1993, lembaga pendidikan SLB adalah lembaga pendidikan yang bertujuan membantu peserta didik yang menyandang kelainan fisik dan/atau mental, perilaku dan sosial agar mampu mengembangkan

sikap, pengetahuan dan keterampilan sebagai pribadi maupun anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam sekitar serta dapat mengembangkan kemampuan dalam dunia kerja atau mengikuti pendidikan lanjutan (Firmansyah & Widuri, 2014). Pendidikan Luar Biasa atau Sekolah Luar Biasa (SLB) merupakan pendidikan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental sosial, tetapi memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa (Tumanggor, S. et al., 2023). Fakta di lapangan tentang proses pembelajaran PJOK yang telah penulis observasi di SLB Negeri 1 Demak pada 24 Mei 2022, faktor yang mempengaruhi guru dalam proses pembelajaran PJOK di SLB Negeri 1 Demak yaitu keterbatasan hambatan yang dimiliki oleh anak tunagrahita dan kurangnya guru dalam pendampingan belajar.

Sebagai calon guru PJOK, penulis memahami bahwa PJOK saat ini adalah bagaimana PJOK dapat mengajak siswa untuk aktif bergerak, bergembira, dan akhirnya bisa mengaplikasikan materi yang diberikan oleh pendidik dengan baik. Hal seperti itu tidak hanya berlaku untuk PJOK di sekolah-sekolah umum saja, hal itu berlaku juga untuk PJOK di SLB. Dalam mengajar ABK guru PJOK harus mempunyai strategi dalam mengajar kepada anak tersebut agar siswa dapat mengikuti dan meningkatkan potensi yang dimiliki secara optimal.

Dari hasil wawancara penulis dengan Bapak Ahmad Nazalludin, S.Pd selaku pengampu mata pelajaran PJOK di SLB Negeri 1 Demak untuk sarana dan prasarana sudah memadai hanya saja kurangnya tenaga pendidik dalam pembelajaran PJOK. Di SLB Negeri 1 Demak yaitu ada empat jenjang pendidikan yaitu TK, SD, SMP, SMA. Dari empat jenjang itu hanya ada 1 guru saja yang mengampu mata pelajaran PJOK.

## METODE

Metode yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah kualitatif. Tujuan dari

penelitian kualitatif ini adalah untuk memahami kondisi suatu konteks dengan mengarahkan pada pendeskripsian secara rinci dan mendalam mengenai potret kondisi dalam suatu konteks yang alami (*natural setting*), tentang apa yang sebenarnya terjadi menurut apa adanya di lapangan studi (Nugrahani & Hum, 2014). Jenis penelitian yang dipakai adalah deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian dengan metode untuk menggambarkan suatu hasil penelitian. Sesuai dengan namanya, jenis penelitian deskriptif memiliki tujuan untuk memberikan deskripsi, penjelasan, juga validasi mengenai fenomena yang tengah diteliti (Ramadhan, 2021). Fenomena tersebut dalam hal ini adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan aktivitas fisik anak tunagrahita dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SLB Negeri 1 Demak, yang terletak di Jln. Kudus No 52 Demak, Bintoro, Kec. Demak, Kabupaten Demak, Jawa Tengah.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data yang diperoleh langsung dari objeknya yang dikumpulkan dan diolah sendiri oleh peneliti disebut data primer. Dalam data primer ada hak sepuh peneliti untuk menentukan data yang diinginkan sesuai dengan indikator-indikator dari variabel-variabel penelitian dengan tidak bertentangan dengan teori yang telah ada (H. F. Nasution, 2016). Sumber data primer penelitian ini adalah seorang guru pendidikan jasmani dan anak tunagrahita kelas 8 yang berjumlah 12 siswa. Peneliti mengambil 2 orang siswa sebagai sampel untuk pengambilan data melalui wawancara dan observasi. Sedangkan sumber data sekunder yaitu tempat penelitian dan lain-lain. Teknik keabsahan data meliputi derajat kepercayaan (*credibility*), keteralihan (*transferability*), kebergantungan (*dependability*) serta kepastian (*confirmability*). Teknik analisis data dalam penelitian ini melalui teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 Juli sampai dengan 16 Agustus 2022 di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Demak. Sebelum

melaksanakan penelitian peneliti menyiapkan berbagai macam keperluan yang akan dipakai dalam penelitian, seperti kamera yang akan digunakan dalam merekam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, merekam hasil wawancara, dan untuk mengumpulkan data berupa foto-foto yang mendukung dalam proses penelitian ini. Peneliti juga memberi arahan kepada teman yang akan membantu berjalannya penelitian.

Pada saat pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan, guru pendidikan jasmani memimpin proses pembelajaran dan dibantu oleh guru kelas masing-masing non pendidikan jasmani. Pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan di Sekolah Luar Biasa Negeri Demak dilakukan bersamaan dengan kelas 7 dan 8 yaitu 1 kali pertemuan dalam 1 minggu yaitu pada hari rabu dan materi yang diajarkan juga sama. Pada saat proses pembelajaran tidak semua siswa tunagrahita dapat melakukan tugas gerak yang diberikan guru. Jadi pada siswa yang kesulitan atau tidak dapat melakukan tugas geraknya yang diberikan, maka guru kelas atau juga guru pendamping akan membantu dan mengarahkan siswa dalam melaksanakan tugas geraknya tersebut.

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam memberikan materi, model, dan metode pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan kepada siswa tunagrahita, karena pada setiap tingkatan tunagrahita memiliki kemampuan dan kebutuhan yang tersendiri, misalnya pada pemilihan materi yang diberikan karena tidak semua olahraga dapat diberikan pada siswa tunagrahita, seperti olahraga yang berat-berat dan olahraga yang memiliki tingkat resiko tinggi. Ada beberapa gerakan-gerakan tertentu yang tidak boleh diberikan kepada siswa tunagrahita, seperti memutar-mutar kepala atau memutar-mutar lutut saat melakukan *stretching* (pemanasan), gerakan-gerakan tersebut tidak dapat diberikan kepada siswa tunagrahita karena siswa tunagrahita mempunyai kelemahan pada sendi-sendinya. Oleh sebab itu apabila tetap diberikan akan berbahaya bagi siswa tunagrahita tersebut karena dapat mengakibatkan cedera.

Anak yang berkelainan mental atau tunagrahita yaitu anak yang diidentifikasi memiliki tingkat kecerdasan yang sedemikian rendahnya (di bawah normal) sehingga untuk meniti tugas perkembangannya memerlukan bantuan atau layanan secara khusus, terutama di dalamnya kebutuhan program pendidikan dan bimbingannya. Strategi pembelajaran sangat penting, ada empat komponen utama strategi pembelajaran yaitu, urutan kegiatan pembelajaran, metode dan model pembelajaran, media pembelajaran, dan waktu pembelajaran.

### Urutan Kegiatan Pembelajaran

Pada saat proses pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan, sebelum masuk ke materi pembelajaran guru memimpin do'a terlebih dahulu selanjutnya guru memberi informasi kepada siswa tentang apa yang akan dilaksanakan nantinya saat pembelajaran dimulai. Selanjutnya guru memberi intruksi untuk jalan ringan disekitar sekolah untuk pemanasan, setelahnya guru memberikan *stretching* (pemanasan). Pada saat melakukan *stretching* misalnya menggeleng-gelengkan kepala kekanan dan kekiri, keatas dan kebawah, gerakan –gerakan tersebut harus dihindarkan karena akan berbahaya dan dapat mengakibatkan cedera terhadap siswa tunagrahita. Pembelajaran adaptif harus dapat memperbaiki atau meminimalisir dampak dari kelainan yang dimiliki peserta didik, bukan memperburuk kondisi peserta didik (Sari, 2013 dalam Sukriadi, 2021). Saat melakukan pemanasan ada beberapa siswa tunagrahita cenderung suka diam dan melamun atau termenung.

Pada saat proses pembelajaran setiap individu siswa tunagrahita memiliki tingkat kebutuhan yang berbeda antara siswa tunagrahita ringan, tunagrahita sedang, dan tunagrahita berat. Saat pertama guru memberikan materi pembelajaran siswa masih banyak yang kesulitan menangkap informasi materi yang diberikan oleh guru, setelah guru menjelaskan dan mencontohkan secara berulang-ulang siswa mulai sedikit-sedikit bisa menangkap informasi yang diberikan. Siswa yang tidak dapat menangkap perintah yang diberikan guru, akan dibantu dan didampingi oleh guru bantu dari masing-masing kelas. Pada saat

proses pembelajaran ada beberapa anak yang dapat menangkap informasi yang diberikan guru, anak tersebut membantu temanya yang belum mengerti dan mengarahkan apa yang diperintahkan oleh guru. Namun dalam pembelajaran masih banyak anak yang tidak mengikuti pembelajaran yang diberikan oleh guru, anak tersebut hanya duduk dipinggir lapangan dan berdiam diri saja. Ketika proses pembelajaran berlangsung guru harus bersabar dalam menghadapi siswa-siswinya dalam pembelajaran, karena dengan hambatan yang dimiliki anak tersebut. Setelah selesai melakukan kegiatan inti guru tidak mengevaluasi pembelajaran akan tetapi siswa langsung diarahkan untuk istirahat dan kembali ke dalam kelas masing-masing.

### Metode dan Model Pembelajaran

Dalam pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan bagi anak berkebutuhan khusus tentunya menggunakan metode pendidikan jasmani adaptif. Pada pembelajaran untuk anak tunagrahita metode dan model pembelajaran yang dipilih disesuaikan dengan karakteristik, keadaan, dan tujuan yang telah ditentukan. Pada saat pembelajaran pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran menggunakan metode ceramah. Dalam hambatan yang dimiliki oleh anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam berfikir atau IQ rendah, guru saat menyampaikan materi pembelajaran dalam penyampaiannya dilakukan secara berulang-ulang. Selain metode pembelajaran, dalam pengamatan peneliti salah satu model yang diterapkan guru dalam mengajar anak tunagrahita adalah menggunakan model *direct introduction* (pembelajaran langsung), model *direct introduction* merupakan model mengajar yang menggunakan pendekatan selangkah-selangkah yang terstruktur dengan cermat, dalam memberi intruksi atau perintah. Model pembelajaran langsung merupakan pembelajaran yang banyak diarahkan oleh guru.

### Media Pembelajaran

Media merupakan sesuatu yang dapat menjadi perantara sehingga mempermudah audien dalam menerima materi guna mencapai tujuan pembelajaran. Bagi seorang guru dituntut untuk

kreatif menciptakan sebuah media agar siswa memiliki semangat dan antusias lebih. Tentu dalam mengajar anak berkebutuhan khusus juga perlu memiliki sebuah media, mengingat kemampuan anak berkebutuhan khusus itu berbeda-beda. Salah satunya yaitu siswa tunagrahita yang memiliki hambatan pada kemampuan intelegensi sehingga penggunaan media sangat penting.

Guru pendidikan jasmani saat mengajar siswa tunagrahita juga menggunakan media sebagai sarana dalam menyampaikan materi. Senada dengan apa yang dikatakan oleh Nana Sudjana (2005: 7) dalam Zaka (2016) bahwa, kedudukan media pembelajaran sebagai upaya untuk meningkatkan interaksi guru dan siswa, yakni menunjang penggunaan metode mengajar yang dipergunakan guru. Untuk dapat memilih media pembelajaran yang baik, guru harus benar-benar memahami karakteristik dari kesulitan yang dialami siswa, sehingga perlu tindakan asesmen yang tepat (Saputri, 2016). Media yang digunakan guru dalam pembelajaran adalah media yang sederhana, mudah digunakan dan familiar dengan siswa seperti kun, bola plastik, kerucut, dan lain-lain. Tidak ada persiapan khusus tersendiri dari guru dalam penggunaan media dalam pembelajaran.

Dalam penggunaan media pembelajaran bagi anak tunagrahita hendaknya memperhatikan karakteristik dari setiap individu siswa tunagrahita. Karakteristik tunagrahita antara lain berfikir konkrit, sulit berkonsentrasi, tidak mampu menyimpan intruksi yang sulit (Mohammad Efendi, 2006: 98 dalam Saputri, 2016). Sehingga media pembelajaran yang tepat bagi anak tunagrahita yaitu media pembelajaran yang konkrit, menarik, dan mudah digunakan.

### **Manajemen Waktu Pembelajaran**

Pada pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Demak setiap hari dilakukan kegiatan pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan di masing-masing jenjang tingkat pendidikan. Akan tetapi untuk pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan di jenjang SMP kelas 8 untuk anak tunagrahita

dilakukan 1x dalam 1 minggu, yaitu pada hari rabu, dengan alokasi waktu 2 x 35 menit. Dimana dalam pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan untuk kelas 8 dilakukan bersama dengan kelas 7 tunagrahita. Selain pembelajaran yang dilakukan bersama, materi pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan yang diberikan kepada anak tunagrahita kelas 7 dan 8 juga sama.

Pada waktu pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan dengan alokasi waktu 2 x 35 menit, waktu yang ada digunakan semaksimal mungkin pada proses pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan. Dimana saat sebelum dimulai materi pembelajaran, guru memberi informasi pembelajaran yang akan diberikan dan selanjutnya melakukan pemanasan sesuai arahan yang diberikan oleh guru. Setelah proses pembelajaran dilakukan guru tidak melakukan kegiatan evaluasi pembelajaran dan pendinginan, pembelajaran langsung ditutup dan siswa langsung disuruh untuk istirahat kedalam kelas masing-masing.

### **Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran di SLB Negeri 1 Demak**

Dalam melakukan penelitian, ada hal menarik yang didapat oleh peneliti. Proses pembelajaran pendidikan jasmani dilakukan bersama-sama para siswa tunagrahita, baik siswa dengan gangguan IQ yang ringan, sedang maupun berat. Tentunya daya tangkap masing-masing siswa terhadap pelajaran juga berbeda-beda. Peneliti mendapati sesuatu yang menarik, saat pembelajaran praktik beberapa siswa yang mengalami gangguan IQ rendah mampu menangkap penjelasan guru dengan baik, mereka membantu dan mengajak teman-teman lainnya yang belum paham agar mengerti maksud dari penjelasan guru dan mau mempraktikkan intruksi dari guru. Bagi peneliti, ini adalah hal menarik atau kelebihan tersendiri, karena seorang anak tunagrahita yang pada umumnya sulit menerima informasi tetapi pada kasus ini mereka dapat menerima informasi yang diberikan dan membantu teman lainnya yang belum paham.

Dari penelitian yang dilakukan, penulis juga menemukan kelemahan yaitu, SLB Negeri 1

Demak masih kekurangan tenaga pendidik terutama tenaga pendidik untuk mata pelajaran penjas. Guru penjas yang ada di SLB Negeri 1 Demak hanya berjumlah 1 orang saja, hal itu menjadi kelemahan tersendiri dari sekolah tersebut.

Selain itu, guru penjas juga mengajar mata pelajaran penjas pada setiap jenjang di SLB Negeri 1 Demak, mulai jenjang TK, SD, SMP, hingga SMA. Yang artinya guru penjas tersebut harus mengajar pelajaran penjas pada lebih dari satu jenjang pendidikan. Padahal seharusnya setiap jenjang pendidikan harus memiliki guru penjas masing-masing.

Pada jadwal pembelajaran yang sudah ada, guru penjas dapat mengajar dua sampai tiga kelas sekaligus secara bersamaan. Hal itu menjadikan proses pembelajaran tidak dapat berjalan secara efektif walaupun sudah di bantu oleh guru kelas masing-masing.

## SIMPULAN

Pelaksanaan pembelajaran sebelum guru memulai pembelajaran diawali dengan do'a terlebih dahulu dan selanjutnya memberikan informasi materi yang akan diberikan dan dilanjutkan dengan *stretching*.

Pada saat kegiatan pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan guru olahraga dibantu oleh guru kelas non pendidikan jasmani untuk mendampingi dan mengawasi siswa-siswi dalam proses pembelajaran. Metode yang digunakan guru dalam mengajar anak tunagrahita tentunya menggunakan metode penjas adaptif. Dalam pengamatan peneliti guru juga menggunakan metode ceramah dalam mengajar. Dengan hambatan yang dimiliki siswa sehingga guru dalam menjelaskan dilakukan secara berulang-ulang. Dalam pengamatan peneliti salah satu model pembelajaran yang diterapkan guru dalam mengajar anak tunagrahita adalah menggunakan model pembelajaran *direct introduction* (pembelajaran langsung).

Saat proses pembelajaran guru menggunakan media pembelajaran, pembelajaran yang digunakan guru dalam mengajar anak tunagrahita dengan menggunakan media yang sederhana, mudah digunakan dan familiar dengan

siswa seperti kun, bola plastik, kerucut, dan lain-lain. Tidak ada persiapan khusus tersendiri dari guru dalam penggunaan media dalam pembelajaran. Pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan untuk anak tunagrahita kelas 8 Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Demak dilaksanakan 1 minggu 1 kali yaitu pada hari rabu, dengan alokasi waktu pembelajaran 2 x 35 menit yang dimana pembelajaran digabungkan dengan kelas 7 tunagrahita.

Saat pembelajaran beberapa siswa yang mengalami gangguan IQ rendah dan mampu menangkap penjelasan guru dengan mudah justru mereka membantu dan mengarahkan teman-temannya. Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Demak dalam tenaga pendidik masih minim terutama tenaga pendidik mata pelajaran penjas. Guru penjas yang ada di SLB Negeri 1 Demak hanya berjumlah 1 orang saja, hal itu menjadi kelemahan tersendiri dari sekolah tersebut.

Saran yang dapat diberikan peneliti yaitu guru yang mengajar pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan untuk ditambah serta diberikan seminar atau pelatihan mengenai strategi mengajar anak berkebutuhan khusus terutama untuk anak tunagrahita. Untuk tenaga pendidik pendidikan jasmani dan guru pendamping bisa ditambahkan lagi, agar pendidik dapat mengawasi siswa-siswinya. Guru dan pendamping saat mengajar anak tunagrahita harus lebih bersabar, karena dengan hambatan yang dimiliki anak tunagrahita.

## REFERENSI

- Asiatun, S., Kusmawati, H., Ma'arif, S., Komarudin, K., Muttaqin, M. R., & Zuhdi, M. (2023). Strategi Pembelajaran Inklusi. *Journal on Education*, 5(2), 3572–3579.  
<https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.1039>
- Basari, T., Saptaningrum, I. D., & Sastro, D. A. (2009). *Nomor 21 / PUU-VII / 2009 tentang UU SISDIKNAS & UU BHP*. 1–4.
- Febriyanti, N. R., & Pramono, H. (2022). Proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif anak berkebutuhan khusus anak tunagrahita di SLB Negeri Cendono Kabupaten Kudus. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 333–339.
- Firmansyah, I., & Widuri, E. (2014). Subjective Well-Being Pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB). *Empathy*, 2(1), 1–8.
- Hakim, A. R. (2017). Memuliakan Anak Berkebutuhan Khusus Melalui Pendidikan Jasmani Adaptif. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan*

- Pengajaran), 3(1).
- Jauhari, M. N. (2017). Pengembangan Sekolah Inklusif dengan Menggunakan Instrumen Indeks for Inclusion. *Buana Pendidikan: Jurnal Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Unipa Surabaya*, 13(23), 18–27.
- Julianus, B., & Pramono, H. (2021). Indonesian Journal for Efektivitas Media Pembelajaran Permainan Tradisional Gobak Sodor untuk Meningkatkan Motorik Kasar Siswa Tunagrahita Ringan di SLB. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(2), 439–446.
- Komisi Eropa/EACEA/Eurydice (2013). Pendidikan Jasmani dan Sekolah Olahraga di Eropa. Laporan Eurydice. Luksemburg: Kantor Publikasi Uni Eropa.
- Mulyono, A., Irawan, R., Nurharsono, T., & Raharjo, A. (2019). *Machine Translated by Google Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Olahraga Tes dan Alat Ukur Bahasa Indonesia untuk Siswa Tuna Rungu Abstrak Machine Translated by Google*. 6(2), 54–60.
- Nasional, U. S. P. (1982). Introduction and Aim of the Study. *Acta Paediatrica*, 71, 6–6. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.1982.tb08455.x>
- Nasution, H. F. (2016). Instrumen penelitian dan urgensinya dalam penelitian kuantitatif. *Al-Masharif: Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Keislaman*, 4(1), 59–75.
- Nasution, W. N. (2017). *Strategi Pembelajaran*. Medan: Perdana Publishing.
- Nugrahani, F., & Hum, M. (2014). Metode penelitian kualitatif. *Solo: Cakra Books*, 1(1), 3–4.
- Putri, W. U. (2017). Strategi Pembimbingan Pendidikan Jasmani Adaptif Bagi Murid Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa C. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 21–25. <http://www.elsevier.com/locate/scp>
- Ramadhan, M. (2021). *Metode penelitian*. Cipta Media Nusantara.
- Rustanto, A. (2013). *Proses Pelaksanaan Pembelajaran Kabupaten Tegal Tahun 2012*.
- Saputri, I. A. (2016). No Title. *Revista CENIC. Ciencias Biológicas*, 152(3), 28. [file:///Users/andreaquez/Downloads/guia-plan-de-mejora-institucional.pdf%0Ahttp://salud.tabasco.gob.mx/content/revista%0Ahttp://www.revistaalad.com/pdfs/Guias\\_ALAD\\_11\\_Nov\\_2013.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n3.60060.%0Ahttp://www.cenetec](file:///Users/andreaquez/Downloads/guia-plan-de-mejora-institucional.pdf%0Ahttp://salud.tabasco.gob.mx/content/revista%0Ahttp://www.revistaalad.com/pdfs/Guias_ALAD_11_Nov_2013.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n3.60060.%0Ahttp://www.cenetec).
- Sari, S. F., & Fernandes, R. (2022). Strategi Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus di Masa Pandemi Pada Setting Sekolah Inklusif (Studi Kasus: SMA Negeri 2 Bukittinggi). *Naradidik: Journal of Education and Pedagogy*, 1(2), 118–126. <https://doi.org/10.24036/nara.v1i2.23>
- Sukriadi, S. (2021). Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Berbasis Permainan Untuk Anak Tunagrahita Ringan. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 5(1), 12–24.
- Supriyatna, J., & Marwanti, M. (2018). Pengembangan Media Kartu Gambar Kompetensi Kue Tradisional di SLB Negeri Pembina Kota Yogyakarta. *Journal of Culinary Education and Technology*, 7(3).
- Tumanggor, S., Siahaan, P. A., Aruan, J. S., Sitorus, W. W., Manik, I. S., Simare-mare, Y., & Widyastuti, M. (2023). Upaya Meningkatkan Minat Belajar Anak Sekolah Luar Biasa ( SLB ) Dalam Menggunakan Media. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 1(1), 25–32.
- Zaka, Q. (2016). *Minat Siswa Berkebutuhan Khusus Tunagrahita Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Slb-C Yayasan Pendidikan Luar Biasa Demak Tahun 2016*. 1–60.