



Pengembangan Model Pembelajaran Senam Healty Fun Untuk Anak SLB di Kota Magelang

Bernadeta Yovina Anggitasari[✉], Mugiyo Hartono

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

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Oktober 2016

Disetujui Januari 2017

Dipublikasikan Februari 2017

Keywords:

Development; Rhythmic gymnastics; Gymnastics healthy fun; Disable

Abstrak

Tujuan penelitian adalah menghasilkan produk Pengembangan Model Pembelajaran Senam *Healty Fun* untuk anak kelas V dan VI di SLB-C Kota Magelang. Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan dengan prosedur pengembangan produk; (1) melakukan analisis, (2) mengembangkan bentuk produk awal, (3) uji validasi ahli, (4) revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil evaluasi ahli dan uji coba I (20 siswa). Revisi digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal, (5) ujicoba II (30 siswa), (6) revisi produk akhir dilakukan berdasarkan hasil uji coba lapangan, (7) hasil akhir model senam *healty fun* bagi siswa kelas V dan VI yang dihasilkan melalui revisi ujicoba II. Berdasarkan hasil penelitian uji coba I diperoleh presentase 87% (baik), evaluasi ahli diperoleh presentase 89% (baik). Hasil penelitian uji coba II diperoleh presentase 96% (sangat baik). Dari uji coba I dan II terdapat peningkatan dengan selisih 7%. Dapat disimpulkan bahwa pengembangan model pembelajaran senam *healty fun* ini dapat digunakan sebagai alternatif guru memberikan materi pembelajaran penjasorkes khususnya senam irama baik untuk kelas V dan VI SLB-C di Kota Magelang maupun kegiatan senam yang dilakukan guru secara rutin.

Abstract

The purpose of research is to produce healty Gymnastics Instructional Model Development Fun, Grade V and VI in SLB-C Magelang City. This research is the development of the procedures of product development; (1) analysis, (2) develop initial product form, (3) expert validation test, (4) the first product revision, the revision of the product based on the evaluation of experts and trial I (20 students). Revised used for improvements to the initial product, (5) the trial II (30 students), (6) the revision of the final product is done based on the results of the field trials, (7) the results of a late model gymnastics healthy fun for students of classes V and VI which is generated through the revision II trial. Based on the results of research trials I obtained a percentage of 87% (good), the expert evaluation is obtained percentage of 89% (good). II trial research results obtained by the percentage of 96% (excellent). From the trial I and II, there was an increase by a margin of 7%. It can be concluded that the development of gymnastics healthy fun learning model can be used as an alternative to teachers provide learning materials rhythmic gymnastics penjasorkes particularly good for classes V and VI SLB-C in Magelang and gymnastic activities that teachers do on a regular basis

© 2017 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:

Jl. Nangkaraya no.14 RT02/RW04 perumnas kalinegoro magelang, 56172

E-mail: bernadeta.yovina21@gmail.com

ISSN 2252-6773 (online)

ISSN 2460-724X (cetak)

PENDAHULUAN

Menurut (Subagiyo, 2008:1.14) Pendidikan Jasmani dan Kesehatan adalah suatu proses pendidikan yang diarahkan untuk mendorong, membimbing, mengembangkan dan membina kemampuan jasmani dan rohani serta kesehatan siswa dan lingkungan hidupnya, agar tumbuh dan berkembang secara harmonis dan optimal sehingga mampu melaksanakan tugas bagi dirinya dan pengembangan bangsa.

Pendidikan Jasmani Adaptif adalah program atau pendidikan yang bersifat individual yang meliputi fisik atau jasmani, kebugaran gerak, pola dan keterampilan gerak dasar, keterampilan-keterampilan dalam aktifitas permainan olahraga baik individu maupun kelompok yang didesain untuk anak berkebutuhan khusus. Pendidikan olahraga harus menekankan pada program aktifitas fisik yang aktif namun tidak berlebihan, dikarenakan tingkat emosional dari peserta didik berkebutuhan khusus berbeda jauh dengan anak normal, terkadang mereka sulit dalam mengontrol emosi, apalagi ketika mereka menghadapi sebuah permainan atau jenis olahraga yang bersifat kompetisi, maka pendidikan jasmani adaptif memiliki tugas tersendiri dalam memberikan materi kepada peserta didik, supaya pendidikan jasmani benar-benar berguna dan bermanfaat dalam pertumbuhan fisik dan mentalnya (Yudi Hendrayana, 2007:6)

Menurut Fahmi Fahrezi (2000:2) dalam makalah seminar Internasional mengatakan bahwa senam adalah latihan fisik yang dipilih, disusun dan dirangkai secara sistematis sehingga berguna untuk meningkatkan dan memperbaiki kelenturan, sikap, kesehatan, dan kebugaran jasmani.

Senam *healty fun* adalah senam yang khusus diciptakan untuk anak-anak berkebutuhan khusus kriteria tunagrahita. Melalui senam *healty fun* diharapkan generasi penerus bangsa menjadi sehat, tangguh, ceria dan kreatif sekalipun bagi anak-anak bangsa yang memiliki kekurangan didalam dirinya masing-masing. Manfaat senam *healty fun* ini banyak, yaitu mempunyai manfaat fisik, emosi, sosial dan intelektual.

Tunagrahita atau retardasi mental adalah individu yang mengalami hambatan dan keterbelakangan perkembangan mental intelek-

tual dibawah rata-rata, sehingga mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugasnya. Mereka mengalami hambatan dalam tingkah laku dan penyesuaian diri. Seseorang dikatakan tunagrahita apabila memiliki tiga indikator, yaitu : a) keterhambatan fungsi kecerdasan secara umum atau dibawah rata-rata, b) ketidakmampuan dalam berperilaku sosial/adaptif, c) hambatan perilaku sosial/adaptif terjadi pada usia perkembangan yaitu sampai dengan usia 18 tahun (Elly Sari Melinda, 2013:44). Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adaptif bagi anak cacat juga bersifat holistik, seperti tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan untuk anak-anak normal, yaitu mencakup tujuan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, keterampilan gerak, sosial dan intelektual. Oleh karena itu para Guru Pendidikan Jasmani Adaptif seharusnya membantu peserta didik agar tidak merasa rendah diri dari lingkungannya. Kepada peserta didik diberikan kesempatan untuk melakukan aktivitas jasmani melalui berbagai macam olahraga dan permainan. Kesempatan itu merupakan pengakuan bahwa peserta didik berkebutuhan khusus memiliki hak dan kewajiban yang sama dengan anak-anak normal. Oleh sebab itu perlu adanya model pembelajaran yang harus dikembangkan. Model pembelajaran pada prosesnya tidak harus mahal dan menyulitkan. Oleh karena itu model pembelajaran tentunya didukung dengan adanya sarana dan prasarana pembelajaran yang memadai di sekolah tersebut.

Model pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat berpengaruh dalam proses penyampaian materi kepada peserta didik. Kenyataan di lapangan pembelajaran pendidikan jasmani masih menjumpai beberapa permasalahan antara lain, guru kelas yang merangkap menjadi guru penjasorkes, seringkali membuat peserta didik merasa jenuh, bahkan pasif untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar, dikarenakan guru minim dalam memodifikasi baik peraturan permainan maupun sarana prasarana yang digunakan sebagai bahan materi ajar atau dengan kata lain guru monoton dalam memberikan materi kepada siswa, sehingga timbul perasaan jenuh serta bosan dalam mengikuti pembelajaran, contoh kecil di SLB-C Rindang Kasih yang mengampu mata pelajaran penjasorkes adalah Pak Edi beliau guru kelas empat yang merangkap menjadi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Perlu diketahui bahwa sebelum menyampaikan materi kepa-

da peserta didik, guru mempunyai kewajiban dalam memberikan stimulus atau motivasi bagi siswa agar timbul perasaan senang dan gembira dalam menjalani aktivitas sehari-hari baik saat disekolahan maupun diasrama, artinya bahwa guru harus kreatif dalam menghidupkan suasana pada awal proses pembelajaran baik dikelas maupun dilapangan, agar siswa merasa nyaman dan senang dalam melakukan tugas yang diberikan oleh guru. Materi yang disampaikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga harus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan peserta didik yang sudah tertuang dalam kompetensi dasar.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada tataran sekolah dasar khusus tunagrahita, sangatlah mengutamakan budaya gerak peserta didiknya. Kegiatan pendidikan jasmani yang diberikan pada anak tunagrahita perlu diberikan dorongan atau motivasi, permainan yang beragam dan bervariasi akan membantu anak lebih aktif dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan pembelajaran penjasorkes. Salah satu contoh aktivitas jasmani yang mampu membangkitkan semangat siswa dalam bergerak yaitu senam irama/ritmik. Namun, ditemukan permasalahan di beberapa SLB-C yang diteliti bahwa minimnya koleksi senam irama yang dimiliki oleh sekolah-an menjadikan hambatan bagi guru dalam memberikan materi senam irama khususnya bagi anak kelas atas dimana didalam kurikulum terdapat materi ajar senam irama, sehingga dengan adanya permasalahan tersebut menyebabkan guru kesulitan dalam menyampaikan materi serta pen-

getahuan siswa mengenai macam-macam senam menjadi sempit.

Adapun permasalahan-permasalahan yang muncul dilapangan adalah sebagai berikut: 1) minimnya koleksi senam irama yang dimiliki oleh sekolah-an; 2) guru minim dalam memodifikasi baik peraturan permainan maupun sarana prasarana; 3) siswa yang mempunyai dunianya sendiri.

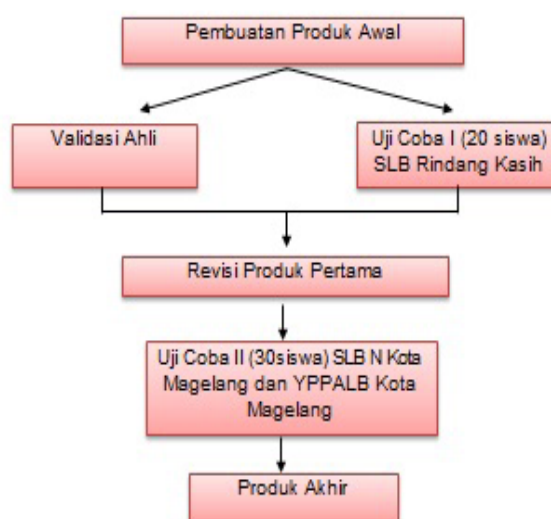
Berdasarkan rumusan masalah yang ada maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut: menghasilkan produk "Pengembangan Model Pembelajaran Senam *Healty Fun* Untuk Anak SLB Di Kota Magelang Tahun 2016"

METODE

Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian dan pengembangan biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (*research-based development*). Penelitian pengembangan adalah suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan.

Model pengembangan yang akan dikembangkan adalah model pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk materi olahraga senam irama dengan model Senam *Healty Fun* pada siswa kelas v dan vi di SLB-C Rindang Kasih, SLB N Kota Magelang dan SLB-C YPPALB Kota Magelang Tahun 2016.



Gambar 1. Prosedur pengembangan model pembelajaran senam healty fun (Borg dan Gall dalam Sugiyono, 2010) Sumber: Hasil Penelitian (2016)

Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah berbentuk lembar dan kuisioner. Lembar evaluasi digunakan untuk menghimpun data dari para ahli penjasorkes dan ahli pembelajaran. Lembar evaluasi untuk ahli berbentuk skala 1 sampai 4 dengan cara memberi tanda "√" pada kolom yang tersedia yang dititik beratkan pada kualitas produk yang dibuat apakah sudah efektif dan efisien untuk pembelajaran penjasorkes.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif berbentuk presentase, sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif.

Pengolahan data presentase diperoleh dengan rumus, yaitu :

$$F = f/N \times 100\%$$

Keterangan :

F = frekuensi relatif/angka presentasi

f = frekuensi yang sedang dicari persentasinya

N = jumlah seluruh

Sumber : Sukirman, dkk (2003: 879)

Model Pembelajaran Senam *Healty Fun*

Senam *healty fun* adalah senam yang khusus diciptakan untuk anak-anak berkebutuhan khusus kriteria tunagrahita. Melalui senam *healty fun* diharapkan generasi penerus bangsa menjadi sehat, tangguh, ceria, dan kreatif sekalipun bagi anak-anak bangsa yang memiliki kekurangan didalam dirinya masing-masing. Manfaat senam *healty fun* ini banyak, yaitu mempunyai manfaat fisik, emosi, sosial, dan intelektual.

Model pembelajaran senam *healty fun* ini menggunakan model demonstrasi terlebih dahulu, guru memberikan contoh gerakan senam kepada anak dengan memaparkan video senam *healty fun* menggunakan layar proyektor yang sudah disediakan oleh pihak sekolah. Senam *healty fun* terdiri dari tiga latihan yaitu latihan pemanasan terdiri dari sembilan gerakan, latihan inti terdiri dari dua puluh satu gerakan, dan latihan pendinginan terdiri dari enam gerakan. Setiap gerakan terdiri dari 2x8 dan 1x8 hitungan. Senam *healty fun* ini berdurasi 10 menit. Latihan pemanasan terdiri dari latihan jalan ditempat, leher, bahu (mengayun kedua lengan), bahu (mengangkat

lengan), sisi badan dan paha, bahu (putaran satu bahu), bahu (putaran 2 bahu), otot bisep (satu lengan, dua lengan dan kaki). Latihan inti terdiri dari latihan Lengan dan paha, pinggang (lengan dan kaki) bahu, lengan dan kaki, pinggang kaki dan tangan, paha dan lengan. Terakhir yaitu latihan pendinginan terdiri dari enam latihan yaitu: lengan dan paha, sisi badan, leher, paha. Otot trisep (lengan kanan dan kiri), paha dan tangan, pernafasan.

Keunggulan dari senam *healty fun* ini yaitu: (a) siswa bertambah ilmunya mengenai gerakan senam yang bervariasi, (b) irama senam *healty fun* menggunakan lagu yang ceria, jadi sambil senam anak dapat bernyayi, (c) gerakan-gerakan senam tersebut apabila dilakukan dengan teratur dapat meningkatkan kesehatan dan juga pertumbuhan fisik pada anak. Kelemahan pada senam *healty fun* tersebut gerakannya sangat bervariasi sehingga sulit bagi anak berkebutuhan khusus untuk menghafalkan gerakan pada senam *healty fun* tersebut.

Tujuan melakukan senam *healty fun* yaitu diharapkan anak-anak sebagai generasi penerus bangsa dapat berolahraga dengan diiringi musik yang gembira dan dapat membina sifat optimisme pada anak-anak. Gerakan-gerakan senam *healty fun* tersebut apabila dilakukan dengan teratur dapat meningkatkan kesehatan dan juga pertumbuhan fisik pada anak.

Standar Operasional Prosedur Senam *Healty Fun*

Berikut ini adalah peraturan dalam pelaksanaan senam *healty fun* yang disesuaikan dengan situasi dan kondisi peserta didik serta lingkungan di sekolah tersebut. Peraturan senam *healty fun* ini dimodifikasi untuk mempermudah siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani pada materi olahraga senam irama.

(1) Teknik

Teknik yang digunakan dalam senam *healty fun* adalah menggunakan gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, salah satunya adalah jalan kaki ditempat, melangkah ke kanan sambil mengayunkan tangan, melangkah *for and back* sambil mengayunkan lengan, menirukan gerakan kangguru melompat, melakukan gerakan kombinasi bungkuk, jongkok, dan pinggang dimana peserta didik berkebutuhan khusus membutuhkan konsentrasi yang tinggi pada saat melakukan gerakan tersebut.

(2) Perlengkapan Pada Pemain

Seragam olahraga dan nomor punggung

(berfungsi sebagai identitas)

(3) Waktu Pelaksanaan

Waktu dalam melakukan senam sehat healthy fun adalah \pm 10 menit. Waktu tersebut masih di tambah dengan pemanasan tanpa musik sebelum melaksanakan aktivitas olahraga dan beberapa senam kreasi lainnya yang bertujuan agar tumbuh perasaan senang terhadap olahraga khususnya senam irama yang dilakukan secara bersama-sama.

(4) Cara Pelaksanaan

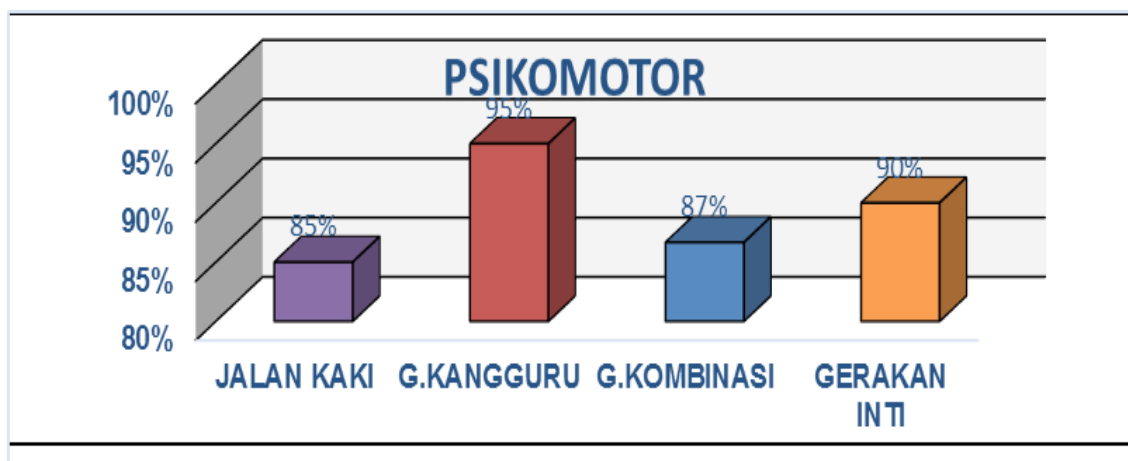
- a) Siswa dibariskan sesuai dengan kondisi dilapangan
- b) Senam akan dimulai ketika musik sudah

dinyalakan.

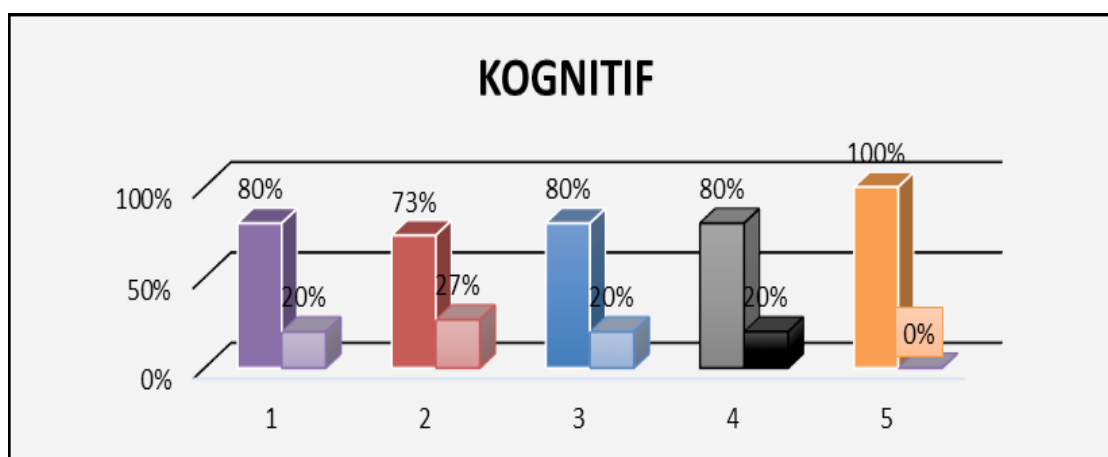
- c) Pelaksanaan senam healthy fun berlangsung dengan mengikuti gerakan yang memimpin senam dibarisan paling depan (peraga senam/ instruktur) atau menggunakan layar LCD dengan alunan musik dan gerakan yang sudah dimodifikasi sehingga setiap gerakan yang akan dilakukan hanya mengikuti contoh.

Hasil dan Pembahasan

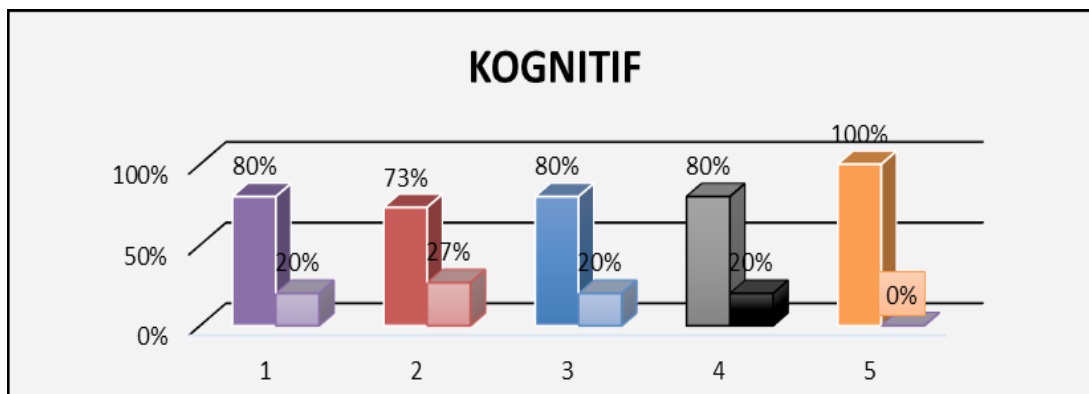
Berdasarkan data yang diperoleh dalam uji coba skala kecil, frekuensi pengamatan gerak siswa ketika melakukan senam *healthy fun* dilihat pada tabel:



Gambar 2. Data Pengamatan Gerak (Psikomotor) Siswa SLB-C Rindang Kasih
Sumber: Hasil Penelitian (2016)



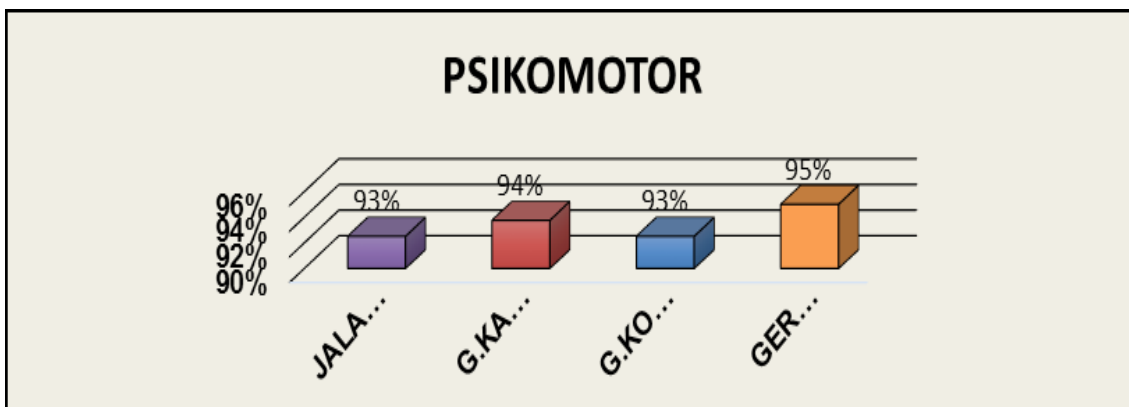
Gambar 3. Data Pengamatan Sikap (Afektif) Siswa SLB-C Rindang Kasih
Sumber: Hasil Penelitian (2016)



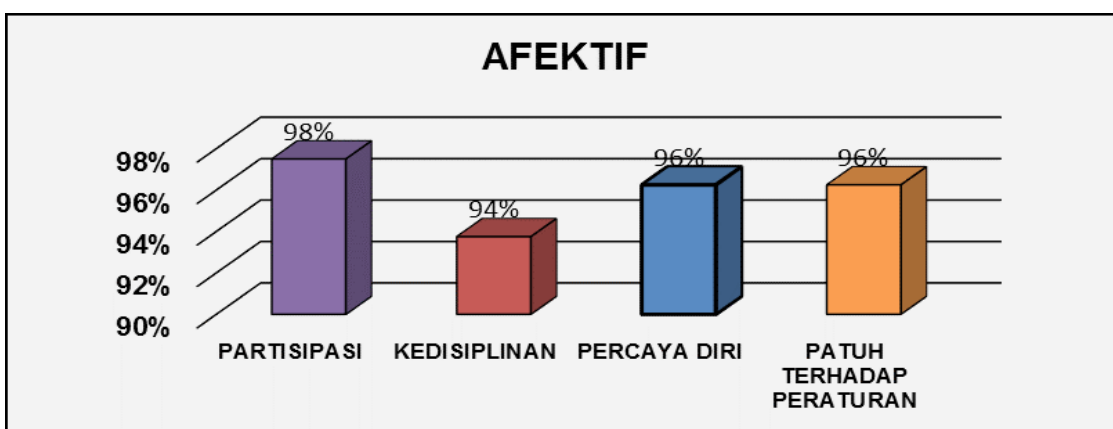
Gambar 4. Hasil Kuisioner Kognitif Siswa SLB-C Rindang Kasih
 Sumber: Hasil Penelitian (2016)

Data yang diperoleh dari aspek psikomotor, aspek afektif, dan aspek kognitif menghasilkan rata-rata presentase sebanyak 87 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria baik, sehingga model pembelajaran senam irama melalui senam *healty fun* layak dan dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi Sekolah Dasar Luar Biasa C Rindang Kasih Kota Magelang.

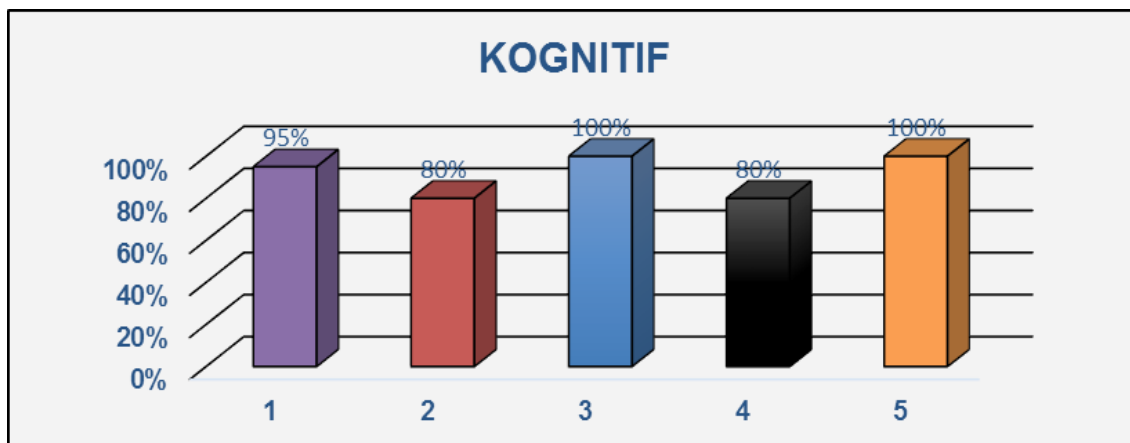
Data yang diperoleh dari aspek psikomotor, afektif, dan kognitif menghasilkan rata-rata presentase sebanyak 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria sangat baik, sehingga model pembelajaran senam irama melalui senam *healty fun* layak dan dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi di SLB N Kota Magelang



Gambar 5. Data Pengamatan Gerak (Psikomotor) Siswa SLB-C YPPALB Kota Magelang (N=20)
 Sumber: Hasil Penelitian (2016)



Gambar 6. Data Pengamatan Sikap (Afektif) SLB-C YPPALB Kota Magelang (N=20)
 Sumber: Hasil Penelitian (2016)



Gambar 7. Hasil Kuisioner Kognitif Siswa
Sumber: Hasil Penelitian Uji Coba II (N=20)

Data yang diperoleh dari aspek psikomotor, afektif, dan kognitif menghasilkan rata-rata presentase sebanyak 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria sangat baik, sehingga model pembelajaran senam irama melalui senam *healty fun* layak dan dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi SLB-C YPPALB Kota Magelang..

PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data Uji Coba I

Aspek Psikomotor

Hasil pengamatan aspek psikomotorik pada uji coba skala kecil, didapat hasil presentase sebagai berikut:

- (1) Aspek jalan kaki di tempat dengan kriteria yang dinilai antara lain posisi badan tegak, kedua kaki bergerak bergantian, ayunan kedua tangan secara bergantian (ayunan tangan berlawanan dengan kaki yang bergerak), posisi kaki ketika diangkat sejajar dengan rata-rata air didapat presentase 85%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 2) Aspek gerak kangguru dengan kriteria yang dinilai antara lain posisi badan agak merunduk, kedua tangan membentuk huruf Z, berada didepan dada seperti kangguru, melompat kearah kanan dan kiri bergantian (masing-masing 2x pengulangan) dengan posisi kaki bersamaan ketika melompat, saat melakukan lompatan usahakan pandangan mata ke arah depan sesuai dengan arah tubuh didapat presentase 95%.

Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 3) Aspek gerakan kombinasi dengan kriteria yang dinilai antara lain posisi badan bungkuk, kedua tangan lurus ke arah bawah, pandangan mata kearah bawah, posisi badan jongkok, kedua tangan lurus kedepan dada, pandangan mata kearah depan, posisi kedua tangan menyentuh pinggang, badan agak condong kedepan, posisi badan tegak, pandangan mata kearah depan didapat presentase 87%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 4) Aspek gerakan inti dengan kriteria yang dinilai antara lain *single step*, langkah kaki bergantian ke kanan dan kiri (masing-masing 1x) diikuti gerakan tangan, *double step*, langkah kaki bergantian ke kanan dan kiri (masing-masing 2x langkah) diikuti gerakan tangan, *doublelanch*, gerakan kaki (*heel dan toe touch*) ke arah serong kanandan serong kiri secara bergantian diikuti gerakan tangan, *knick-up*, angkat kaki sejajar dengan rata-rata air secara bergantian diikuti gerakan tangan didapat presentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

Aspek Afektif

Hasil pengamatan aspek afektif pada uji coba skala kecil, didapat hasil presentase sebagai berikut:

- 1) Aspek partisipasi dengan kriteria

yang dinilai antara lain siswa berani mengungkapkan pendapat pada saat peneliti melakukan presentasi dengan memaparkan video di hadapan siswa atau pada saat akhir pelaksanaan senam, siswa menunjukkan sikap semangat, tawa ceria, bahagia dan *power* yang lebih dalam melaksanakan senam *healty fun* bersama-sama, mendengarkan instruksi dari peneliti dengan cermat, baik dan benar, menerima dan melaksanakan dengan baik dan terbuka instruksi dari guru atau peneliti didapat presentase 85%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 2) Aspek kedisiplinan dengan kriteria yang dinilai antara lain datang sebelum pembelajaran dimulai, meninggalkan kelas atau lapangan setelah pembelajaran selesai, siswa berpakaian olahraga lengkap sesuai dengan peraturan yang berlaku, patuh pada peraturan yang diberikan oleh guru kepada murid, melaksanakan perintah sesuai dengan instruksi guru atau peneliti didapat presentase 95%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 3) Aspek percaya diri dengan kriteria yang dinilai antara lain berani melanjutkan gerakan senam walaupun peneliti atau guru mengetahui bahwa gerakan tersebut salah, berusaha menunjukkan kemampuannya dengan melakukan gerakan sesuai contoh dengan baik dan benar, berusaha melakukan tiap-tiap gerakan senam dengan yakin dan serius agar dapat diterima di lingkungan sekitar dengan nilai positif atas partisipasinya, menunjukkan sikap yang baik dan optimis pada saat pembelajaran berlangsung (awal pemanasan s/d akhir) didapat presentase 87%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 4) Aspek patuh terhadap peraturan dengan kriteria yang dinilai antara lain siswa tetap berdiri diposisi atau barisannya masing-masing, tidak mencelakai teman atau orang lain, berkata sopan, menghargai teman atau orang lain disekitar lingkungan

didapat presentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

Aspek Kognitif

Hasil pengamatan aspek kognitif pada uji coba skala kecil, didapat hasil presentase sebagai berikut:

- 1) Aspek apakah siswa bisa melakukan senam *healty fun* didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 2) Aspek apakah siswa bisa melakukan gerakan jalan kaki ditempat didapat presentase 73%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 3) Aspek apakah siswa mengetahui bahwa gerakan kangguru adalah meloncat didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 4) Aspek apakah siswa bisa melakukan gerakan kombinasi didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 5) Aspek apakah siswa mengetahui bahwa didalam senam *healty fun* terdapat gerakan berpindah tempat didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

Berdasarkan data pada hasil pengamatan gerak (psikomotor) dengan aspek yang dinilai antara lain jalan kaki ditempat, gerak kangguru, gerak kombinasi dan gerakan inti yang mencakup empat gerakan didalamnya diperoleh presentase sesuai dengan kriteria yang dinilai sebesar 89%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi Sekolah Dasar Luar Biasa C Rindang Kasih Kota Magelang. Dalam aspek ini, sebagian siswa mampu melakukan gerakan-gerakan yang ada didalam senam *healty fun*.

Berdasarkan data pada hasil pengamatan sikap (afektif) dengan aspek yang dinilai antara lain partisipasi, kedisiplinan, percaya diri, dan patuh terhadap peraturan yang berlaku diperoleh presentase yang sesuai dengan kriteria yang dinilai sebesar 91%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi Sekolah Dasar Luar Biasa C Rindang Kasih Kota Magelang. Dalam aspek ini, siswa dapat belajar mengenai bagaimana berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, kedisiplinan, rasa percaya diri dalam melakukan senam *healty fun* dan patuh terhadap peraturan yang berlaku.

Berdasarkan data pada hasil kuisioner (kognitif yang diisi para siswa) diperoleh presentase jawaban yang sesuai dengan aspek yang dinilai sebesar 82%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi Sekolah Dasar Luar Biasa C Rindang Kasih Kota Magelang. Dalam aspek ini, sebagian siswa mampu menjawab beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan materi dan gerakan-gerakan yang ada didalam senam *healty fun*.

Data yang diperoleh dari aspek psikomotor, aspek afektif, dan aspek kognitif menghasilkan rata-rata presentase sebanyak 87 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria baik, sehingga model pembelajaran senam irama melalui senam *healty fun* layak dan dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi Sekolah Dasar Luar Biasa C Rindang Kasih Kota Magelang.

Hasil Analisis Data Uji Coba II

Aspek Psikomotor

Hasil pengamatan aspek psikomotorik pada uji coba skala besar di SLB-C YPPALB Kota Magelang, didapat hasil presentase sebagai berikut:

- 1) Aspek jalan kaki ditempat dengan kriteria yang dinilai antara lain posisi badan tegak, kedua kaki bergerak bergantian, ayunkan kedua tangan secara bergantian (ayunan tangan berlawanan dengan kaki yang bergerak), posisi kaki ketika diangkat sejajar dengan rata-rata air didapat presentase 93%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 2) Aspek gerak kangguru dengan kriteria yang dinilai antara lain posisi badan agak merunduk, kedua tangan membentuk huruf Z, berada didepan dada seperti kangguru, melompat kearah kanan dan kiri bergantian (masing-masing 2x pengulangan) dengan posisi kaki bersamaan ketika melompat, saat melakukan lompatan usahakan pandangan mata ke arah depan sesuai dengan arah tubuh didapat presentase 94%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 3) Aspek gerakan kombinasi dengan kriteria yang dinilai antara lain posisi badan bungkuk, kedua tangan lurus ke arah bawah, pandangan mata kearah bawah, posisi badan jongkok, kedua tangan lurus kedepan dada, pandangan mata kearah depan, posisi kedua tangan menyentuh pinggang, badan agak condong kedepan, posisi badan tegak, pandangan mata kearah depan didapat presentase 93%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 4) Aspek gerakan inti dengan kriteria yang dinilai antara lain *single step*, langkah kaki bergantian ke kanan dan kiri (masing-masing 1x) diikuti gerakan tangan, *double step*, langkah kaki bergantian ke kanan dan kiri (masing-masing 2x langkah) diikuti gerakan tangan, *double lunge*, gerakan kaki (*heel dan toe touch*) ke arah serong kanandan serong kiri secara bergantian diikuti gerakan tangan, *knick-up*, angkat kaki sejajar dengan rata-rata air secara bergantian diikuti gerakan tangan didapat presentase 95%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

Aspek Afektif

Hasil pengamatan aspek afektif pada uji coba skala besar, didapat hasil presentase sebagai berikut:

- 1) Aspek partisipasi dengan kriteria yang dinilai antara lain siswa berani mengungkapkan pendapat pada saat peneliti melakukan presentasi dengan memaparkan video di hadapan siswa

atau pada saat akhir pelaksanaan senam, siswa menunjukkan sikap semangat, tawa ceria, bahagia dan *power* yang lebih dalam melaksanakan senam *healty fun* bersama-sama, mendengarkan instruksi dari peneliti dengan cermat, baik dan benar, menerima dan melaksanakan dengan baik dan terbuka instruksi dari guru atau peneliti didapat presentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 2) Aspek kedisiplinan dengan kriteria yang dinilai antara lain datang sebelum pembelajaran dimulai, meninggalkan kelas atau lapangan setelah pembelajaran selesai, siswa berpakaian olahraga lengkap sesuai dengan peraturan yang berlaku, patuh pada peraturan yang diberikan oleh guru kepada murid, melaksanakan perintah sesuai dengan instruksi guru atau peneliti didapat presentase 94%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 3) Aspek percaya diri dengan kriteria yang dinilai antara lain berani melanjutkan gerakan senam walaupun peneliti atau guru mengetahui bahwa gerakan tersebut salah, berusaha menunjukkan kemampuannya dengan melakukan gerakan sesuai contoh dengan baik dan benar, berusaha melakukan tiap-tiap gerakan senam dengan yakin dan serius agar dapat diterima di lingkungan sekitar dengan nilai positif atas partisipasinya, menunjukkan sikap yang baik dan optimis pada saat pembelajaran berlangsung (awal pemanasan s/d akhir) didapat presentase 96 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 4) Aspek patuh terhadap peraturan dengan kriteria yang dinilai antara lain *single step*, langkah kaki bergantian ke kanan dan kiri (masing-masing 1x) diikuti gerakan tangan, *double step*, langkah kaki bergantian ke kanan dan kiri (masing-masing 2x langkah) diikuti gerakan tangan, *double lunge*, gerakan kaki (*heel dan toe touch*) ke arah serong kanandan serong kiri secara bergantian diikuti gerakan tangan, knick-

up, angkat kaki sejajar dengan rata-rata air secara bergantian diikuti gerakan tangan didapat presentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

Aspek Kognitif

Hasil pengamatan aspek kognitif pada uji coba skala besar, didapat hasil presentase sebagai berikut:

- 1) Aspek apakah siswa bisa melakukan senam *healty fun* didapat presentase 95%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 2) Aspek apakah siswa bisa melakukan gerakan jalan kaki ditemapt didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 3) Aspek apakah siswa mengetahui bahwa gerakan kangguru adalah meloncat didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 4) Aspek apakah siswa bisa melakukan gerakan kombinasi didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 5) Aspek apakah siswa mengetahui bahwa didalam senam *healty fun* terdapat gerakan berpindah tempat didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

Berdasarkan data pada hasil pengamatan gerak (psikomotor) dengan aspek yang dinilai antara lain jalan kaki ditempat, gerak kangguru, gerak kombinasi dan gerakan inti yang mencakup empat gerakan didalamnya diperoleh presentase yang sesuai dengan kriteria yang dinilai sebesar 93%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi SLB-C YPPALB Kota Magelang. Dalam aspek ini, se-

bagian siswa mampu mempraktekkan gerakan-gerakan yang ada didalam senam *healty fun*.

Berdasarkan data pada hasil pengamatan sikap (afektif) dengan aspek yang dinilai antara lain partisipasi, kedisiplinan, percaya diri, dan patuh terhadap peraturan yang berlaku diperoleh presentase yang sesuai dengan kriteria yang dinilai sebesar 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi SLB-C YPPALB Kota Magelang. Dalam aspek ini, siswa dapat belajar mengenai bagaimana berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, kedisiplinan, rasa percaya diri dalam melakukan senam *healty fun* dan patuh terhadap peraturan yang berlaku.

Berdasarkan data pada hasil kuisioner (kognitif yang diisi para siswa) diperoleh presentase jawaban yang sesuai dengan kriteria yang dinilai sebesar 91%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi SLB-C YPPALB Kota Magelang. Dalam aspek ini, sebagian siswa mampu menjawab beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan materi dan gerakan-gerakan yang ada didalam senam *healty fun*.

Data yang diperoleh dari aspek psikomotor, afektif dan kognitif menghasilkan rata-rata presentase sebanyak 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka senam *healty fun* ini telah memenuhi kriteria sangat baik, sehingga model pembelajaran senam irama melalui senam

healty fun layak dan dapat digunakan untuk siswa kelas v dan vi SLB-C YPPALB Kota Magelang.

SIMPULAN

Hasil akhir dari kegiatan penelitian ini adalah produk model pengembangan senam *healty fun* yang berdasarkan data penelitian uji coba I (N=20) dan uji coba II (N=30) di beberapa Sekolah Dasar Luar Biasa Kota Magelang.

Pada uji coba produk model senam *healty fun* sudah dapat dipraktekkan kepada subjek uji coba. Hal ini berdasarkan analisis data hasil evaluasi ahli penjasorkes dan ahli pembelajaran, maka produk senam *healty fun* ini dikatakan layak sehingga dapat digunakan bagi siswa kelas v dan vi di Sekolah Dasar Luar Biasa C Rindang Kasih, SLB N Kota Magelang dan SLB-C YPPALB Kota Magelang.

DAFTAR PUSTAKA

- Melinda, Elly Sari. 2013. Pembelajaran Adaptif Bagi Anak Berkebutuhan Khusus. Jakarta: Luxima
- Subagiyo, dkk. 2008. Perencanaan dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Universitas Terbuka
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta
- Yudi Hendrayana. 2007. Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif. Bandung: Criced