

**KONTRIBUSI LINGKUNGAN KELUARGA DAN AKTIVITAS FISIK
TERHADAP KESEGERAN JASMANI ANAK TUNAGRAHITA RINGAN
(SLB) NEGERI 2 PADANG**

SKRIPSI

*diajukan dalam rangka menyelesaikan studi Strata 1 Untuk memperoleh gelar
Sarjana Olahraga (S.Or) Pada Departemen Kesehatan dan Rekreasi Program
Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Disusun oleh

**MEKRIS RAMADIKI WIRAHAYU SAPUTRA
NIM. 19089066**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**KONTRIBUSI LINGKUNGAN KELUARGA DAN AKTIVITAS FISIK
TERHADAP KESEGERAN JASMANI ANAK TUNAGRAHITA RINGAN
(SLB) NEGERI 2 PADANG**

Nama : Mekris Ramadiki Wirahayu Saputra
NIM/BP : 19089066/2019
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2023

Mengetahui
Kepala Departemen Kesehatan dan
Rekreasi


Prof. Dr. Muhamad Syarif Rifa'i, S.Si, M.Pd
NIP. 19790704 200912 1 004

Disetujui Oleh :
Pembimbing


Dr. Nugroho Susanto, S.Pd., M.Or
NIP. 19900630 201903 1 013

PENGESAHAN SKRIPSI

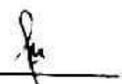
**Diyatakan Lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

**KONTRIBUSI LINGKUNGAN KELUARGA DAN AKTIVITAS FISIK
TERHADAP KESEGERAN JASMANI ANAK TUNAGRAHITA RINGAN
(SLB) NEGERI 2 PADANG**

Nama : Mekris Ramadiki Wirahayu Saputra
NIM/BP : 19089066/2019
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2023

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Nugroho Susanto, S Pd., M.Or	1. 
2. Anggota	: Donal Syafrianto, SSt. FT., M. Fis	2. 
3. Anggota	: Fahmil Haris, S. Pd., M. Pd	3. 

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mekris Ramadiki Wiralayu Saputra
Nim : 19089066
Departemen : Kesehatan Dan Rekreasi
Judul skripsi : "Kontribusi Lingkungan Keluarga Dan Aktivitas Fisik Terhadap
Kesegaran Jasmani Anak Tunagrahita Ringan (SLB) Negeri 2 Padang"

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan yang semuanya saya jelaskan sumbernya.

Padang, Mei 2023

Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink is written over a red and white 10,000 Rupiah stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SERBUK KERTAS 10000' and 'METAL TEMPEL'. The serial number '5889A000174234067' is visible at the bottom of the stamp.

(Mekris Ramadiki Wirahayu Saputra)
19089066

ABSTRAK

Mekris Ramadiki Wirahayu Saputra : Kontribusi Lingkungan Keluarga Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kesehatan Jasmani Anak Tunagrahita Ringan (SLB) Negeri 2 Padang

Berdasarkan observasi dan informasi dari guru di SLB Negeri 2 Padang tingkat kesehatan jasmani anak-anak tunagrahita ringan masih belum memuaskan. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap kontribusi lingkungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap kesehatan jasmani anak tunagrahita ringan pada SLB Negeri 2 Padang

Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasi, dilakukan di sekolah SLB Negeri 2 Padang pada tahun ajaran 2022/2023 dengan populasi 20 orang anak dan sampel 11 orang anak tunagrahita kategori ringan. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan skala likert untuk angket faktor lingkungan keluarga dan aktivitas fisik, tes lari 12 menit menggunakan tes *cooper*.

Hasil analisis data penelitian ini menunjukkan : pertama pada faktor lingkungan keluarga data berkontribusi secara signifikan terhadap kesehatan jasmani anak tunagrahita ringan dengan ($t_{hitung} 3,086 > t_{tabel} 2,306$). Kedua, pada faktor aktivitas fisik data berkontribusi secara signifikan terhadap kesehatan jasmani dengan ($t_{hitung} 3,096 > t_{tabel} 2,306$). Ketiga, pada faktor lingkungan keluarga dan faktor aktivitas fisik bersama-sama berkontribusi secara signifikan terhadap kesehatan jasmani anak tunagrahita ringan dengan ($F_{hitung} 157,103 > F_{tabel} 4,26$). Untuk meningkatkan kesehatan jasmani anak bukan hanya dengan berolahraga saja melainkan faktor lingkungan keluarga dan juga faktor aktivitas fisik juga memberikan peran yang besar sehingga harus diciptakan lingkungan yang kondusif bagi anak.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Kontribusi Lingkungan Keluarga Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani Anank Tunagrahita Ringan (SLB) Negeri 2 Padang" skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Ganefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang
2. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan izin dalam penelitian skripsi ini.
3. Prof. Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si., M.Pd Ketua Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Universitas Negeri Padang.
4. Dr. Nugroho Susanto, S.Pd., M.Or. selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu dan memberikan bimbingan dalam penulisan skripsi ini.
5. Donal Syafrianto, SSt. FT., M. Fis dan Fahmil Haris, S. Pd., M. Pd. selaku dosen penguji, yang telah meluangkan waktu dan memberikan kritik dan saran serta masukan dalam penulisan skripsi ini.

6. Staf Pengajar dan Tata Usaha Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
7. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP.
8. Teristimewa buat kedua orang tua Ayahanda dan Ibunda, kakak dan adik tercinta yang telah memberikan semangat, dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaannya.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Januari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan masalah	9
D. Rumusan masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Anak Tunagrahita.....	11
B. Kesegaran Jasmani	19
C. Aktivitas Fisik	24
D. Lingkungan keluarga.....	30
E. Penelitian Relevan.....	32

F. Kerangka Pemikiran.....	33
G. Hipotesis.....	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Jenis Penelitian.....	37
B. Waktu dan tempat penelitian.....	37
C. Populasi dan Sampel	37
D. Definisi operasional	38
E. Instrumen penelitian.....	39
F. Teknik Pengumpulan Data.....	47
G. Teknik Analisis Data.....	50
BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN	51
A. Deskriptif Data Penelitian	51
B. Uji Persyaratan Analisis.....	51
C. Pembahasan.....	63
D. Keterbatasan Penelitian	68
BAB V KESIMPULAN	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gambar Fisik Anak Tunagrahita Ringan	13
------------------------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian Siswa SLB Negeri 2 Padang	38
Tabel 2. Uji Validasi Butir Instrumen Penelitian.....	40
Tabel 3. Angket Instrumen Lingkungan Keluarga.....	40
Tabel 4. Uji Validasi Butir Instrumen Penelitian.....	43
Tabel 5. Angket Instrumen Aktivitas Fisik	43
Tabel 6. Perlengkapan Tes	49
Tabel 7. Rerata Hitung dan Standar Deviasi Data Penelitian.....	51
Tabel 8. Deskripsi Data Lingkungan Keluarga.....	52
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Data Aktivitas Fisik.....	53
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Data Kesegaran Jasmani.....	53
Tabel 11. Uji Normalitas.....	54
Tabel 12. Uji Regresi X1 terhadap Y.....	56
Tabel 13. Uji Regresi X2 terhadap Y.....	57
Tabel 14. Uji Sampel Independen.....	58
Tabel 15. Uji Korelasi.....	59
Tabel 16. Uji Regresi Berganda.....	61
Tabel 17. Anova.....	62
Tabel 18. Model Summary.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.Hasil Validitas dan Reabilitas Lingkungan Keluarga	75
Lampiran 2.Hasil Validitas dan Reabilitas Aktivitas Fisik Marlina Sari 2012....	76
Lampiran 3.Laman Persetujuan	77
Lampiran 4.Angket Lingkungan Keluarga	78
Lampiran 5.Halaman Pengesahan Aktivitas Fisik	83
Lampiran 6.Angket Aktivitas Fisik.....	84
Lampiran 7.Daftar Rombel Siswa Ketunagrahitaan	88
Lampiran 8.Data Hasil VO2max Lari 12 Menit	91
Lampiran 9.Laman Persetujuan	92
Lampiran 10.Angket Lingkungan Keluarga	93
Lampiran 11.Laman Persetujuan	95
Lampiran 12.Angket Aktivitas Fisik.....	96
Lampiran 13.Izin Penelitian Dinas Pendidikan.....	98
Lampiran 14.Surat Izin Penelitian Fakultas Ilmu Keolahragaan	99
Lampiran 15.Surat Keterangan Selesai Penelitian	100
Lampiran 16.Skor Perolehan Anak	101
Lampiran 17.Tabel Lingkungan Keluarga	102
Lampiran 18.Tabel Data Aktivitas Fisik.....	103
Lampiran 19.Tabel Kesegaran Jasmani	104
Lampiran 20.Data Indenpenden	105
Lampiran 21.Peralatan Tes Kesegaran Jasmani.....	106
Lampiran 22.Pengukuran Lapangan	107
Lampiran 23.Daftar Gambar	108

Lampiran 24. Pengisian Angket Lingkungan Keluarga Dan Aktivitas Fisik.....	110
Lampiran 25. Pelaksanaan Tes Kesegaran Jasmani	111

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap warga negara Indonesia berhak mendapatkan pendidikan yang layak termasuk anak berkebutuhan khusus. Anak-anak berkebutuhan khusus bersekolah di sekolah-sekolah khusus seperti Sekolah Luar Biasa. Sekolah Luar Biasa (SLB) merupakan lembaga pendidikan formal bagi anak berkebutuhan khusus untuk membantu siswa mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan tingkat dan jenis keluarbiasaannya (Intani, 2016). Mata pelajaran yang diajarkan di SLB sama seperti yang biasa diajarkan di sekolah-sekolah pada umumnya, salah satunya yaitu mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan.

Depdiknas (2003) menyatakan penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu "*Developmentally Appropriate Practice (DAP)*". Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi fisik anak dan dapat membantu perubahan tersebut (Sari, 2016). Dengan demikian tugas ajar harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarkan. . Adapun tujuan dari pendidikan jasmani yaitu guna memperoleh perubahan untuk meningkatkan kualitas individu, diantaranya kualitas fisik, mental maupun emosional serta meningkatkan keterampilan motorik, sosial dan intelektual yang dimiliki oleh setiap individu.

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia tentang Sistem Pendidikan Nasional nomor 20 tahun 2003 dalam pasal 32 ayat (2). Dinyatakan bahwa “Pendidikan Khusus merupakan pendidikan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, sosial dan atau memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa”. Termasuk dalam kelompok ini adalah subjek atau seseorang yang mempunyai daya perkembangan yang kurang atau “Tunagrahita “. Anak tunagrahita adalah anak yang mempunyai kemampuan intelektual dibawah rata – rata. Yang mana memiliki arti sama yang menjelaskan kondisi anak yang kecerdasannya di bawah rata–rata dan ditandai oleh keterbatasan intelegensi dan ketidak cakapan dalam interaksi social (Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, 2014).

Menurut Mumpuniarti (2003) anak tunagrahita adalah anak yang memiliki hambatan di bidang mental (Fahmi & Muchammad Choirudin, 2014). Sedangkan anak tunagrahita adalah seseorang yang mempunyai kecerdasan dibawah rata-rata, mengalami kesulitan dalam komunikasi dan sosial, terjadi pada masa perkembangan, memerlukan layanan pendidikan khusus dan kondisi tersebut tidak dapat disembuhkan (Widiastuti & Winaya, 2019). Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahita mengalami gangguan pada intelegensi dan keterampilan interaksi sosial terhadap sesama sehingga pendidikan dan pengajaran yang diberikan memerlukan program khusus.

Selain itu faktor genetik (keturunan) juga mempengaruhi ketunaan/kecacatan. Salah satu penyebab tunagrahita adalah adanya kelainan atau ketunaan yang timbul pada masa bayi dan kanak-kanak (Engelina, 2018). Menurut Rochyadi, E (2019) beberapa faktor yang menyebabkan seseorang menjadi tunagrahita yaitu faktor keturunan dan faktor lingkungan (Febriyanti & Pramono, 2022). Penyebab kelainan yang berdasarkan faktor keturunan meliputi hal-hal berikut: kelainan kromosom, kelainan gen, gangguan metabolisme dan gizi, infeksi dan keracunan. Sedangkan penyebab kelainan yang berdasarkan faktor lingkungan antara lain latar belakang pendidikan orang tua yang dikaitkan dengan beberapa masalah perkembangan pada anak, kurangnya kesadaran orang tua tentang pentingnya pendidikan usia dini, dan kurangnya kesadaran orang tua untuk melatih rangsangan dalam masa perkembangan, Adapun cara melatih rangsangan itu sendiri dapat berupa gerakan-gerakan aktivitas fisik.

Aktivitas fisik menurut Khomarun, (2013) “Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang membutuhkan energi untuk mengerjakannya” (Rahma, 2018). Gerakan yang dilakukan dengan berulang-ulang dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dimana didalamnya merupakan aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur. Menurut *Institute of Medicine and The American College of Sports Medicine (ACSM)*, aktivitas fisik adalah pergerakan badan yang dihasilkan dari kontraksi otot skelet dan meningkatkan pengeluaran energi (Sukma, 2019). Aktivitas fisik berarti setiap gerakan, termasuk yang dilakukan pada waktu luang, transportasi dari tempat

satu ke tempat lainnya, atau bagian dari pekerjaan. Kurang melakukan aktivitas fisik diidentifikasi menjadi faktor risiko prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi yang menjadi kasus kematian terbanyak di Indonesia (Kemenkes RI, 2019). Oleh karena itu, aktivitas fisik sangatlah penting bagi tubuh kita untuk menjaga kondisi kebugaran jasmani tubuh. sehingga dapat disimpulkan aktivitas fisik ialah gerakan tubuh oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya yang memerlukan pengeluaran energi. Salah satu metode yang sangat baik untuk mengelola kondisi ini yaitu dengan teratur melakukan aktivitas fisik seperti olahraga (Handayani & Fithroni, 2018).

Kesegaran jasmani merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Untuk dapat mencapai kesegaran jasmani yang prima seseorang perlu melakukan latihan fisik yang melibatkan kemampuan kesegaran jasmani dengan metode yang benar. Menurut Irianto, J.P (2004) untuk mendapatkan kebugaran yang memadai diperlukan perencanaan sistematis melalui pemahaman pola hidup sehat bagi setiap lapisan masyarakat, meliputi tiga upaya bugar yaitu, makan, istirahat, dan olahraga (Suryanto, 2012). Banyak cara dilakukan oleh masyarakat untuk mendapatkan kebugaran, misalnya dengan melakukan masase, mandi uap (sauna, steam), berendam di pancaran air hangat (whirpool), dan berlatih olahraga. Berolahraga adalah salah satu alternatif paling efektif dan aman untuk memperoleh kebugaran sebab berolahraga mempunyai multi manfaat, antara lain manfaat fisik

(meningkatkan komponen kebugaran), manfaat psikis (lebih tahan terhadap stress, lebih mampu berkonsentrasi), dan manfaat sosial (menambah percaya diri dan sarana berinteraksi).

Kebugaran jasmani juga berpengaruh terhadap status gizi. Status gizi harus seimbang agar tidak terjadi gangguan pertumbuhan atau perkembangan karena dalam melakukan aktivitas memerlukan energi yang di dapatkan dari makanan yang mengandung nilai gizi yang baik dan cukup (Asmoro, 2012). Pengaturan kecukupan gizi dapat meningkatkan kelentukan, daya tahan otot, koordinasi dan kelincahan gerak. Disisi lain kekurangan gizi akan menurunkan kecerdasan seseorang dan daya pikirnya. Gizi yang kurang atau buruk pada anak-anak dapat berakibat terganggunya pertumbuhan jasmani dan kecerdasan (Amelia et al., 1995). Status gizi dapat pula diartikan sebagai gambaran kondisi fisik seseorang sebagai refleksi dari keseimbangan energi yang masuk dan yang dikeluarkan oleh tubuh (Wati, 2020). Jika gizi dan status gizi seseorang baik dan tercukupi, maka akan berdampak terhadap kesegaran jasmani siswa. Karena gizi yang baik akan mempengaruhi tubuh sehingga tercipta tubuh yang sehat dan kuat

Adapun faktor yang melatar belakangi kesegaran jasmani anak tunagrahita adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terdiri dari kata lingkungan dan keluarga Imam Supardi (2003) menyatakan “lingkungan adalah jumlah semua benda hidup dan mati serta seluruh kondisi yang ada di dalam ruang yang kita tempati” (Mantili, 2018). Menurut Fatchiyah E (2009), keluarga merupakan hubungan atau interaksi antara dua orang atau lebih dan

mempunyai ikatan darah, ikatan karena pernikahan, kekerabatan yang di dalamnya terdapat suatu sistem yang saling mengikat satu sama lain, seperti adanya aturan-aturan, perbedaaan (Kibtyah, 2014). Jadi, lingkungan keluarga adalah jumlah semua benda hidup dan mati serta seluruh kondisi yang ada di dalam kelompok sosial kecil tersebut, yang terdiri atas ayah, ibu, dan anak yang mempunyai hubungan sosial karena adanya ikatan darah, perkawinan dan atau adopsi. Slameto (2003: 60) menyatakan “anak akan menerima pengaruh dari keluarga berupa cara orang tua mendidik anak, relasi antara anggota keluarga, dan suasana rumah (Iga Seftannency, Parijo, 2014).

Selain itu tingkat pengetahuan dan latar belakang pendidikan orang tua juga mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani anak tunagrahita Terbatasnya tingkat pengetahuan dan pendidikan orang tua juga mempengaruhi dalam pemberian dukungan dalam hal tingkat kemandirian anak melakukan personal hygiene. Karena dengan pendidikan tersebut, orang tua mampu dan lebih mudah mendapatkan dan menerima informasi dari luar seperti lingkungan sekitar atau pihak sekolah tempat anak mendapatkan ilmu terutama mengenai cara menjaga kesehatan (personal hygiene), membimbing anak dengan baik (Baharuddin, 2019). Hal ini sejalan dengan pendapatnya (Alfita Sari & Heris Santy, 2018). Semakin baik tingkat pengetahuan keluarga maka semakin baik dampaknya bagi perkembangan anak dan semakin rendah tingkat pengetahuan keluarga semakin buruk dampaknya bagi anak, sehingga tingkat pendidikan yang rendah berdampak pada kurangnya pengetahuan keluarga tentang kebutuhan-kebutuhan tunagrahita dan cara mendidik tunagrahita sehingga rasa

kasih sayang dan perhatian keluarga terhadap anak juga berkurang. Dikarenakan semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah menerima informasi, sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki, dan pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

Berdasarkan observasi lapangan yang peneliti lakukan di SLB Negeri 2 Padang serta informasi yang diperoleh dari guru penjasorkes dapat diketahui secara umum tingkat kebugaran jasmani anak tunagrahita masih rendah, ini berdasarkan nilai rata-rata VO_{2max} anak yang berada pada angka 27,22105 (kurang sekali). Selain itu tingkat kebugaran jasmani anak tunagrahita dipengaruhi oleh faktor lingkungan keluarga dan aktivitas fisik. Hal ini berdasarkan keseharian anak saat mengikuti pembelajaran mereka sering mengantuk, dan cenderung lebih cepat lelah. Selain itu kebanyakan dari anak melakukan aktivitas mereka dengan asal-asalan. Ini disebabkan kurangnya pengetahuan anak tentang hal-hal yang harus dilakukan dan terbatasnya pengetahuan orang tua dalam menghadapi anak yang memiliki kelainan. Selain itu tingkat pengetahuan dan wawasan orang tua juga menjadi faktor dominan bagi aktivitas anak, ini berdasarkan tingkat kecemasan orang tua saat anak berinteraksi dengan lingkungannya mereka cenderung mendapatkan pengucilan dari teman sebayanya. Dengan demikian peran orang tua sangat dibutuhkan Dikarenakan anak tunagrahita masih mengandalkan bimbingan dan pengawasan dari orang dewasa.

Selain faktor diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian disebabkan belum adanya penelitian mengenai hubungan keluarga dengan kesegaran jasmani anak disekolah tersebut, hal ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul ” Kontribusi Lingkungan Keluarga dan Aktivitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani anak Tunagrahita Ringan di SLB Negeri 2 Padang ”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah peneliti temukan diatas, masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Faktor lingkungan menjadi hal yang menakutkan bagi orang tua. Hal ini terjadi atas kecacatan yang dialami anak tunagrahita sehingga mendapatkan pengucilkan dalam pergaulan
2. Kesegaran jasmani anak tunagrahita ditentukan oleh tingkat pengetahuan orang tua
3. Faktor genetik (keturunan) menjadi penyebab kelainan yang dialami anak tunagrahita. Ini terjadi atas ketidak tahuan orang tua akan pentingnya asupan yang perlu dipenuhi ketika masa kehamilan
4. Tingkat pengetahuan orang tua juga mempengaruhi kesegaran jasmani anak tunagrahita. Terbatasnya pengetahuan orang tua mengenai perilaku hidup sehat bagi anak tunagrahita
5. Masih terdapat kesenjangan hak antara anak yang normal dengan anak berkebutuhan khusus dalam menerima pendidikan

6. Kebutuhan pendidikan kesegaran jasmani anak berkebutuhan khusus masih kurang mendapatkan perhatian, hal ini dianggap kurang penting bagi anak berkebutuhan khusus.

C. Batasan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, penulis membatasi variabel-2 yang diteliti yang diduga memiliki hubungan erat dengan kesegaran jasmani anak tunagrahita. Untuk itu penulis membatasi keterkaitan variabel lingkungan keluarga, dan aktivitas fisik (variabel bebas), terhadap kesegaran jasmani siswa tunagrahita (terikat).

D. Rumusan masalah

1. Apakah lingkungan keluarga berkontribusi terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita ringan ?
2. Apakah aktivitas fisik berkontribusi terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita ringan ?
3. apakah lingkungan keluarga dan aktivitas fisik berkontribusi terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita ringan ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kontribusi lingkungan keluarga terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita ringan
2. Kontribusi aktivitas fisik terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita ringan

3. Kontribusi lingkungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita ringan

F. Manfaat Penelitian

a) Manfaat Akademis

Diharapkan penelitian ini dapat membantu orang tua dan guru dalam pemenuhan informasi serta kebutuhan anak tunagrahita dalam mencapai kesegaran jasmani yang diharapkan, sebagai pengetahuan dalam pengembangan materi pendidikan, sebagai acuan dalam pengawasan aktivitas fisik yang dilakukan anak, serta sebagai syarat untuk mencapai gelar sarjana

b) Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi kepada pembaca mengenai pemahaman berkenaan ilmu pengetahuan serta berguna dalam pemecahan berbagai permasalahan secara praktikal, berguna dalam pengembangan ilmu dan juga sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya