

**KONTRIBUSI STATUS GIZI TERHADAP KEMAMPUAN GERAK
DASAR ANAK TUNAGRAHITA RINGAN DI SDLB NEGERI
LIMO KAUM KABUPATEN TANAH DATAR**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Pada
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang



Oleh :

**VIVI JELICE
NIM. 90002**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Kontribusi Status Gizi Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Anak TunaGrahita Di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar**

Nama : **Vivi Jelice**

NIM : **90002**

Program Studi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Konsentrasi PGDS Penjas**

Jurusan : **Pendidikan Olahraga**

Jenjang program: **Strata Satu (S 1)**

Fakultas : **Ilmu Keolahragaan**

Padang, Januari 2011

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Erianti, M.Pd
NIP. 196207051987112001

Drs. Suwirman, M.Pd
NIP. 196111191986021001

Mengetahui:
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO
NIP. 196205021987231002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

**Pernyataan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani
Kesehatan Dan Rekreasi Konsentrasi PGSD Penjas
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : Kontribusi Status Gizi Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Anak TunaGrahita Di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar

Nama : Vivi Jelice

NIM : 90002

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Konsentrasi PGSD Penjas

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Jenjang program : Strata Satu (S 1)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2011

Nama	Tim penguji	Tanda Tangan
1. Dra. Erianti, M.Pd		1. _____
2. Drs. Suwirman, M.Pd		2. _____
3. Drs. Edwarsyah, M.Kes		3. _____
4. Drs. Ali Umar, M.Kes		4. _____
5. Drs. Kibadra		5. _____

ABSTRAK

Vivi Jelice, 90002 :Kontribusi Status Gizi Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Anak TunaGrahita Di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar

Masalah dalam penelitian ini berawal dari pengamatan yang penulis lakukan, ternyata rendahnya kemampuan gerak dasar anak tunagrahita di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya kemampuan gerak dasar anak tunagrahita tersebut diantaranya adalah status gizi. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk melihat kontribusi status gizi terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian adalah *korelasional*. Populasi dalam penelitian ini seluruh anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah sebanyak 15 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive random sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini adalah anak tunagrahita ringan yang putera saja yang berjumlah sebanyak 10 orang. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap ke dua variabel. Untuk data status gizi digunakan tes antropometri. Sedangkan kemampuan gerak dasar menggunakan tes kemampuan gerak dasar menurut Luthan (2001). Data dianalisis dengan korelasi *product moment*.

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh status gizi memberikan kontribusi sebesar 41,73% terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri Limo Kaum Tanah Datar, sedangkan sedangan sisanya 58,27% disebabkan oleh variabel lain seperti sarana dan prasarana, motivasi belajar siswa, lingkungan belajar, metode dan media pembelajaran serta kualitas tenaga pengajar. Disarankan kepada pihak sekolah agar memberikan sosialisasi pada orang tua siswa pengetahuan tentang gizi, sehingga orang tua dapat memenuhi gizi anak mereka dan penting artinya dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar mereka.

Kata kunci : Status Gizi Dan Kemampuan Gerak Dasar

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kontribusi Status Gizi Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Anak TunaGrahita Di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Syahrial Bachtiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Dra. Erianti, M.Pd dan Drs. Suwirman, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan,

pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.

4. Drs. Edwarsyah, M.Kes, Drs. Ali Umar, M.Kes dan Drs. Kibadra selaku tim penguji yang telah memberikan masukan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kedua orang tua ku yang telah memberikan bantuan secara moril maupun materil kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat di selesaikan.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Akhir kata penulis ucapan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Januari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	i
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	
1. Status Gizi	9
2. Kemampuan Gerak Dasar	11
B. Hakikat Anak Berkebutuhan Khusus	14
C. Kerangka Konseptual	16

D. Hipotesis Penelitian	18
-------------------------------	----

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian	19
C. Populasi dan Sampel.....	19
D. Defenisi Operasional	20
E. Jenis dan Sumber Data	20
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	21
G. Teknik Analisa Data.....	24

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	26
B. Uji Persyaratan Analisis.....	30
C. Uji Hipotesis	31
D. Pembahasan.....	33

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	36
B. Saran	36

DAFTAR PUSTAKA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan upaya untuk mengembangkan potensi-potensi dasar manusia dan mempersiapkan SDM yang berkualitas dan memiliki daya saing yang sangat tinggi dan mampu menghadapi perubahan yang sangat pesat. Dalam UU No. 23 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional dinyatakan bahwa “pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan, membentuk watak, serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka menjadikan manusia yang bertanggung jawab”.

Namun demikian bukan berarti bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani anak, melainkan melalui aktifitas jasmani secara multilateral dikembangkan pula potensi kognitif dan afektif siswa. Dalam pelaksanaannya menggunakan aktifitas gerak sebagai sarana untuk mencapainya.

Manusia diciptakan di dunia mempunyai hak asasi manusia (HAM) yang sama. Setiap anak berhak memperoleh pendidikan yang sama, baik anak yang normal maupun anak yang abnormal (anak penyandang cacat). Program wajib belajar yang telah lama dicanangkan pemerintah, perlu disambut dengan meningkatkan layanan pendidikan pada anak-anak berkebutuhan khusus baik secara

kuantitas maupun kualitas. Dalam merancang dan menyusun program pendidikan atau pengajaran individual guru dan pihak terkait harus memahami dan memperhatikan beberapa hal seperti yang dikemukakan oleh Depdiknas (2003) yaitu: "1) pengertian peserta didik yang berkelainan dan/atau peserta didik yang memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa, 2) karakteristik kebutuhan khusus peserta didik yang berkebutuhan khusus dan 3) tingkat kecerdasan peserta didik yang berkebutuhan khusus."

Karena tidak semua anak dilahirkan dalam keadaan sempurna, ternyata ada sebagian kecil yang mengalami kelainan sehingga mengalami hambatan-hambatan baik dalam perkembangan fisik maupun dalam perkembangan mentalnya. Anak yang demikian diklasifikasikan sebagai anak luar biasa. Pendidikan bagi anak luar biasa adalah pendidikan biasa yang dirancang, diadaptasikan sesuai dengan karakteristik masing-masing kelainan anak sehingga memenuhi kebutuhan pendidikan ABK seperti pembelajaran adaptif. Pembelajaran adaptif merupakan pembelajaran biasa yang dimodifikasi dan dirancang sedemikian rupa sehingga dapat dipelajari, dilaksanakan dan memenuhi kebutuhan pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

Anak usia sekolah merupakan kelompok yang sangat perlu diperhatikan akan kebutuhan gizinya, karena mereka dalam masa pertumbuhan. Kekurangan akan kebutuhan gizi pada masa anak-anak

selain akan mengakibatkan gangguan pada pertumbuhan jasmaninya juga akan menyebabkan gangguan perkembangan mental anak. Kekurangan gizi dalam proses metabolisme dapat berakibat buruk terhadap kesehatan dan kesegaran jasmani seseorang. Di sisi lain kekurangan gizi akan menurunkan kecerdasan seseorang dan daya pikirnya. Gusril (2004;131) menegaskan bahwa "gizi yang kurang atau buruk pada anak-anak dapat berakibat terganggunya pertumbuhan jasmani dan kecerdasannya".

Jelas bahwa anak yang mempunyai status gizi yang baik maka pertumbuhan dan perkembangannya akan berjalan dengan seimbang dan sehat. Begitu sebaliknya apabila status gizi anak rendah, anak tidak dapat bergerak dengan baik dan konsekuensinya kemampuan motoriknya juga rendah. Pertumbuhan fisik merupakan hal yang kompleks yang mempengaruhi perkembangan dengan jalan keturunan, faktor pranatal, penyakit dan lingkungan.

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan sesuatu yang terjadi pada setiap makhluk hidup. Terutama pada manusia di masa balita, proses tumbuh kembang terjadi sangat cepat. Pertumbuhan anak yang berkaitan dengan segi jasmani ini didukung oleh pemberian makanan yang bergizi, sebab gizi tidak seimbang maupun gizi buruk serta derajat kesehatan yang rendah akan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan maupun perkembangan.

Pertumbuhan maupun perkembangan akan berpengaruh kepada keterampilan gerak dasar yang harus dimiliki oleh seorang sejak usia dini. Proses keterampilan gerak dasar tersebut dicontohkan dengan penguasaan control tubuh dan kemampuan untuk meraih benda dengan tangan. Sehingga dapat dikatakan dengan bermain gerak dasar anak akan berkembang, maka akan diikuti adanya perkembangan kemampuan gerak. Ini berarti harus dikembangkan juga keterampilan geraknya atau meningkatkan keterampilan berolahraga dan juga meningkatkan tekniknya.

Berdasarkan sejarah pendidikan menggambarkan bahwa sikap masyarakat terhadap penderita cacat dari dahulu sampai sekarang tidak sepenuhnya positif, dan mereka selalu diperlakukan dengan tidak manusiawi, bahkan pada masa peradaban belum berkembang, mereka dibunuh dengan cara yang sangat kejam. Demikian juga di Indonesia, dari dahulu sampai sekarang pendidikan bagi anak cacat masih kurang diperhatikan. Masyarakat menganggap bahwa anak cacat selalu menjadi beban bagi masyarakat yang normal, tapi sebenarnya tidak demikian karena anak penyandang cacat mampu untuk hidup mandiri tanpa bantuan orang lain bila mereka dididik.

Pendidikan bagi anak penyandang cacat bisa dilakukan di keluarga, masyarakat (non formal), dan di sekolah (formal). Pendidikan formal bagi anak cacat biasanya diberikan oleh yayasan-yayasan atau sekolah-sekolah luar biasa (SLB). Setiap SLB mempunyai program

kurikulum pendidikan dalam merehabilitasi, melatih, dan mendidik anak cacat, termasuk di dalamnya program pendidikan jasmani bagi anak cacat (pendidikan jasmani adaptif). Dengan pendidikan jasmani adaptif anak penyandang cacat dapat menunjukkan pada masyarakat bahwa mereka juga dapat hidup seperti anak-anak yang normal, dan berprestasi melalui bakat-bakat yang dimilikinya. Dengan prestasi yang dimiliki maka akan membuat seluruh masyarakat sadar akan pentingnya pendidikan bagi anak cacat.

SDLB Negeri Limo Kaum merupakan salah satu SDLB di Kabupaten Tanah Datar yang peduli terhadap pentingnya pendidikan bagi anak cacat terutama bagi anak tuna grahita atau cacat mental. Pendidikan bagi anak cacat mental sangat penting karena mereka mempunyai tingkat inteligensi di bawah rata-rata anak normal, dengan demikian pendidikan bagi anak tuna grahita memerlukan kurikulum, tenaga pendidik, dan sarana prasarana yang khusus yang telah disesuaikan dengan tingkat kecacatannya.

Pendidikan jasmani adaptif pada anak tuna grahita melibatkan Guru pendidikan jasmani yang telah mendapatkan pelatihan khusus pendidikan jasmani adaptif dan dapat menyusun program pengajaran sehingga dapat disesuaikan dengan keadaan anak cacat dengan keterbatasan yang dimilikinya, jadi anak tuna grahita harus diberi perlakuan yang lebih khusus. Selain itu guru juga harus memperhatikan faktor-faktor pertumbuhan dan perkembangan anak,

status gizi anak, sarana dan prasarana serta pengembangan cabang olahraga, masalah-masalah kesehatan sesuai dengan situasi dan kondisi setempat sehingga bisa memupuk bakat serta minat yang dimiliki anak penyandang cacat. Olahraga yang diberikan pada anak tuna grahita merupakan suatu alat untuk membantu mereka dalam melanjutkan kelangsungan hidupnya, setidaknya mereka dapat membentuk untuk dirinya terutama dalam kemampuan gerak dasar.

SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar sebagai salah satu lembaga pendidikan telah memberikan pengetahuan tentang gizi dan gerak dasar melalui bidang studi penjas adaptif yang bertujuan memberikan pengetahuan tentang gizi dan gerak dasar, sekaligus terjadi perubahan sikap dan tingkah laku sehingga menjadi pola hidup siswa sehari-hari. Pada masa anak-anak hendaklah pola keterampilan gerak dasar sudah dapat di kuasai. Dengan demikian belajar keterampilan pola gerak dasar perlu diperhatikan.

Namun berdasarkan pengamatan penulis SDLB Negeri Limo Kaum Tanah Datar menemui siswa yang rata-rata memiliki kemampuan gerak dasar rendah sehubungan dengan keterbatasan atau kekurangan siswa yang seharusnya telah mereka kuasai sehingga menghambat dalam proses pembelajaran penjas adaptif. Hal ini juga berdampak pada keterampilan cabang olahraga mendapat kendala. Belum tercapainya tujuan penjas adaptif akibat dari rendahnya mutu hasil belajar penjas adaptif yang diduga berasal dari

beberapa faktor penyebab selain keterbatasan yang dimiliki siswa tuna grahita ringan, juga mutu pembelajaran, status gizi, penguasaan kemampuan gerak dasar, kualitas tenaga pengajar, kondisi fisik, sarana dan prasarana.

Berdasarkan fenomena tersebut dan permasalahan lainnya yang mengiringi, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui lebih dalam khususnya tentang seberapa besar kontribusi status gizi terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita ringan di SDLB N Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan maka dapat diidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut :

1. Status gizi
2. Motivasi belajar siswa
3. Kemampuan gerak dasar
4. Lingkungan belajar
5. Metode dan media pembelajaran
6. Kualitas tenaga pengajar
7. Penyusunan program pengajaran Anak Berkebutuhan Khusus
8. Sarana dan prasarana.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka penelitian ini membatasi hanya tentang variabel status gizi.

D. Rumusan Masalah

Dari batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: apakah terdapat kontribusi status gizi terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan penelitian yang diangkat, maka yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui: kontribusi status gizi terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar.

F. Kegunaan penelitian

Kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penulis, sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan strata satu (S1) program studi pendidikan olahraga.
2. Bagi siswa, agar siswa mampu memiliki ilmu pengetahuan dan mampu mengaplikasikan pengetahuan gizi dan gerak dasar dalam kehidupan sehari-hari.
3. Sekolah, sebagai pedoman bagi guru dalam upaya memberikan pembinaan pengetahuan gizi dan kemampuan gerak dasar.
4. Fakultas, sebagai bahan masukan dan evaluasi untuk meningkatkan mutu pendidikan.
5. Mahasiswa, sebagai bahan bacaan, penambah wawasan dan ilmu.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Status Gizi

a. Pengertian Status Gizi

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, secara bahasa status gizi terdiri dari kata status dan gizi dapat diartikan sebagai keadaan atau kedudukan zat makanan pokok dalam tubuh seseorang untuk pertumbuhan dan kesehatan. Status gizi adalah klasifikasi keadaan gizi seseorang.

Menurut Suharjono (1996:55) "Status Gizi adalah tingkat kesehatan seseorang yang dipengaruhi oleh makanan yang dimakan yang dampak fisiknya dapat diukur secara antropometri". Tingkat status gizi seseorang merupakan perilaku seseorang terhadap kebiasaan pola makan sehari-hari, sebab apa yang dimakan atau dikonsumsi seseorang juga akan berdampak pada proses metabolisme dan apa yang dihasilkan dari dalam diri seseorang.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi, sangat tergantung dari kebiasaan makan sehari-hari, karena baik atau buruknya pola makan sehari-hari akan berdampak terhadap tinggi atau rendahnya status gizi seseorang.

Permasalahan belum normalnya status gizi dapat juga menyebabkan berbagai permasalahan yang dapat mengganggu pada pertumbuhan baik perkembangan otak, tulang dan otot, hal ini dapat terlihat dari bentuk fisik, kemampuan gerak yang kurang serta mudah terserang penyakit.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi

Soekiman (2000) menyatakan, "faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang dapat diklasifikasikan sebagai berikut; (a) penyebab tidak langsung terdiri: tidak cukup persediaan pangan, pola asuh anak tidak memadai, sanitasi dan air bersih/pelayanan kesehatan dasar tidak memadai; (b) penyebab langsung terdiri: makan tidak seimbang, penyakit infeksi". Sejalan dengan itu, harper menyatakan bahwa, " faktor yang mempengaruhi status gizi antara lain: (a) ketersediaan pangan; (b) pengetahuan gizi; (c) kebiasaan makan; dan(d) tingkat pendapatan".

Selanjutnya Gusril (2004:43) lebih lanjut mengatakan bahwa "Faktor yang mempengaruhi status gizi antara lain, (a) ketersediaan pangan; (b) pengetahuan gizi; (c) kebiasaan makan; (d) tingkat pendapatan". Ketersediaan bahan pangan berkaitan dengan kondisi lingkungan, seperti: sistem pertanian, sarana dan prasarana kehidupan.

2. Kemampuan Gerak Dasar

a. Pengertian gerak dasar

Banyak pengertian dan ruang lingkup gerak dasar yang digunakan dalam bidang olahraga. Imam Hidayat (1986:13) mengemukakan “Gerak dasar pada manusia adalah lokomasi (locomotion) yaitu gerakan siklus atau perputaran dari kaki-kakinya yang silih berganti, lokomasi terdiri dari berjalan dan berlari, gerakan ini dapat dibagi menjadi 1) Berjalan-jalan (jalan santai, jalan cepat), dan 2) Berlari (lari jogging,) .”.

Menurut Aip Syarifudin dan Muhadi (1992/1993: 24), “gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat, dan lempar”. Sejalan dengan itu Phil Yanuar Kiram (1992: 11) berpendapat bahwa, “keterampilan adalah tindakan yang memerlukan aktifitas gerak yang harus dipelajari agar supaya mendapatkan bentuk gerakan yang benar”. Sementara gerak menurut Phil Yanuar Kiram (1991: 91-92), “gerak diartikan sebagai perubahan tempat posisi, dan kecepatan tubuh dan bagian tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang dan waktu yang dapat diamati secara obyektif”.

Dari beberapa pengertian tentang keterampilan gerak dasar diatas dapat peneliti definisikan bahwa keterampilan

gerak dasar adalah kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan tugas-tugas jalan, lari, lompat, loncat dan lempar secara efektif dan efisien.

- b. Karakteristik perkembangan gerak anak sekolah dasar
 - a) Perkembangan Aktivitas Motorik Kasar (*Gross Motor Activity*)

Menurut Kiram, (1992:38) “Perkembangan motorik kasar difokuskan pada keterampilan yang biasa disebut dengan keterampilan motorik kasar meliputi pola lokomotor seperti jalan, lari, lompat, loncat dan keterampilan menguasai bola seperti melempar, menendang dan memantulkan bola, keterampilan motor dasar dikembangkan pada masa anak sebelum masuk sekolah dan masa sekolah awal dan ini akan menjadi bekal awal untuk mendapatkan keterampilan gerak yang efisien bersifat umum dan selanjutnya akan diperlukan sebagai dasar untuk perkembangan keterampilan motorik yang lebih khusus yang semuanya ini memerlukan bagian integral prestasi bagi anak dalam segala umur dan tingkatan”.

- b) Perkembangan Aktivitas Motorik Halus (*Fine Motor Activity*)

Menurut Kiram, (1992:42-43), "kontrol motorik halus telah didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengkoordinasikan atau mengatur penggunaan berbentuk gerakan mata dan tangan secara efisien, tepat dan adaptif, perkembangan kontrol motorik halus atau keterampilan koordinasi mata dan tangan mewakili bagian yang penting dalam perkembangan motorik secara total anak-anak secara jelas mencerminkan kapasitas sistem syaraf pusat untuk mengangkat dan memproses input visual dan menterjemahkan input tersebut dalam bentuk keterampilan, untuk mendapatkan keterampilan yang baik, maka perilaku yang perlu dilakukan anak harus dapat berinteraksi dengan praktek dan melaksanakan komunikasi terhadap obyek sekolah dan lingkungan rumah".

Keterbelajaran gerak dapat diklasifikasikan yakni dengan menghubungkan perilaku dalam keterampilan tersebut dengan keberlangsungannya, maksudnya yaitu antara keterampilan yang berlangsung singkat dibandingkan dengan keterampilan yang berlangsung terus menerus dalam waktu yang lama. atau keterampilan ini dibedakan dengan melihat jelas

tidaknya antara titik awal dan titik akhir dari gerakan yang dimaksud.

3. Hakikat Anak Berkebutuhan Khusus

a. Pengertian anak berkebutuhan khusus

Anak Berkebutuhan Khusus adalah anak yang memiliki kelainan pada fisik, mental, tingkah laku (behavioral) atau indranya memiliki kelainan yang sedemikian sehingga untuk mengembangkan secara maksimum kemampuannya (capacity) membutuhkan PLB atau layanan yang berhubungan dengan PLB. Sesuai dengan hak asasi sebagai anak dimana ia harus tumbuh dan berkembang di tengah lingkungan keluarga, Pada akhir perkembangan sekarang ini, Anak luar Biasa sudah mulai dianggap sebagai manusia biasa sama seperti yang lain. Ia memiliki hak yang sama. Hal ini menimbulkan perlakuan yang wajar seperti pada anak yang lain yaitu dididik dan disekolahkan.

Perbedaannya hanya terletak pada adanya kelainan yang disandangnya, Kelainan bisa terletak pada fisiknya, mentalnya, sosialnya atau perpaduan ketiganya. Mereka mengalami kelainan sedemikian rupa sehingga membutuhkan pelayanan Pendidikan Luar Biasa. Dengan

sikap ini maka ia memiliki hak yang sama dengan anak biasa lainnya.

b. Pengertian Tunagrahita

Menurut Somantri,(2006:103), "Tunagrahita ialah istilah yang digunakan untuk menyebut anak yang mempunyai kemampuan intelektual di bawah rata-rata". Penyandang tunagrahita (cacat ganda) adalah seorang yang mempunyai kelainan mental, atau tingkah laku akibat kecerdasan yang terganggu, adakalanya cacat mental dibarengi dengan cacat fisik sehingga disebut cacat ganda. Misalnya, cacat intelektensi yang mereka alami disertai dengan keterbelakangan penglihatan (cacat pada mata), ada juga yang disertai dengan gangguan pendengaran. Adanya cacat lain yang dimiliki selain cacat intelektensi inilah yang menciptakan istilah lain untuk anak tunagrahita yakni cacat ganda.

c. Karakteristik Tunagrahita ringan

Anak yang tergolong dalam tunagrahita ringan memiliki banyak kelebihan dan kemampuan. Mereka mampu dididik dan dilatih. Misalnya, membaca, menulis, berhitung, menjahit, memasak, bahkan berjualan. Tunagrahita ringan lebih mudah diajak berkomunikasi. Selain itu kondisi fisik mereka tidak begitu mencolok.

Mereka mampu berlindung dari bahaya apapun. Karena itu anak tunagrahita ringan tidak memerlukan pengawasan ekstra.

Seorang dikatakan tunagrahita apabila memiliki tiga faktor, yaitu: Keterhambatan fungsi kecerdasan secara umum atau di bawah rata-rata, Ketidakmampuan dalam perilaku adaptif, Terjadi selama perkembangan sampai usia 18 tahun. Keterbelakangan mental yang biasa dikenal dengan anak tunagrahita biasanya dihubungkan dengan tingkat kecerdasan seseorang. Tingkat kecerdasan secara umum biasanya diukur melalui tes Inteligensi yang hasilnya disebut dengan IQ (intelligence quotient).

Tunagrahita ringan biasanya memiliki IQ 70 –55.

B. Kerangka Konseptual

Komponen yang sangat penting dalam menunjang dalam aktifitas manusia terutama bagi masa pertumbuhan terutama bagi anak usia sekolah. Karena anak usia sekolah merupakan kelompok yang sangat perlu diperhatikan akan kebutuhan gizinya, karena mereka dalam masa pertumbuhan. Kekurangan akan kebutuhan gizi pada masa anak-anak selain akan mengakibatkan gangguan pada pertumbuhan jasmaninya juga akan menyebabkan gangguan perkembangan mental anak. Kekurangan gizi dalam proses metabolisme dapat berakibat buruk terhadap kesehatan dan kesegaran

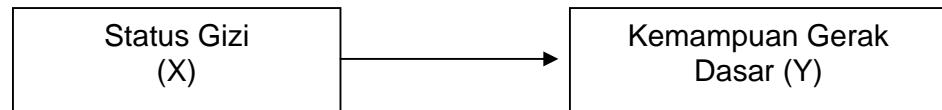
jasmani seseorang. Di sisi lain kekurangan gizi akan menurunkan kecerdasan seseorang dan daya pikirnya.

Dengan demikian jelas bahwa status gizi yang dimiliki oleh anak tuna grahita ringan erat kaitannya dengan kemampuan gerak dasar karena, kemampuan gerak dasar merupakan komponen penting dalam berbagai aktifitas sehari-hari. Gerak dasar yang baik akan meningkatkan fungsi organ tubuh dalam melakukan tugas gerak, kalau fungsi organ tubuh menjadi baik berarti anak mengalami perkembangan. Sehingga dapat dikatakan dengan bermain gerak dasar anak akan berkembang, maka akan diikuti adanya perkembangan kemampuan gerak. Dengan demikian jelas bahwa kemampuan gerak dasar yang dimiliki oleh anak tunagrahita ringan erat kaitannya dengan hasil belajar penjas adaptif mereka.

Berdasarkan pada kajian teori yang dikemukakan pada halaman sebelumnya dapat disimpulkan bahwa status gizi berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar yang dimiliki oleh anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar, sebab status gizi merupakan komponen yang sangat penting dalam menunjang dalam aktifitas manusia terutama untuk melakukan kemampuan gerak dasar pada masa pertumbuhan terutama bagi anak usia sekolah.

Dengan demikian peneliti ingin mengungkap kontribusi status gizi terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita ringan SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar, atau dapat dilihat pada

gambar kerangka konseptual kontribusi status gizi terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar di bawah ini:



Gambar 1. kerangka konseptual

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual yang telah dikemukakan sebelumnya, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah: terdapat kontribusi status gizi terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kepada hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Status gizi memberikan kontribusi terhadap kemampuan gerak dasar anak tunagrahita ringan di SDLB Negeri Limo Kaum Kabupaten Tanah Datar, dengan besar kontribusinya yaitu 41,73%, sedangkan sisanya 58,27% disebabkan oleh variabel lain seperti sarana dan prasarana, motivasi belajar siswa, lingkungan belajar, metode dan media pembelajaran serta kualitas tenaga pengajar.

B. Saran

Berdasarkan kepada kesimpulan dalam penelitian ini, maka disarankan kepada:

1. Guru agar lebih memahami karakteristik anak agar bisa memilih atau metode dan media yang tepat dalam mengajar, karena hal ini dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar.
2. Pihak sekolah, agar melengkapi sarana dan prasarana pembelajaran dan mengadakan sosialisasi terhadap orang tua /wali murid tentang kebutuhan gizi anaknya, karena hal ini berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar.

STANDAR NORMA KEMAMPUAN GERAK DASAR

Nilai	Lari 50 Meter	Shot-Put Test With Softtall	Zig – Zag Run	Standing Broad Jump
5	Dst – 6,00	26,00 – dst	7,00 – dst	2,50 – dst
4	6,99 – 7,00	25,99 – 25,00	7,99 – 8,00	2,49 – 2,00
3	7,99 – 8,00	24,99 – 24,00	8,99 – 9,00	1,99 – 1,50
2	8,99 – 9,00	23,99 – 23,00	9,99 – 10,00	1,49 – 1,00
1	9,99 - dst	22,99 - dst	10,99 - dst	0,99 dst

KRITERIA PENILAIAN TES KEMAMPUAN GERAK DASAR

Kriteria	Interval Kelas
Baik Sekali	16 - 20
Baik	11 – 15
Sedang	6 – 10
Kurang	1 - 5

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Kadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud

Arma Abdoelah, M.Sc 1996. *Pendidikan jasmani adaptif*, Jakarta Depdikbud dirjen dikt

Arnando, M. 2000 *Gambaran Pengetahuan Gizi Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler(Olahraga) Di SMP N 4 Padang*. Skripsi. Padang Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Asmira Sutarto. 1980. *Ilmu Gizi SGO*. Jakarta: Depdikbud. Rineka Cipta.

Depdiknas, 2003. *Pedoman penyelenggaraan pendidikan terpadu*. Jakrta: Depdiknas.

Depkes RI. 1996. *Direktorat Bina Gizi Masyarakat*. Jakarta. Depkes RI.

Erianti. 2009. *pendidikan jasmani adaptif*. Padang. Wineko media

Fajri, Hadi Peri. (2007). *Kontribusi Status Gizi Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Islam Budi Mulia Padang*. Skripsi. Padang Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Gusril. 2004. *Perkembangan motorik pada masa anak-anak*. Dirjen olahraga departemen pendidikan nasional.

<Http://Digilib.Unnes.Ac.Id/Gsdl/Collect/Skripsi/Archives/Hash5c63/C268b47d.Dir/Doc.Pdf>

<http://digilib.unnes.ac.id/gsdl/collect/skripsi/archives/hashed9f/93fc4bf3.dir/doc.pdf>

http://www.iptekor.com/doc/08_3_1.pdf

<http://www.ayahbunda.co.id/kalkulator.IMT>

<http://zhizhachu.wordpress.com/>

Imam Hidayat, 1986. *Pengetahuan Dasar Gerak*. Jakarta : Ratunika.

Khomsan, A. 2003. *Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan*. Raja Grafindo Persada. Jakarta.

Kuntaraf. 1999. *Makanan sehat*. Bandung. PT Rajawali.

Phil Yanuar Kiram, 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta. Dirjen Dikti.