

**KONTRIBUSI LINGKUNGAN KELUARGA DAN
AKTIVITAS FISIK TERHADAP KESEGERAN JASMANI
ANAK TUNAGRAHITA PADA SLB NEGERI
PEKANBARU RIAU**

TESIS



Oleh:

**MERLINA SARI
20050**

**Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam
Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan**

**KONSENTRASI MANAJEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
PROGRAM STUDI ADMINISTRASI PENDIDIKAN
PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

ABSTRAK

Merlina Sari. 2012. Kontribusi Lingkungan Keluarga dan Aktivitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani Anak Tunagrahita SLB Negeri Pekanbaru Riau. Tesis. Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.

Berdasarkan observasi dan informasi dari guru di SLB Negeri Pekanbaru tingkat kesegaran jasmani anak tunagrahita masih belum memuaskan. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan kontribusi faktor lingkungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita pada SLB Negeri Pekanbaru Riau.

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan penelitian korelasi, dilakukan di sekolah SLB Negeri Pembina Pekanbaru semester genap tahun ajaran 2011/2012 dengan sampel 30 orang anak tunagrahita. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive roudom sampling*. tehnik pengumpulan data dengan menggunakan skala *likert* angket untuk faktor lingkungan keluarga dan aktivitas fisik, tes lari 12 menit menggunakan tes *Cooper*.

Hasil analisis data menunjukkan pada pengujian hipotesis pertama terdapat kontribusi yang signifikan antara faktor lingkungan keluarga terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita sebesar 14,44%. Pada pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kesegaran jasmani anak tunagrahita sebesar 15,76%. Pada pengujian hipotesis Ketiga menunjukkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan antara faktor lingkungan keluarga dan aktivitas fisik secara bersama-sama dengan kesegaran jasmani anak tunagrahita sebesar 24,70. Untuk dapat menjadi sehat dan bugar yang berkualitas tidak cukup hanya dengan berolahraga saja tetapi juga lingkungan keluarga yang kondusif serta mendukung anak dalam meniti perkembangannya.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis ini dengan judul **”Kontribusi Lingkungan Keluarga dan Aktivitas fisik terhadap Kesegaran Jasmani Anak Tunagrahita Pada SLB Negeri Pekanbaru Riau.”**

Penulisan Tesis ini selain bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan (M. Pd) pada program studi Administrasi Pendidikan Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana (PPs) Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan tesis ini.

Dalam pelaksanaan penulisan tesis ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya tesis ini. Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Eddy Marheni, M. Pd selaku pembimbing I sekaligus Ketua Program Studi Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga dan Dr. Chalid marzuki M.A selaku pembimbing II dengan Tulus dan Ikhlas serta sepenuh hati telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pemikiran dan pengetahuan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini.
2. Prof. Dr. Sayafruddin, M. Pd, Prof. Dr. Sayuti Syahara, M. S, AIFO dan Dr. Yuni Ahda M, Si Selaku kontributor yang telah memberikan arahan, saran dan kritikan dalam rangka perbaikan penyusunan penelitian ini.
3. Seluruh Staf Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang Yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
4. Kepala Sekolah SLB Negeri Pembina H. Samijo S. Sos. M. Pd dan Seluruh Guru SLB Negeri Pembina yang telah mengizinkan serta membantu penulis dalam Penelitian ini.
5. Seluruh anak SLB Negeri Pembina Khususnya Anak Tunagrahita.
6. Rekan-rekan mahasiswa konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Angkatan 2010.
7. Teristimewa untuk kedua orang tua (Narwadi S.Pd & Elvariana Amd) dan sahabatku (Syahriadi S.Pd) yang telah memberikan dorongan dan Doa sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan diridhoi oleh Allah SWT. Amin.

Padang, Februari 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	10
1. Anak Tunagrahita	10
2. Kesegaran Jasmani	19
3. lingkungan Keluarga	26
4. Aktivitas Fisik	34
B. Penelitian yang Relevan.....	41
C. Kerangka Pemikiran.....	42
D. Hipotesis.....	45

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	46
B. Waktu dan tempat Penelitian	46
C. Populasi dan Sampel	47
D. Defenisi Operasional.....	48
E. Instrumen Penelitian.....	49
F. Teknik Pengumpulan Data.....	54
G. Teknik Analisis Data.....	58

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	60
B. Pengujian Persyaratan Analisis	64
C. Pengujian Hipotesis.....	65
D. Pembahasan.....	69
E. Keterbatasan Penelitian.....	72

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan	74
B. Implikasi Penelitian.....	74
C. Saran.....	76

DAFTAR RUJUKAN	77
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	79
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi jumlah siswa SLB Negeri Pembina	47
2. Uji Validitas Instrumen Faktor Lingkungan Keluarga.....	50
3. Kisi-kisi Instrumen Faktor Lingkungan Keluarga	51
4. Uji Validitas Instrumen Aktivitas Fisik	52
5. Kisi-kisi Instrumen aktivitas Fisik	53
6. Alat-alat Penelitian.....	56
7. Tenaga pembantu Penelitian	57
8. Kategori Ksegaran Jasmani.....	58
9. Rerata Hitung dan Standar Deviasi Data Penelitian.....	60
10. Distribusi Frekuensi factor lingkungan keluarga	61
11. Distribusi Ferkuensi Data Aktivitas Fisik	62
12. Distribusi Frekuensi Data kesegaran Jasmani.....	63
13. Uji Normalitas data	64
14. Uji linieritas data penelitian.....	64
15. Daftra Anava Regrsi Linear	66
16. Daftar Anava Regresi Linear.....	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Ejaan Jari Amerika	16
2. Bahasa isyarat dengan dua tangan.....	17
3. Bilangan	18
4. Gambar Kerangka konseptual	45
5. Grafik Data Faktor Lingkungan Keluarga	61
6. Grafik Data Aktivitas Fisik	62
7. Grafik Data Kesegaran Jasmani	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Lingkungan Keluarga	79
2. Data mentah Aktivitas Fisik.....	80
3. Angket Lingkungan Keluarga	81
4. Angket Aktivitas Fisik	85
5. Data Mentah Lingkungan Keluarga	90
6. Data Mentah Aktivitas Fisik	91
7. Angket Lingkungan Keluarga	92
8. Angket Aktivitas Fisik	95
9. Format Observasi Aktivitas Fisik.....	98
10. Data Mentah Penelitian	99
11. Uji Normalitas Data Lingkungan Keluarga	100
12. Uji Normalitas Data Aktivitas Fisik.....	101
13. Uji Normalitas Data Kesegaran Jasmani.....	102
14. Uji Independensi Antar Prediktor	103
15. Analisis Regresi Data	106
16. Analisis Regresi Data Lingkungan Keluarga Terhadap Kesegaran Jasmani.....	109
17. Analisis Regresi Data Aktivitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani	113
18. Analisis Manual Data Lingkungan Keluarga Dan Aktifitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani siswa SLB Negeri Pekanbaru Riau	115
19. Pengujian Linearitas Regresi.....	116
20. Pengujian Linearitas Regresi.....	118
21. Pengujian Keberartian Regresi.....	119
22. Uji keberartian Koefisien korelasi sederhana X_1 dan Y.....	122
23. Uji keberartian koefisien korelasi sederhana X_2 dan Y.....	124
24. Uji Keberartian korelasi ganda.....	126
25. Perhitungan Koefisien Determinan Sederhana X_1, X_2 dan Y	127
26. Dokumentasi Penelitian	128

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu cara untuk menuju kesuksesan bagi seseorang dimasa depan karena pendidikan adalah merupakan investasi jangka panjang yang hasilnya akan dituai kelak dikemudian hari. Dengan demikian pendidikan mempunyai peran yang sangat penting bagi kelangsungan suatu bangsa, karena berkaitan langsung dengan pembangunan kualitas sumber daya manusia.

Debdiknas (2003:1) Menyatakan penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu "*Developmentally Appropriate Pracitice* (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang di sampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi fisik anak dan dapat membantu perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarkan.

Dalam kurikulum 1994, Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian integral dari pelaksanaan proses pembelajaran sikap, Prilaku dan watak peserta didik dalam kehidupan bermasyarakat agar dapat hidup mandiri. mampu berkompetisi dan berani mempertahankan kebenaran serta membentuk sifat kejujuran. Program pendidikan khususnya pendidikan olahraga harus dilandasi dengan visi dan misi yang jelas dan berpihak kepada masyarakat luas sebagai pengguna jasa pendidikan, sehingga kita harus berpikir keras dalam membuat beberapa kajian dan pelajaran yaitunya pelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan.

Amanat hak pendidikan bagi penyandang kelainan atau ketunaan ditetapkan dalam Undang-undang No. 20 Tahun 2003 Tentang sistem Pendidikan Nasional Pasal 23 disebutkan bahwa: Pendidikan Khusus (Pendidikan luar biasa) merupakan pendidikan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental sosial. Ketetapan dalam Undang-undang ini jelas menyatakan bahwa anak penyandang kelainan sangat berarti karena memberikan landasan yang kuat bahwa anak berkelainan perlu memperoleh kesempatan yang sama sebagaimana yang diberikan kepada anak normal lainnya dalam hal pendidikan dan pengajaran.

Anak Tunagrahita atau *Intellectual Disability* disebut juga anak yang memiliki kecerdasan mental di bawah normal. Kelainan atau ketunaan pada aspek fisik, mental, maupun sosial yang di alami oleh seseorang akan membawa konsekuensi tersendiri bagi penyandanganya, baik secara keseluruhan ataupun sebagian, baik yang bersifat objektif maupun subjektif kondisi kelainan yang di sandang seseorang ini akan memberikan dampak kurang menguntungkan pada kondisi psikologis maupun psikososialnya. Pada gilirannya kondisi tersebut dapat menjadi hambatan yang berarti bagi penyandang kelainan dalam meniti tugas perkembangannya sehingga berdampak pada kesegaran jasmaninya.

Kesegaran jasmani anak berkelainan khususnya anak tunagrahita di pengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain, faktor lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, faktor genetik (keturunan), faktor tingkat pengetahuan orang tua, status gizi, aktifitas fisik, sarana dan prasarana serta faktor ekonomi keluarga.

Kondisi anak berkelainan semakin tidak menguntungkan ketika lingkungan keluarga anak penyandang kelainan tidak memberikan respons yang positif dalam menyikapi kelainan anak. Memang kelainan yang dialami oleh anak sering kali menimbulkan masalah bagi lingkungannya. Kehadirannya secara langsung atau tidak langsung mengundang berbagai dimensi sikap dan tanggapan lingkungan terhadap kondisi anak berkelainan terutama lingkungan keluarga. Apabila sikap dan tanggapan lingkungan keluarga terhadap anak kurang positif dan tidak memandang sosok anak berkelainan sebagai individu yang mempunyai harkat sebagaimana manusia normal lainnya karena ketidak sempurnaannya, maka hal itu dapat menyudutkan keberadaannya di tengah-tengah masyarakat normal terutama pemberdayaan untuk melakukan fungsi kehidupan. Dari semua itu tentu saja akan menghambat perkembangan dan kesegaran jasmani anak berkelainan khususnya tunagrahita.

Faktor genetik (keturunan) diduga sebagai penyebab terjadinya ketunagrahitaan masih sulit dipastikan kontribusinya sebab para ahli sendiri mempunyai formulasi yang berbeda-beda mengenai keturunan sebagai penyebab ketunagrahitaan. Kirk dalam Efendi (2006) misalnya, memberikan estimasi bahwa 80-90% keturunan memberikan sumbangan terhadap terjadinya ketunagrahita atau ketunaan.

Latar belakang pendidikan dan tingkat pengetahuan orang tua, juga cukup berpengaruh dengan tingkat kesegaran jasmani anak tunagrahita. Terbatasnya tingkat pengetahuan orang tua mengenai perilaku hidup sehat,

dikhawatirkan juga mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani siswa. Depdikbud (1999:62) menyatakan bahwa minat siswa untuk melakukan aktivitas fisik sangat dipengaruhi lingkungan keluarga. Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa yang dapat diperoleh dari pendidikan formal maupun informal, jadi pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, Pendidikan yang cukup dipandang dapat membantu orang tua dalam hal pengetahuan mengenai pemenuhan kecukupan gizi dan praktik pengasuhan anak untuk mencapai tingkat kesegaran jasmani anak yang baik.

Aktifitas jasmani dan olahraga bagi para penyandang anak tunagrahita tidak jauh berbeda dengan anak normal. Karakteristik pembelajaran umum juga sama, yang khususnya adalah bahwa mereka lambat dalam menerima informasi. Aktivitas fisik anak tunagrahita baik dilingkungan keluarga maupun disekolah sangat memberikan warna terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita, Aktivitas fisik yang dilakukan oleh anak tunagrahita tentu saja tidak lepas dari pengawasan orang tua dalam melakukan aktivitas sehari-harinya misalnya program perawatan diri sendiri, agar lebih fungsional program tersebut dapat dipecah dalam berbagai unit perilaku pendukung antara lain mengancingkan baju, memegang sendok, menggosok gigi dan lain-lain.

Faktor yang berhubungan dengan kesegaran jasmani anak tunagrahita berkelainan adalah faktor ekonomi keluarga. Faktor ini cukup memberikan pengaruh terhadap kesegaran jasmani anak. Logikanya dengan keadaan

ekonomi yang baik, maka tentu saja kecukupan zat gizi akan mudah terpenuhi dalam proses tumbuh kembangnya anak.

Faktor lain yang juga mempunyai pengaruh terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita adalah faktor sarana dan prasarana. Sarana pendidikan jasmani adalah segala sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pendidikan jasmani, sedangkan prasarana adalah segala sesuatu yang dapat mempermudah dan memperlancar kegiatan pendidikan jasmani yang bersifat relatif permanen atau susah dipindah-pindahkan. Semua ini dimanfaatkan untuk mendukung keberhasilan dalam penyelenggaraan pengembangan kesegaran jasmani anak tunagrahita.

Sarana dan Prasarana sangat menunjang dalam aktivitas yang dilakukan anak tunagrahita dimana sarana ini adalah hal-hal yang sederhana yang bisa dilakukan serta mendidik anak namun pada kenyataannya sarana baik disekolah maupun dilingkungan rumah, sarana dan prasarana tersebut masih sangat sedikit minim.

Menurut pengamatan dan pengalaman penulis di lapangan dan juga melalui wawancara kepada orang tua murid dan guru yang berada di SLB Negeri Pembina. Ada beberapa faktor yang cukup dominan mempengaruhi kesegaran jasmani siswa diantaranya yaitu: faktor lingkungan keluarga dan aktivitas fisik. Hal ini terlihat dari malasnya anak-anak dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari karena kecendrungan setiap melakukan aktivitas mereka cepat lelah, bahkan sebagian kegiatan dilakukan oleh orang tua atau keluarganya ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan

anak tentang hal-hal yang dilakukan, serta terbatasnya pengetahuan orang tua dalam menghadapi anak yang memiliki kelainan ditambah kurangnya pengawasan dari orang tua, Karena untuk melakukan semua aktivitas mereka harus berada dalam pengawasan orang dewasa atau orang tua hal ini terlihat dari banyaknya anak yang melakukan aktivitas fisik yang asal-asalan tanpa mengetahui baik buruknya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, diketahui beberapa faktor yang mempengaruhi Kesegaran Jasmani Anak Tunagrahita pada SLB Negeri Pekanbaru Riau. Oleh karena itu dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut : diantaranya Faktor Lingkungan Keluarga, Faktor ini mempunyai kontribusi terhadap Kesegaran Jasmani Siswa tunagrahita, adapun yang termasuk dalam lingkungan keluarga adalah orang tua, saudara atau teman sebaya, Selain itu, aktivitas fisik juga berkontribusi terhadap kesegaran jasmani siswa tunagrahita, ini terlihat apabila anak tunagrahita tersebut aktif bergerak dalam kegiatan yang dilakukan sehari-hari, baik bermain maupun berlari.

Kesegaran jasmani juga ditentukan oleh tingkat pengetahuan orang tua tentang perilaku hidup sehat, karena dengan pengetahuan orang tua tentang perilaku hidup sehat akan membiasakan anaknya berperilaku hidup sehat, seperti mandi secara teratur, melakukan olahraga dengan teratur dan bersemangat.

Faktor status ekonomi keluarga juga berkontribusi terhadap kesegaran jasmani siswa tunagrahita, ini terlihat bahwa anak tunagrahita merupakan anak yang mempunyai kebutuhan khusus dibandingkan dengan anak normal. Sehingga membutuhkan biaya yang lebih bila dibandingkan anak normal. Untuk pendidikan pada anak tunagrahita harus didukung oleh ekonomi yang menunjang, apalagi untuk pelaksanaan terapi pada anak tunagrahita tersebut.

Selain faktor di atas, faktor sarana dan prasarana juga berkontribusi terhadap kesegaran jasmani tunagrahita. Ini disebabkan karena siswa yang aktif bergerak akan meningkatkan kesegaran jasmani siswa, tanpa sarana dan prasarana yang layak dan nyaman untuk digunakan, maka kesegaran jasmani siswa tidak akan tercapai, karena sarana dan prasarana yang baik akan membuat siswa lebih leluasa dalam melakukan aktivitas gerak sehingga kesegaran jasmaninya akan tercapai.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan, penulis membatasi variabel-variabel penelitian yang diduga mempunyai 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 (Variabel terikat).

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah serta untuk lebih fokusnya masalah yang di teliti, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah Lingkungan Keluarga berkontribusi terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Tunagrahita di SLB Negeri Pekanbaru Riau?
2. Apakah Aktivitas Fisik berkontribusi terhadap Kesegaran Jasmani siswa Tunagrahita di SLB Negeri Pekanbaru Riau?
3. Apakah Lingkungan Keluarga dan Aktifitas Fisik secara bersama-sama berkontribusi terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Tunagrahita pada SLB Negeri Pekanbaru Riau?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini untuk mendapatkan informasi tentang :

1. Kontribusi lingkungan keluarga terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Tunagrahita pada SLB Negeri Pekanbaru Riau
2. Kontribusi aktivitas fisik terhadap kesegaran jasmani siswa tunagrahita pada SLB Negeri Pekanbaru Riau
3. Kontribusi lingkungan keluarga dan aktivitas fisik secara bersama-sama terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Tunagrahita pada SLB Negeri Pekanbaru Riau

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna dan dapat dimanfaatkan bagi :

1. Dinas pendidikan propinsi Riau, diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dalam mengambil kebijakan yang berkaitan dengan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.
2. Kepala sekolah, guru SLB Negeri Pekanbaru Riau, sebagai khasanah pengetahuan dalam pengembangan materi pengajaran pendidikan jasmani siswa tunagrahita.
3. Orang tua siswa SLB tunagrahita, sebagai tambahan informasi mengenai kesegaran jasmani siswa tunagrahita dan juga sebagai acuan dalam pengawasan aktivitas fisik yang dilakukan anak
4. Dan penulis sendiri sebagai syarat untuk mencapai gelar Magister.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil analisis data dan pembahasan yang dijabarkan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor Lingkungan Keluarga berkontribusi signifikan terhadap Kesegaran Jasmani Anak Tunagrahita.
2. Aktivitas Fisik berkontribusi signifikan terhadap Kesegaran Jasmani anak Tunagrahita.
3. Faktor Lingkungan Keluarga dan Aktivitas Fisik secara bersama-sama berkontribusi signifikan terhadap Kesegaran Jasmani pada Anak Tunagrahita SLB Negeri Pekanbaru.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan keluarga dan aktivitas fisik memberikan kontribusi yang signifikan terhadap Kesegaran Jasmani pada Anak Tunagrahita. Berikut ini akan diuraikan implikasi dari faktor lingkungan keluarga dan aktivitas fisik.

Hasil penelitian ini cukup menarik untuk dikemukakan, karena dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan keluarga dan aktivitas fisik memberikan kontribusi, baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama terhadap kesegaran jasmani anak tunagrahita. Sebagai implikasi atau tindak lanjut dari penelitian, bagi guru untuk melihat kesegaran jasmani harus juga mempertimbangkan faktor lingkungan keluarga dan aktivitas fisik

seorang anak tunagrahita. Diharapkan anak tunagrahita yang mempunyai lingkungan keluarga yang baik, dan dengan lingkungan keluarga dan aktivitas fisik yang baik pula pada anak tunagrahita akan memberikan manfaat bagi kesegaran jasmaninya.

Orang tua memainkan peran yang penting dalam menjalankan aktivitas intervensi dalam kehidupan sehari-hari anak, baik di rumah maupun di sekolah. mengingat anak menghabiskan waktu paling banyak bersama orang tua, maka semakin banyak pengetahuan yang mereka miliki mengenai strategi perkembangan dan aktivitas anak, maka dampak dari intervensi yang akan dilakukan akan semakin besar.

Berbicara mengenai kesegaran jasmani, maka persepsinya adalah badan yang segar. Banyak cara dapat ditempuh untuk mendapatkan, salah satunya dengan berolahraga. Seperti yang sudah dijabarkan sebelumnya, bahwa aktivitas jasmani dan olahraga bagi para penyandang tunagrahita tidak jauh berbeda dengan yang diberikan pada anak normal, yang khusus adalah bahwa mereka lambat dalam menerima informasi. Oleh sebab itu, guru maupun pelatih harus benar-benar memiliki kesabaran dalam menanganinya.

Kesegaran jasmani adalah aspek fisik dan kesegaran menyeluruh (*total fitness*) yang memberikan kesanggupan kepada seseorang untuk menjalankan hidup yang produktif dan dapat menyesuaikan diri pada tiap-tiap pembebanan fisik yang layak. Hal ini berarti bahwa kesegaran jasmani merupakan kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas dalam kehidupan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih memiliki cadangan

tenaga untuk menghadapi keadaan darurat yang datang tiba-tiba. Dengan kata lain bahwa kesegaran jasmani merupakan cermin dari kemampuan fungsi system-sistem dalam tubuh yang dapat mewujudkan suatu peningkatan kualitas hidup dalam setiap aktivitas fisik.

Meskipun anak memiliki keterbatasan dalam menerima pembelajaran namun bagi anak yang termasuk siswa SLB tidak terlalu sulit untuk mengikuti pembelajaran, karena pada umumnya sudah memperoleh penanganan yang relative lebih baik. Di sampaikan dalam hasil penelitian ini bahwa peran lingkungan keluarga memberi pengaruh yang positif terhadap aktivitas fisik anak khususnya berkaitan dengan kesegaran jasmani.

C. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan dari penelitian dapat disarankan beberapa hal:

1. Kepada keluarga anak tunagrahita untuk dapat memberi sumbangan yang positif baik dari segi psikis maupun psikologis dalam upaya meningkatkan Kesegaran Jasmani anak tunagrahita.
2. Kepada guru Penjas di sekolah SLB Negeri diharapkan untuk meningkatkan Kesegaran Jasmani melalui berbagai permainan-permainan yang menekankan pada pengembangan kecerdasan dan permainan yang mengarah pada terapi perilaku.
3. Penelitian ini terbatas pada siswa laki-laki Tunagrahita SLB Negeri pembina Pekanbaru Riau., oleh sebab itu peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini dengan variable lain yang belum diteliti dengan jumlah sampel yang lebih banyak atau lebih besar.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdorrachman, Dkk. 2005. *Ilmu Kesehatan Anak*. Jakarta: Infomedika Jakarta
- Abdurrahman, Mulyono. 1999. *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Branata, S.A. 1979. *Pendidikan Anak Terbelakang Mental*. Jakarta: Depdikbud.
- Chairudin, Hst. (1986). *Metode Pembelajaran Penjas/Olahraga FIK UNP*. Padang
- Dekdiknas, (2003). *Pedoman penyelenggaraan Pendidikan Terpadu*. Jakarta: Depdiknas
- Efendi,mohammad. 2009. *Pengantar Psikopedagogik Anak berkelainan*. jakarta: PT Bumi Aksara.
- Erianti. 2008. *Buku Ajar Pendidikan Jasmani Adaptif*. Padang: UNP
- Fox EL. Bower RW. Foss ML,(1987). *The pysiological basis of physical Education and Athletics 4th Ed, Philadelphia: Sonders Collage Publishing*
- Gethell. (1983). *Physical Fitness - A Way of Life*. New York : Jhon Willy and Sons
- Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Gusril. 2007. *Peningkatan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar*. (pidato Pengukuhan Guru Besar). Padang: UNP.
- Ichsan, M. (1988). *Pendidikan Kesehatan dan Olahraga*, Jakarta: Depdiknas.
- Irwanto, 1989. *Psikologi umum*. Jakarta: Gramedia.
- Kirk, S.A. 1970. *Educattiaon Exceptional Children*. New delhi: Oxford dan IBH Publising Co.
- Lutan, Rusli. 1998. *Belajar Keterampilan Motorik. Pengantar Teori dan Motorik*. Jakarta: Depatemen Pendidikan Nasional.
- Marijan, 2012. *Metode Pendidikan Anak*. Yogyakarta: Sabda Media.
- Nur'aeni, 2004. *Intervensi Dini Bagi Anak Bermasalah*. Jakarta: Pt Rineka Cipta.