

TINGKAT KEBUGARAN JASMANI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI OGAN ILIR

M. Rifky¹, Reza Resah Pratama², Syamsuramel^{3*}

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Sriwijaya, Jl. Raya Palembang – Prabumulih No. KM.32, Ogan Ilir, Indonesia

Email Korespondensi: syamsuramel@fkip.unsri.ac.id^{3*}

ABSTRACT

This research aims to determine the physical fitness level of Children with Special Needs (ABK) at the Ogan Ilir State Special School (SLB). This research uses quantitative methods with a descriptive approach, data is taken through tests and measurements with the EUROFIT instrument. The population of this study was all students from the Ogan Ilir State Special School totaling 62 people who were divided into several types of disabilities, but those who were actively registered at school consisted of 37 students, while the sample in this study were students from the Ogan Ilir State Special School Those included in the category of deaf and mentally retarded, namely 33 students and female students, the sample was taken using purposive sampling technique, namely 33 people or 100% of the total number of deaf students. and active mental retardation. After carrying out the test and measuring the test samples, the results were obtained that 0 students had a good level of physical fitness, namely 0%, 18 students had a moderate level of physical fitness, namely 54.5%, and 15 students had a poor level of physical fitness, namely 45.5%. Based on the data above, it can be concluded that the physical fitness level of children with special needs at the Ogan Ilir State Special School is in the medium category.

Keywords: *Special Schools, Children with Special Needs, Physical Fitness*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran Jasmani Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Ogan Ilir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif, data diambil melalui tes dan pengukuran dengan instrumen EUROFIT. Populasi penelitian ini merupakan seluruh siswa dan siswi dari Sekolah Luar biasa Negeri Ogan Ilir berjumlah 62 orang yang terbagi menjadi beberapa jenis ketunaan akan tetapi yang terdaftar aktif bersekolah terdiri dari 37 s iswa, sedangkan sampel dalam penelitian ini merupakan siswa dan siswi Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir yang masuk dalam kategori tunarungu dan tunagrahita yaitu berjumlah 33 siswa dan siswi, sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu sebanyak 33 orang atau 100% dari jumlah seluruh siswa tunarungu dan tunagrahita yang aktif. Setelah melakukan tes serta pengukuran sampel tes maka didapatkan hasil bahwa 0 siswa mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang baik yaitu 0%, 18 Siswa mempunyai tingkat kebugaran jasmani sedang yaitu 54,5%, dan 15 siswa mempunyai tingkat kebugaran jasmani kurang yaitu 45,5%. Berdasarkan data diatas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir mempunyai kategori sedang

Kata – kata kunci : *Sekolah Luar Biasa, Anak Berkebutuhan Khusus, Kebugaran Jasmani*

PENDAHULUAN

Kebugaran jasmani adalah unsur penting yang ada pada diri manusia dan dimiliki oleh semua manusia. kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas dan pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, sehingga tubuh masih memiliki simpanan tenaga untuk mengatasi beban kerja tambahan (Darmawan, 2017). Menurut Arifin (2018) Kebugaran jasmani yang baik merupakan modal dasar bagi seseorang untuk melakukan aktivitas fisik atau kerja sehari-hari secara efisien dalam waktu yang relatif lama tanpa adanya kelelahan yang berarti sehingga masih bisa menikmati waktu luangnya. Jadi dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani yang baik yaitu ketika tidak merasa kelelahan yang berlebihan saat melakukan aktifitas sehari – hari, dengan kata lain kebugaran jasmani yang baik dapat membuat seseorang melakukan aktifitas dengan efisien.

Kebugaran jasmani sudah diterapkan pada setiap jenjang Pendidikan baik untuk anak normal maupun anak berkebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak (Fakhirattunnisa, S. A., et.al (2022)), menurut Rezieka, D. G., et.al (2021) menyatakan Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Anak dengan kebutuhan khusus adalah anak yang membutuhkan layanan atau perlakuan khusus untuk mencapai perkembangan yang optimal sebagai akibat dari kelainan atau kelainan kebiasaan yang disandangnya. Selanjutnya, Anak Berkebutuhan Khusus adalah anak yang mengalami keterbatasan atau kelainan, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya (Saputri, M. A., et.al (2023)). Anak-anak berkebutuhan khusus adalah anak-anak yang memiliki keunikan tersendiri dalam jenis dan karakteristiknya, sehingga berbeda dengan anak normal seusianya (Husna, F., et.al (2019)). anak berkebutuhan khusus adalah anak yang berbeda dari rata-rata anak normal dalam beberapa hal, meliputi ciri mental, kemampuan panca indera, kemampuan komunikasi, perilaku sosial atau sifat fisiknya (Minsih, M., et.al (2021)). Layanan pendidikan bagi yang berkebutuhan khusus adalah pendidikan jasmani yang dikhususkan untuk anak cacat yaitu pendidikan olahraga adaptif (Fitriatun & Irmansyah, 2023). Selanjutnya, Pendidikan Jasmani Adaptif merupakan suatu sistem penyampaian layanan yang bersifat menyeluruh (komprehensif) dan dirancang untuk menemukan dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor (Ramdan Pelana et al., 2020). Jadi wadah pelayanan Pendidikan jasmani adaptif ini dibuat agar dapat memenuhi hak anak berkebutuhan khusus agar dapat menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmaninya seperti halnya anak normal, tentu disesuaikan dengan kebutuhan dari anak berkebutuhan khusus tersebut.

Jika membahas tentang psikomotor yaitu motorik atau kemampuan gerak dasar akan erat kaitannya dengan usia anak – anak. Pada masa golden age ini anak mempunyai keinginan belajar yang luar biasa, hal ini disebabkan karena pada masa ini terjadi perkembangan otak yang dikenal sebagai periode paku tumbuh otak (brain growth spurt) dimana otak mengalami perkembangan yang sangat cepat (Yanti & Fridalni, 2020). Anak berkebutuhan khusus memiliki hak yang sama dengan anak normal lainnya untuk mendapatkan pendidikan agar dapat menunjang kehidupannya kelak dimasa depan (Supriyana, et al., 2022). Keinginan belajar yang besar tersebut dapat disalurkan melalui Pendidikan, Pendidikan yang dimaksud tersebut untuk anak berkebutuhan khusus adalah Sekolah Luar Biasa (SLB). Sekolah Luar Biasa (SLB) adalah lembaga pendidikan yang merupakan bagian terpadu dari sistem pendidikan nasional yang secara khusus diselenggarakan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental sosial, tetapi memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa. (Nasution, F., et.al (2022)), selanjutnya, menurut Tumanggor, S., et.al (2023) Sekolah Luar Biasa (SLB) merupakan pendidikan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental sosial, tetapi memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa. Untuk mereka yang memiliki keterbatasan tersebut bisa menempuh pendidikan khusus, salah satunya adalah di Sekolah Luar Biasa (SLB), seperti yang telah disebutkan dalam UUD 1945 pasal 31 ayat 1 dan Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, yang menyebutkan bahwa Negara memberikan jaminan penuh bagi anak berkebutuhan khusus (ABK) untuk memperoleh pendidikan yang bermutu (Astuti, W., et.al (2021)). Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir merupakan salah satu sekolah untuk anak berkebutuhan khusus yang ada di wilayah Sumatera Selatan, sekolah ini menjadi tujuan lokasi dilakukannya penelitian ini, sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa/i tunarungu dan tunagrahita yaitu sebanyak 33 anak. Berdasarkan wawancara bersama dengan guru olahraga disekolah ini mengungkapkan bahwa siswa jarang hadir ke sekolah dikarenakan jarak sekolah yang jauh, dengan hal tersebut berdampak pada penurunan Tingkat kebugaran jasmani pada siswa, maka dari itu disini peneliti tertarik melakukan penelitian disekolah ini untuk mengetahui Tingkat kebugaran jasmani siswa/i Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir yaitu tunarungu dan tunagrahita.

Banyak karakteristik ataupun jenis ketunaan anak berkebutuhan khusus diantaranya ialah tunarungu dan tunagrahita yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Tunarungu adalah suatu istilah umum yang menunjukkan kesulitan mendengar yang meliputi keseluruhan kesulitan mendengar dari yang ringan sampai yang berat, digolongkan ke dalam tuli dan kurang dengar (Anugerah, S. Y., Ulfa, S., & Husna, A. (2020). Menurut Zaenuri, Z., & Maemonah, M. (2021) Anak tunarungu adalah anak yang mengalami gangguan pendengaran baik pada taraf ringan hingga berat atau dapat disebut tuli atau deaf. Sedangkan, Menurut Misnawati, M., et.al (2022) Tunarungu adalah istilah umum yang digunakan untuk menyebut kondisi seorang yang mengalami gangguan dalam indra pendengaran. Anak tunarungu adalah anak yang kemampuan pendengaran dan bicaranya mengalami gangguan atau hambatan (Badiyah, L. I., et.al (2020)). Anak tunarungu adalah anak yang mengalami gangguan pendengaran yang diklasifikasikan kedalam tuli (deaf) dan kurang pendengaran (hard of hearing) (Kuntarto, E., & Kusmana, A. (2020). Dapat diketahui dari pendapat diatas bahwa anak tunarungu cenderung memiliki gangguan pada pendengaran sehingga anak tunarungu kesulitan dalam berbicara dan berkomunikasi sehari – hari. Selain itu, ada anak tunagrahita juga menjadi sampel dalam penelitian ini, anak tunagrahita sendiri memiliki masalah dalam menulis permulaan dan membutuhkan media dalam melatih menulis. Diperlukan media-media untuk membantu mereka mengembangkan keterampilan menulis (Adiatama, W., et.al (2023)). Sedangkan menurut Mayasari, N. (2019) Salah satu bentuk kelainan pada anak adalah tunagrahita dengan down syndrome. Down syndrome merupakan kelainan keterbelakangan mental dan memiliki IQ di bawah rata-rata normal. Keterbatasan anak tunagrahita dalam berfikir dan mental yang terganggu ini mengakibatkan anak tunagrahita sulit untuk bergaul dan mengenal dengan anak lainnya, akan tetapi hal ini melihat dari tingkatan dari tunagrahita itu sendiri.

Secara umum, Pendidikan jasmani adaptif merupakan salah satu proses pendidikan yang pelaksanaannya melalui aktivitas gerak yang telah disesuaikan dengan kemampuan dan keterbatasan yang ada pada diri masing-masing anak (Personi et al., 2024). Kebugaran jasmani adaptif merupakan suatu sistem yang dirancang untuk memecahkan masalah dalam ranah psikomotor bagi anak berkebutuhan khusus (ABK) (Fitriatun & Susanto, 2024). pendidikan jasmani adaptif adalah pendidikan melalui program aktivitas jasmani yang dimodifikasi untuk memungkinkan individu dengan kelainan memperoleh kesempatan untuk berpartisipasi dengan aman, sukses dan memperoleh kepuasan (Widiyanto, W. E., & Putra, E. G. P. (2021)). pendidikan jasmani adaptif adalah pendidikan jasmani yang telah dimodifikasi untuk mempertemukan kebutuhan- kebutuhan anak yang menyandang ketunaan (Winensari, W., et.al (2022)). Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa dengan adanya Pendidikan jasmani adaptif diharapkan dapat memenuhi hak anak berkebutuhan khusus agar mendapatkan Pendidikan yang layak sesuai dengan kebutuhannya, selain itu kebugaran jasmani adaptif yang baik tentunya akan membawa pertumbuhan anak berkebutuhan khusus dapat berkembang dengan baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif dengan pendekatan deskriptif, Penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menganalisis keterangan mengenai apa yang ingin kita ketahui (Djollong, A. F., 2014). Metode Penelitian Kuantitatif adalah sebuah metode penelitian yang memakai data yakni angka- angka yang ditambahkan penekanan terhadap pengukuran hasil yang objektif disertai analisis statistik (Balaka, M. Y., 2022). Sugiyono (2016) menyatakan bahwa penelitian deskriptif kuantitatif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini ialah *purposive sampling* dimana siswa siswi yang di tes yaitu tunagrahita dan tunarungu di Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir berjumlah 33 anak. Teknik pengumpulan data menggunakan instrument baterai tes kebugaran jasmani *Eurofit*. Fokus dalam tes ini menilai tingkat fleksibilitas, kecepatan, daya tahan dan kekuatan.

Tes ini telah terstandarisasi baterai tes yang dirancang oleh Dewan Eropa, untuk anak-anak sekolah dasar dan telah digunakan di banyak sekolah Eropa sejak tahun 1988. Tesnya dirancang agar dapat dilakukan dalam waktu 35 hingga 40 menit menggunakan peralatan sederhana. Lima tes berikut adalah tes standar yang direkomendasikan untuk pengujian anak usia sekolah terkhususkan pada anak berkebutuhan khusus (ABK), yaitu: (1) Tes Flamingo Balance - tes keseimbangan tungkai tunggal; (2) Sit and Reach Test; (3) Bent Arm Hang - daya tahan otot/kekuatan fungsional; (4) Tes lari 50 meter - mengukur kecepatan lari dan kelincahan; dan (5) Harvard Step Test - daya tahan kardiorespirasi (Fitriatun &

Irmansyah, 2023).

Teknik analisis data yang dilakukan adalah deskriptif kuantitatif dengan mengakumulasi hasil tes kebugaran jasmani *eurofit* dan dideskripsikan sesuai dengan kategori setiap tes.

HASIL DAN PEMBAHASAN

kebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir dengan jumlah sampel yaitu 33 orang dengan kategori tunarungu dan tunagrahita. Penelitian ini menggunakan instrumen tes kebugaran jasmani *Eurofit* dengan beberapa jenis tes yang telah disesuaikan dengan anak berkebutuhan khusus, di antara tes tersebut ialah : 1) *Flamingo Balance Test*, 2) *Bent Arm Hang*, 3) *Lari 50 Meter*, 4) *Harvard Step test* dan 5) *Sit And Reach*. Berikut data statistik hasil tes tersebut:

Tabel 1 Hasil Tes Kebugaran Jasmani Eurofit Anak Berkebutuhan Khusus SLB Negeri Ogan Ilir

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	15	45.5	45.5	45.5
	Sedang	18	54.5	54.5	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Dari tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmanai berkategori sedang terdapat 18 siswa dengan persentase sebesar 54,5%, sedangkan siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori kurang terdapat 15 siswa dengan persentase sebesar 45,5%.

Tabel 2 Hasil tes *Flamingo Balance Test*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Jelek	13	39.4	39.4	39.4
	Jelek	8	24.2	24.2	63.6
	Sedang	7	21.2	21.2	84.8
	Baik	3	9.1	9.1	93.9
	Sangat Baik	2	6.1	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Dari tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmanai berkategori sangat jelek terdapat 13 siswa dengan persentase sebesar 39.4%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori jelek terdapat 8 siswa dengan persentase sebesar 24.2%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori sedang terdapat 7 siswa dengan persentase sebesar 21.2%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori baik terdapat 3 siswa dengan persentase sebesar 9.1% dan siswa dengan tingkat kebugaran jasmani kategori sangat baik terdapat 2 siswa dengan persentase sebesar 6.1%.

Tabel 3 Hasil Persentase tes *Bent Arm Hang*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Jelek	16	48.5	48.5	48.5
	Jelek	8	24.2	24.2	72.7
	Sedang	6	18.2	18.2	90.9
	Baik	3	9.1	9.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Dari tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani berkategori Sangat Jelek terdapat 16 siswa dengan persentase sebesar 48,5%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori Jelek

terdapat 8 siswa dengan persentase sebesar 24,2%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori Sedang terdapat 6 siswa dengan persentase sebesar 18,2%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori Baik terdapat 3 siswa dengan persentase sebesar 9,1%

Tabel 4 Hasil tes lari 50 meter

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Jelek	24	72.7	72.7	72.7
	Jelek	8	24.2	24.2	97.0
	Sedang	1	3.0	3.0	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Dari tabel 4 diatas dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani berkategori sangat jelek terdapat 24 siswa dengan persentase sebesar 72,7%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori jelek terdapat 8 siswa dengan persentase sebesar 24,3%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori sedang terdapat 1 siswa dengan persentase sebesar 3,0%.

Tabel 5 Hasil tes Harvard Step Test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Jelek	14	42.4	42.4	42.4
	Jelek	4	12.1	12.1	54.5
	Sedang	11	33.3	33.3	87.9
	Baik	4	12.1	12.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Dari tabel 5 diatas dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmanai berkategori Sangat Jelek terdapat 14 siswa dengan persentase sebesar 42,4%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori Jelek terdapat 4 siswa dengan persentase sebesar 12,1%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori Sedang terdapat 11 siswa dengan persentase sebesar 33,3%, dan siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori Baik terdapat 4 siswa dengan persentase sebesar 12,1%.

Tabel 6 Hasil tes Sit and Reach

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Jelek	5	15.2	15.2	15.2
	Jelek	5	15.2	15.2	30.3
	Sedang	4	12.1	12.1	42.4
	Baik	8	24.2	24.2	66.7
	Sangat Baik	11	33.3	33.3	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Dari tabel 6 diatas dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani dengan kategori sangat jelek terdapat 5 siswa dengan persentase sebesar 15,2%, siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani dengan kategori jelek terdapat 5 siswa dengan persentase sebesar 15,2%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori sedang terdapat 4 siswa dengan persentase sebesar 12,1%, siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori baik terdapat 8 siswa dengan persentase sebesar 24,2%, dan siswa dengan tingkat kebugaran jasmani dengan kategori

sangat baik terdapat 11 siswa dengan persentase sebesar 33,3%.

Secara umum, melalui data diatas dapat dilihat bahwa tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir berada pada kategori sedang, hal ini merupakan dampak dari jarang nya siswa masuk ke sekolah karena jarak rumah yang relative jauh sehingga siswa siswi jarang mengikuti jam pelajaran terutama olahraga. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menganalisis lebih luas tentang tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa negeri Ogan Ilir ini. Selain itu, peningkatan dan pemilihan model, strategi dan metode pendidikan jasmani adaptif yang digunakan guru juga agar menjadi prioritas utama supaya nantinya dapat meningkatkan kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus yang ada di Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir ini. Penelitian yang relevan dengan hasil yang dijelaskan diatas terdapat pada peneltian yang dilakukan Bahtra Roro Ambarwati (2019) "Tingkat Kebugaran Jasmani Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Inklusi SD Negeri Gejayan Condongcatur Depok Sleman", Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di sekolah inklusi SD Negeri Gejayan Condongcatur Depok Sleman. Hasil peneltian menunjuk tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di seolah inklusi sd negeri gejayan condongcatur depon sleman sebagian besar berada pada kategori kurang sebesar 40% (16 anak), diikuti kategori sedang sebesar 50% (20 anak) dan kategori baik sebesar 10% (4 anak). Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di sekolah tersebut berkategori sedang yaitu sebesar 50% dengan jumlah 20 anak. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis dan penelitian yang relevan ini memiliki kesamaan berupa instrument penelitian akan tetapi memiliki hasil yang berbeda.

KESIMPULAN

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir. Melalui penelitian yang telah dilaksanakan diperoleh hasil dengan rincian 0 siswa memiliki kebugaran jasmani baik yaitu 0%, 18 siswa memiliki tingkat kebugaran jasmani dengan kategori sedang yaitu sebesar 54,%, dan 15 siswa memiliki kebugaran jasmani dengan kategori jelek yaitu 45,5%. Dengan hasil ini maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir memiliki kategori sedang.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan ditemukan bahwa tingkat kebugaran jasmani anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir ini mayoritas dalam kategori sedang sehingga dengan itu rekomendasi yang dapat diberikan ialah perlu adanya jadwal olahraga tambahan atau meningkatkan strategi pelaksanaan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik sehingga dapat meningkatkan kebugaran jasmani pada siswa siswi Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir. Selain itu, peningkatan kapasitas dan pelatihan bagi guru juga diperlukan agar guru terus mengadopsi strategi pembelajaran terbaru sehingga terciptanya pembelajaran yang berkualitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini, terkhusus pada Sekolah Luar Biasa Negeri Ogan Ilir yang telah memberikan kesempatan untuk penulis melakukan penelitian. Antusias siswa siswi, guru – guru serta staf dalam mendukung penelitian ini sangatlah penting sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar dan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z. (2018). Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (Skj) Terhadap tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di Min Donomulyo Kabupaten Malang. *Journal AL-MUDARRIS*, 1(1), 22. <https://doi.org/10.32478/al-mudarris.v1i1.96>
- Balaka, M. Y. (2022). Metodologi penelitian kuantitatif.
- Darmawan, I. (2017). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. *Journal JIP*, 7(2), 143–154. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/jrnspirasi>
- Djollong, A. F. (2014). Tehnik pelaksanaan penelitian kuantitatif. *Istiqra: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(1).
- Fitriatun, E., & Irmansyah, J. (2023). Deskripsi Tingkat Kebugaran Jasmani Adaptif pada Anak Tuna Rungu. *Empiricism Journal*, 4(1), 77–83. <https://doi.org/10.36312/ej.v4i1.1275>
- Fitriatun, E., & Susanto, I. (2024). Tingkat Kebugaran Jasmani Adaptif Anak Berkebutuhan Khusus. *JISHUM: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 251–262. <https://doi.org/10.57248/jishum.v2i2.361>

- Personi, M., Apriansyah, D., Syaputra, R., Rahmalia, K., & Paulinsia, L. (2024). Sosialisasi Tingkat Kebugaran Jasmani ABK Di SLB Negeri 5 Kota Bengkulu. *Jurnal Dehasen Untuk Negeri*, 3(1), 97–100. <https://doi.org/10.37676/jdun.v3i1.5544>
- Ramdan Pelana, Nadya Dwi Oktafiranda, & Rizka Antoni. (2020). Pemahaman Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Luar Biasa Ditujukan Untuk Team Pengajar. *PERDULI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(01), 32–37. <https://doi.org/10.21009/perduli.v1i01.17871>
- Supriyana, R., Kusuma Yuda, A., & Dimiyati, A. (2022). Pengaruh Permainan Kecil Dalam Pemanasan Pembelajaran penjas Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Tunagrahita. *Jurnal Porkes*, 5(2), 659–671. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.6357>
- Yanti, E., & Fridalni, N. (2020). Pengaruh Kirigami Terhadap Kemampun Motorik Halus Anak Kelompok B Di Tk Asiyah Bustanul Athfal Iv Kota Jambi. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 11(2), 226–235.
- Fakhiratunnisa, S. A., Pitaloka, A. A. P., & Ningrum, T. K. (2022). Konsep Dasar Anak Berkebutuhan Khusus. *Masaliq*, 2(1), 26-42.
- Rezieka, D. G., Putro, K. Z., & Fitri, M. (2021). Faktor Penyebab Anak Berkebutuhan Khusus Dan Klasifikasi Abk. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 7(2), 40-53.
- Saputri, M. A., Widiati, N., Lestari, S. A., & Hasanah, U. (2023). Ragam Anak Berkebutuhan Khusus. *Childhood Education: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 38-53.
- Husna, F., Yunus, N. R., & Gunawan, A. (2019). Hak mendapatkan pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus dalam dimensi politik hukum pendidikan. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 6(2), 207-222.
- Minsih, M., Nandang, J. S., & Kurniawan, W. (2021). Problematika pembelajaran online bagi anak berkebutuhan khusus di sekolah dasar masa pandemi covid-19. *Jurnal Basicedu*, 5(3), 1252- 1258.
- Nasution, F., Anggraini, L. Y., & Putri, K. (2022). Pengertian pendidikan, sistem pendidikan sekolah luar biasa, dan jenis-jenis sekolah luar biasa. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 3(2), 422-427.
- Tumanggor, S., Siahaan, P. A., Aruan, J. S., Sitorus, W. W., Manik, I. S., Simare-mare, Y., & Widyastuti, M. (2023). Upaya meningkatkan minat belajar anak Sekolah Luar Biasa (SLB) dalam menggunakan media. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 1(1), 25-32.
- Astuti, W., Friansyah, D., & Salman, E. (2021). Pengembangan Modul Pembelajaran Adaptif bagi Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Luar Biasa Negeri Kota Lubuklinggau. *Silampari Journal Sport*, 1(2), 77-99.
- Widiyanto, W. E., & Putra, E. G. P. (2021). Pendidikan jasmani adaptif di sekolah inklusif bagi anak berkebutuhan khusus. *Sport Science And Education Journal*, 2(2).
- Winensari, W., Imasyah, J., & Isyani, I. (2022). Keterlaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif di SLBN 1 Mataram. *Discourse of Physical Education*, 1(2), 70-83.
- Mayasari, N. (2019). Layanan Pendidikan Bagi Anak Tunagrahita Dengan Tipe Down Syndrome. *Yinyang: Jurnal Studi Islam Gender Dan Anak*, 14(1), 111-134.
- Adiatama, W., Wardany, O. F., & Utami, R. T. (2023). Media dalam Meningkatkan Keterampilan Menulis Permulaan pada Anak Tunagrahita. *Jurnal Basicedu*, 7(5), 2942-2952.