

# **PENGEMBANGAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI UNTUK ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**Oleh: Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd**

**FIK-UNY**

## **Abstrak**

Permainan tradisional merupakan budaya bangsa sebagai wadah kegiatan masyarakat yang menghibur dan dapat menyalurkan kreativitas dan sebagai sarana sosialisasi.

Pembelajaran permainan tradisional untuk anak berkebutuhan khusus perlu diberikan sebagai variasi pembelajaran yang dapat mengembangkan kemampuan motorik dan perilaku sosial.

Proses pengembangan pembelajaran permainan tradisional adalah dengan: 1). mengidentifikasi karakteristik anak berkebutuhan khusus yang meliputi tingkat pertumbuhan dan perkembangan motorik khususnya persepsi motorik dan perkembangan perilaku sosialnya, dan 2) mengidentifikasi karakteristik permainan tradisional berdasarkan kapasitas motorik yang dapat dikembangkan, dan modifikasinya dalam merencanakan program dan strategi pelaksanaan program.

Kata kunci: Permainan tradisional, Anak berkebutuhan Khusus.

## **A. PENDAHULUAN**

Permainan Tradisional merupakan bentuk budaya suatu bangsa. Permainan tradisional bangsa Indonesia adalah merupakan bentuk budaya bangsa Indonesia yang tersebar luas di berbagai daerah di Indonesia. Permainan tradisional tersebut merupakan aktivitas bangsa yang menduduki tempat penting dalam kehidupan masyarakat dan merupakan sumber daya yang amat besar serta mempunyai nilai dalam menanamkan sikap dan keterampilan. Permainan tradisional merupakan wadah kegiatan masyarakat sebagai hiburan ataupun penyaluran kreativitas di waktu luang dan sebagai sarana sosialisasi.

Menurut Spencer yang dikutip oleh Seefeldt (1996: 183), bermain merupakan suatu bentuk pelepasan kelebihan energi. Anak-anak bermain karena mereka harus melepaskan energi yang melimpah. Bermain merupakan jalan bagi anak-anak untuk mendispersikan kelebihan energi. Kelebihan energi dan waktu pada anak-anak harus digunakan untuk memenuhi kebutuhan dasar yang memuaskan. Masih dalam buku yang sama, Buhler mendefinisikan bermain sebagai fungsi latihan, tetapi Buhler menetapkan

bahwa perasaan khusus akan rasa senang atau kesenangan yang datang dengan keberartian yang khusus pada tiap tahapan bermain. Teorinya adalah bahwa segala kegiatan selalu melibatkan rasa senang. Aktivitas itu sendiri murni aktivitas motorik, merupakan sumber kesenangan, permainan, kenikmatan, dan kepuasan. Sedangkan Gross yang dikutip oleh Seefeldt (1996:184), percaya bahwa anak-anak bermain untuk menyiapkan dirinya menghadapi atau memasuki masa remaja atau dewasa. Anak-anak bermain peran seperti orang dewasa dengan keyakinannya, ketelitiannya, dan konsentrasinya dalam menghadapi masa depannya sendiri.

Permainan tradisional pada umumnya dilakukan oleh anak-anak. Meskipun ada juga permainan tradisional yang dilakukan oleh para orang dewasa. Permainan yang dilakukan oleh anak-anak pada dasarnya dilakukan untuk kegiatan pengisi waktu luang disela-sela kesibukannya seperti ketika sedang menggembala ternak, sambil menggembala, bermain-main dengan temannya sesama penggembala bermain-main dan mengawasi ternak gembalaanya.

Bermain adalah merupakan hakikat manusia sebagai mana dikatakan oleh Huizinga dalam bukunya *Homo Ludens* (dalam Sukintaka: 2001). Banyak yang sependapat bahwa bermain merupakan aktivitas yang disenangi oleh setiap orang dan berpengaruh terhadap kehidupan. Bermain telah menjadi kenyataan merupakan gejala yang menyebar luas di seluruh lapisan masyarakat. Baik itu golongan anak-anak, remaja, dewasa, orang tua, laki-laki, perempuan, kaya atau miskin. Dorongan bermain ada pada setiap orang, terutama pada anak-anak. Banyak para ahli yang menyatakan pendapatnya atau mengungkapkan tentang teori bermain.

Frederick Von Schiller yang dikutip oleh Baley dan Field (1996: 342), seorang ahli filsafat (*philosopher*) mengatakan bahwa bermain adalah pemakaian kelebihan energi tanpa tujuan atau tanpa arah (*aimless*). Beberapa ahli yang lain juga mengatakan bahwa bermain merupakan pembentukan atau peningkatan energi, bermain merupakan pengulangan apa yang telah dilakukan oleh para leluhurnya, binatang bermain untuk mempersiapkan kehidupannya. Sedangkan William James yang dikutip oleh Baley dan Field (1996: 342), meyakini bahwa bermain itu bersifat bawaan (*instinctive*).

Mengingat pentingnya bermain dan permainan tradisional, Pemerintah melalui Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Nasional (sekarang Pendidikan Nasional) berupaya menggali dan melestarikan warisan budaya bangsa Indonesia yang berupa permainan tradisional. Melalui bagian Proyek Inventarisasi dan Dokumentasi Kebudayaan

Daerah Direktorat Sejarah dan Nilai Tradisional Direktorat Jendral Kebudayaan Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan dalam tahun anggaran 1981/1982 telah berhasil menyusun naskah Permainan Anak-Anak Daerah Jawa Tengah. Pada tahun 1990/1991 dan 1991/1992 Direktorat Keolahragaan Direktorat Jendral Pendidikan Luar Sekolah Pemuda dan Olahraga Departemen Pendidikan dan Kebudayaan dalam rangka melestarikan dan mengembangkan olahraga asli (tradisional) telah berhasil menyusun buku peraturan permainan olahraga tradisional yang telah diujicobakan. Permainan tradisional yang telah diujicobakan dan disusun dalam bentuk buku peraturan permainan tradisional yang dibakukan adalah permainan hadang, permainan engrang, permainan sumpit, permainan dagongan, permainan gasing, permainan hadang, permainan lari balok, permainan terompah panjang, permainan patok lele, permainan benteng, tarik tambang, dan permainan gebuk bantal.

## **B. Hakikat Pembelajaran Permainan Tradisional Untuk Anak Berkebutuhan Khusus**

Proses belajar motorik tak dapat dipisahkan dari proses mengajar motorik dalam pendidikan jasmani. Pembelajaran pada hakikatnya adalah merupakan upaya untuk menjadikan peserta didik belajar. Mengajar yang baik pada prinsipnya adalah mengajari bagaimana peserta didik-peserta didik mengajari dirinya sendiri atau mengajari bagaimana peserta didik belajar dengan baik.

Permainan tradisional merupakan salah satu bentuk permainan yang dapat dibelajarkan kepada anak luar biasa. Prosedure atau tata cara pembelajaran permainan tradisional secara hakiki mengacu pada prinsip dasar pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. Menurut Sherill (1996:10), *adapted physical education is defined as a comprehensive service delivery system designed to identify and ameliorate problems within the psychomotor domain*. Pendidikan jasmani adaptif adalah sistem penyampaian layanan yang komprehensif yang dirancang untuk mengidentifikasi dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor. Pelayanan tersebut diberikan oleh seorang spesialis dalam pendidikan jasmani adaptif atau oleh guru pendidikan jasmani yang telah mendapat latihan khusus untuk melaksanakan berbagai macam tugas.

Senada dengan Sherril, Auxter, Pyfer, dan Hueting (2001:3), *adapted physical education is the art and science of developing, implementing, and monitoring a carefully design physical education instructional program for learner with disability, based on a comprehensive assesment, to give the learner the skills necessary for lifetime of rich leisure, recreation, and sport experiences to enhance physical fitness and wellness*.

Pendidikan jasmani adaptif adalah merupakan seni dan ilmu pengetahuan dalam mengembangkan, mengimplementasikan, dan memonitor secara hati-hati program pembelajaran (instruksional) pendidikan jasmani yang didisain untuk peserta didik yang kurang mampu, berdasarkan pengukuran yang komprehensif, untuk memberikan kepada peserta didik keterampilan yang berarti bagi kehidupannya yang kaya dengan waktu luang, rekreasi, dan pengalaman dalam olahraga untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kesenangannya.

Berdasarkan hal di atas, pendidikan jasmani adaptif, merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang disesuaikan atau dimodifikasi yang memungkinkan individu dengan kebutuhan khusus tersebut (kurang mampu) dapat berpartisipasi atau memperoleh kesempatan beraktivitas dengan aman dan berhasil dengan baik (sesuai dengan keterbatasannya) serta memperoleh kepuasan.

### **1. Tujuan Pembelajaran Permainan Tradisional Untuk Anak Berkebutuhan Khusus**

Secara umum tujuan pembelajaran permainan tradisional untuk anak luar biasa adalah anak dapat berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan pembelajaran permainan tradisional untuk mengembangkan kemampuannya sesuai dengan kebutuhan perkembangan baik jasmani maupun rohaninya. Pembelajaran permainan tradisional untuk anak luar biasa secara khusus membantu mereka yang berkelainan dalam pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial yang sesuai dengan potensinya melalui program aktivitas jasmani yang dirancang khusus dengan hati-hati. Secara lebih khusus tujuan pembelajaran permainan tradisional mengacu pada tujuan pendidikan jasmani adaptif. Menurut Arma abdullah (1996: 4) tujuan pendidikan jasmani adaptif adalah untuk:

- a. Menolong peserta didik memperbaiki kondisi yang dapat diperbaiki
- b. Membantu peserta didik melindungi diri sendiri dan kondisi apapun yang dapat memperburuk keadaannya melalui aktivitas jasmani
- c. Memberi kesempatan peserta didik mempelajari dan berpartisipasi dalam sejumlah macam olahraga dan aktivitas jasmani waaktu luang yang bersifat rekreasi
- d. Menolong peserta didik memahami keterbatasan jasmani dan mentalnya
- e. Membantu melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan memiliki harga diri

- f. Membantu peserta didik mengembangkan pengetahuan dan apresiasi terhadap mekanika tubuh yang baik
- g. Menolong peserta didik memahami dan menghargai berbagai macam olahraga yang dapat dinikmatinya sebagai penonton

## 2. Manfaat permainan Tradisional Untuk Anak Berkebutuhan Khusus

Berdasarkan tujuan tersebut di atas, pembelajaran permainan tradisional untuk anak luar biasa harus dapat memberi manfaat bagi peserta didik yang memiliki kebutuhan khusus. Melalui program pembelajaran pendidikan jasmani yang dirancang dan dilaksanakan dengan baik, pendidikan jasmani harus dapat: (1) merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, (2) mempengaruhi perkembangan keterampilan gerak, (3) membantu mengembangkan efisiensi koordinasi syaraf otot (neuro muskuler), (4) membantu pengembangan kesegaran jasmani seperti kekuatan tubuh, daya tahan, kelentukan, daya tahan kardio vaskuler, yang berguna bagi kehidupan sehari-hari, (5) membantu mengembangkan emosionalnya, (6) membantu pengembangan sosial agar dapat berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, (7) membantu pengembangan intelektualnya.

Sherill mempercayai bahwa, pendidikan jasmani secara alami merupakan pendidikan persepsi motorik (*perceptual-motor education*), yaitu prinsip kekhususan yang berkaitan dengan pembelajaran (belajar) persepsi motorik. Hal ini membentuk nalar yang kuat para guru pendidikan jasmani untuk melaksanakan (mempraktekan) konsep-konsep (konstruks) persepsi motorik dalam belajar tentang olahraga, menari (dance), dan aktivitas aquatik. Tugas-tugas persepsi motorik dari Sherill untuk pendidikan jasmani, didisain untuk menguji dan mengajarkan. 10 Tugas pelaksanaan tes dan pengajaran di bawah ini merupakan perilaku yang dapat dilihat sebagai pengamatan yang terdiri dari beberapa tugas-tugas gerak yang merupakan aktivitas gerak yang berkembang secara berurutan. Tugas-tugas tersebut dapat digunakan sebagai catatan (checklist) untuk menentukan kekuatan dan kelemahan tertentu, khususnya dalam mengidentifikasi bagian-bagian tubuh (body parts), mendiskriminasikan kanan-kiri (right-left discrimination), berpindah-pindah tempat dalam suatu ruangan, melintas sebuah garis, imitasi gerakan, objek bergerak dalam suatu ruangan, mengikuti jejak visual, keseimbangan statik, keseimbangan dinamis, dan dominansi lateral. Keberhasilan dalam pelaksanaan tugas ini tergantung pada integritas

proprioseptif, input taktual, dan pusat pemroses. Beberapa anak gagal dalam membuat respon motorik yang baik oleh karena gangguan pada pendengaran dan atau penglihatan. Untuk mengidentifikasi gangguan tersebut dapat dilakukan melalui tes dan pengajaran dengan cara seperti berikut: 1). Mengidentifikasi (mengenal) bagian tubuh, tujuannya untuk melatih pendengaran, ingatan dan urutannya (sekuensi). 2). Menyentuh (kanan-kiri) bagian anggota badan dengan anggota badan yang berlawanan. Tujuannya untuk melatih ingatan melalui pendengaran, dan sekuensi/penggiliran/urutan. 3). Berpindah tempat/mengubah (berubah) posisi dalam suatu ruang. Tujuannya untuk melatih ingatan, pendengaran, dan sekuensi/ penggiliran/urutan. 4). Melintas garis tengah. Tujuannya untuk melatih ingatan, pendengaran, dan sekuensi/penggiliran/urutan. 5). Meniru gerakan. Tujuannya untuk melatih ingatan, visualisasi, dan sekuensi. 1) Meniru gerakan bilateral. Meniru gerakan-gerakan lengan secara bersama atau sendiri, sementara tungkai tetap atau diam. Menggerakkan kaki secara bersama-sama atau sendiri, sementara lengan tetap atau diam. Menggerakkan empat anggota tubuh secara bersama-sama atau sendiri-sendiri secara berurutan. Mengkombinasikan tiga macam gerakan secara berurutan. 6). Meniru gerakan-gerakan unilateral. Menggerakkan lengan kanan dan tungkai kanan secara sendiri-sendiri atau bersama-sama, sementara bagian kiri tetap. Gerakan sebaliknya dari gerakan. Meniru gerakan-gerakan menyilang ke samping. Menggerakkan lengan kanan dan tungkai kiri secara sendiri-sendiri atau bersama-sama atau bersamaan secara berurutan, sementara yang lain tetap. Melakukan gerakan sebaliknya dari gerakan. Memberi kesempatan untuk meniru gerakan lengan dari guru tanpa instruksi verbal. Mulai dan berhenti ke dua lengan secara simultan. Meniru secara benar enam dari sembilan gerakan. Memberi kesempatan untuk meniru gerakan lengan dari guru yang memegang raket atau alat olahraga lainnya, tanpa instruksi verbal dengan benar enam dari sebelas gerakan. 7). Meniru gerakan bola (arah dan kekuatannya). Tujuan : visualisasi, ingatan dan urutan. 8). Jejak visual (visual tracking). Tujuan: pengamatan visual, ingatan, dan pengurutan. 9a). Keseimbangan statis. Tujuan: visual dan auditori. 9b). Keseimbangan dinamis. Tujuan: visual dan auditori. 10). Dominansi lateral. Tujuan: visual, auditori

### **3. Tahap-Tahap Pembelajaran Permainan Tradisional Untuk Berkebutuhan Khusus**

Menurut Auxter, Pyfer, dan Huetting (2001:119), agar dapat merencanakan program pembelajaran secara sistematis, harus memahami secara jelas tahap-tahap fungsi perkembangan motorik atau tahap-tahap perolehan keterampilan motorik dalam berbagai

keterampilan motorik yang terdapat dalam berbagai keterampilan olahraga. Tahap-tahap tersebut adalah: tahap dasar pembangunan system syaraf, tahap proses integrasi, tahap keterampilan fungsional, dan tahap keterampilan gerak (dalam olahraga).

#### **a. Tahap dasar pembangunan system syaraf**

Tahap dasar pembangunan system syaraf ini tergantung dari proses operasionalisasi system syaraf dalam menerima masukan atau system sensori syaraf. Sistem tersebut mencakup refleks primitive, system vestibular, penglihatan dan *refractive*, pendengaran, perabaan, system kinestetik, dan refleks keseimbangan. Keseluruhan sistem tersebut merupakan komponen penting dalam gerakan yang berguna yang terdapat dalam *central nerves system* (CNS).

#### **b. Tahap Integrasi Proses**

Tahap integrasi proses dicapai setelah melalui tahap pertama tersebut di atas. Tahap pertama adalah tahap fungsi gerak, sedangkan tahap kedua adalah tahap berkaitan dengan kualitas gerak. Tahap integrasi proses mencakup persepsi motorik, seperti keseimbangan gerak, kesadaran tubuh, bayangan diri, dan kesadaran ruang. persepsi motorik, kesegaran jasmani, dan kesegaran gerak (motor fitness). Persepsi motorik meliputi keseimbangan gerak, kesadaran tubuh, bayangan diri, dan kesadaran ruang. Kesegaran jasmani meliputi kekuatan otot, daya tahan otot, dan daya tahan kardio vaskuler. Kesegaran gerak meliputi kelincahan, power, kecepatan dan koordinasi.

#### **c. Tahap Keterampilan Fungsional**

Tahap lanjut perkembangan gerak adalah keterampilan gerak yang berguna dalam berolahraga dan aktivitas rekreasi. Keterampilan adalah merupakan perilaku gerak yang secara khusus berguna dalam kehidupan dan aktivitas rekreasi atau olahraga. Contoh keterampilan fungsional adalah keterampilan dasar lokomotor dan keterampilan mengontrol objek. Keterampilan dasar lokomotor meliputi keterampilan berjalan, berguling, merangkak, lari, melompat, berjingkat, sliding, memanjat, mencongklang, dan *skipping*. Keterampilan mengontrol objek meliputi menendang, melempar, menangkap, memukul, dan memantulkan.

#### **d. Tahap keterampilan olahraga**

Keterampilan olahraga merupakan keterampilan yang diperoleh melalui latihan yang berulang-ulang dan setelah melalui tahap kematangan CNS. Keterampilan olahraga meliputi keterampilan mendribel, menembak, memukul dengan pemukul, melontarkan bola, bermain ski, tumbling, menjebak, dan menyelam.

Berdasarkan tahap perkembangan perolehan gerak tersebut di atas, pembelajaran permainan tradisional direncanakan. Implementasi pembelajaran permainan tradisional harus disesuaikan dengan karakteristik kebutuhan perkembangan gerak anak luar biasa dan disinkronkan dengan karakteristik keterampilan yang ada dalam permainan tradisional.

#### **4. Prinsip-Prinsip Pengembangan Pembelajaran Permainan Tradisional**

Prinsip pengembangan dalam pembelajaran permainan tradisional untuk anak luar biasa harus memperhatikan beberapa aspek. Aspek tersebut diantaranya adalah aspek perencanaan program, aspek mainstreaming program, dan aspek strategi pembelajaran permainan.

##### **a. Aspek perencanaan program**

Merencanakan program pembelajaran permainan tradisional harus memperhatikan tingkat kebutuhan anak yang sesuai dengan kebutuhan akan perkembangan gerakannya sehingga dapat berguna bagi kehidupannya. Selain kesesuaian dengan pertumbuhan dan perkembangan gerakannya, ditinjau juga keberadaan dana, alat vasilitas, sumber daya manusia, dan rencana kegiatan atau penjadwalan. Dalam perencanaan program perlu diperhatikan hal sebagai berikut:

- 1) Mengidentifikasi kemampuan peserta didik berdasarkan kelainan dan tingkat kebutuhannya.
- 2) Mengklasifikasikan ke dalam kelompok yang memungkinkan dapat dilaksanakan proses pembelajaran secara klasikal.
- 3) Mempersiapkan program berdasarkan tingkat kemampuan individu atau kelompok.
- 4) Melaksanakan pembelajaran berdasarkan program yang telah disusun.
- 5) Melaksanakan evaluasi terhadap perkembangan atau kemajuan belajar.

##### **b. Aspek mainstreaming program**

Mainstreaming berarti anak dengan hambatan harus memperoleh pembelajaran permainan tradisional sedapat mungkin tidak terpisah dengan yang lain yang tidak berhambatan. Setiap anak harus menjadi bagian proses pembelajaran permainan tradisional. Anak dengan kebutuhan khusus harus memperoleh kesempatan sebaik mungkin untuk mengembangkan rasa percaya dirinya, dan konsep dirinya melalui permainan tradisional yang menantang dengan rasa aman dalam beraktivitas. Prinsip mainstreaming dalam pembelajaran permainan tradisional adalah sebagai berikut:

- 1) Semua peserta didik memperoleh kesempatan yang sama dengan tingkat perolehan keterampilannya.

- 2) Peserta didik memperoleh pelayanan yang memadai melalui pelayanan guru dengan memadai.
- 3) Alat dan fasilitas sesuai dengan jumlah peserta didik.
- 4) Ada evaluasi secara berkala.

## **2. Aspek Strategi Pembelajaran Permainan**

Strategi pembelajaran permainan tradisional harus dapat memilih pendekatan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Kebutuhan peserta didik dapat didekati melalui modifikasi pembelajaran permainan tradisional. Modifikasi pembelajaran permainan tradisional dapat dilakukan melalui modifikasi alat fasilitas, modifikasi peraturan permainan, modifikasi pendekatan pembelajaran, dan modifikasi variasi keterampilan yang diajarkan.

### **a. Modifikasi Alat dan Vasilitas**

Modifikasi alat dan vasilitas dalam pembelajaran permainan tradisional dapat dilakukan dengan memperkecil lapangan permainan tradisional yang disesuaikan dengan jumlah peserta yang memiliki kebutuhan yang sama dalam perkembangan gerakanya, atau dengan ukuran lapangan yang tetap tetapi jumlah pesertanya diperbanyak selama tingkat kebutuhannya sama. Modifikasi alat tentunya disesuaikan pula dengan kebutuhan. Sebagai contoh, untuk tuna netra alat harus dapat dikenali oleh peserta didik melalui peralatan yang dapat menimbulkan bunyi-bunyian yang spesifik.

### **b. Modifikasi Peraturan Permainan**

Modifikasi peraturan permainan tradisional dapat disesuaikan dengan kebutuhan perkembangan dan tingkat kesulitan yang mungkin dialami oleh peserta pembelajaran permainan tradisional. Peraturan disederhankan agar tingkat keterampilan yang dimiliki oleh peserta didik mampu mengakomodasi tingkat peraturan sesuai dengan keterampilannya. Contoh dalam modifikasi ini adalah missal dalam permainan tradisional engrang, jarak tempuh diperpendek dan lebar lintasan dilebarn.

### **c. Modifikasi Pendekatan Pembelajaran**

Pendekatan pembelajaran berkaitan dengan gaya mengajar guru dan metode pembelajaran. Tidak ada satu metode pembelajaran yang baik dapat dalam pembelajaran. Penggunaan kombinasi berbagai metode atau gaya mengajar sangat diperlukan. Guru harus dapat menerapkan berbagai metode dan gaya mengajar agar peserta didik dapat belajar dengan optimal.

### **d. Pengembangan variasi Keterampilan**

Variasi materi permainan tradisional yang baik adalah bervariasi. Variasi dalam pembelajaran permainan tradisional dapat dilakukan dengan mengembangkan berbagai tingkat kesulitan materi atau dengan menggabungkan berbagai tingkat keterampilan dalam permainan tradisional.

## **C. Implementasi Pembelajaran Permainan Tradisional Untuk Anak berkebutuhan Khusus (Tunanetra)**

### **1. Kompetensi yang ingin dicapai**

Kompetensi yang ingin dicapai dalam pembelajaran permainan tradisional untuk anak luar biasa disesuaikan dengan karakteristik anak tunanetra. Tunanetra merupakan salah satu cacat pada alat indra penglihatan. Kelainan pada penglihatan memiliki karakteristik tertentu yang dapat dibina dan dikembangkan ke arah yang lebih baik dalam perkembangan psikomotornya. Kebutaan adalah bukan suatu tragedi, bahkan merupakan gangguan yang dapat diatasi atau dikompensasi. Semakin besar keterbatasan penglihatan, semakin besar kendala keseluruhan daalam perkembangan psikomotor.

Karakteristik dan saran perlakuan permainan tradisional untuk Anak dengan Kelainan Penglihatan (Tuna netra)

- a. Anak tuna netra memiliki keseimbangan yang kurang sehingga dalam program pembelajaran permainan tradisional harus berisi aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan kemampuan keseimbangannya, baik keseimbangan yang bersifat statis maupun keseimbangan yang bersifat dinamis.

Contoh aktivitas:

- 1) Keseimbangan statis: berdiri dengan ujung jari kaki, beridiri dengan satu kaki, berdiri dengan dengan ujung jari kaki satu kaki, berdiri dengan satu kaki membentuk sikap tertentu seperti kapal terbang, beridiri dengan berbagai sikap di atas benda-benda tertentu, berdiri atas dua tangan (hand-stand dengan dua tangan), berdiri atas satu tangan (hand-stand dengan satu tangan).
- 2) Keseimbangan dinamis: berjalan di atas garis lurus, berjalan di atas balok keseimbangan (titian), berjalan dengan dua tangannya, berjalan dengan menggunakan benda tertentu sebagai tumpuannya seperti berjalan dengan

tempurung atau kaleng, apabila telah dapat melakukan berbagai bentuk keseimbangan tersebut, anak tunanetra dapat dilatih permainan tradisional **egrang, lari balok, terompah panjang**, dan gebuk bantal

- b. Kesadaran akan gambaran tubuh (*body image*) dan kesadaran akan ruang (*space awareness*) kurang. Permainan tradisional yang dapat digunakan untuk melatih body image adalah dengan permainan benteng, hadang, dogongan, tarik tambang, **lari balok, terompah panjang**
- c. Kesadaran akan tubuh dan hubungannya dengan ruang merupakan dua hal yang paling dibutuhkan dalam keterampilan gerak (motorik) disamping keseimbangan.
  - 1). Contoh aktivitas untuk mengembangkan kesadaran akan gambaran tubuh: menyebutkan bagian-bagian tubuh, menggerakkan bagian-bagian tubuh secara terpisah, mengkoordinasikan gerak dari dua bagian tubuh, menggerakkan benda dengan berbagai bagian tubuh, merasakan ukuran benda dari berbagai bagian tubuh, mengidentifikasi bagian tubuh dari teman lain. Permainan tradisional yang sesuai untuk mengembangkan kesadaran akan tubuh adalah dengan permainan **lari balok, benteng, hadang**.
- e. **Permainan Tradisional untuk Mengembangkan Kesegaran Jasmani untuk Tuna netra**
  - 1) Peserta didik tuna netra seharusnya memerlukan kesegaran jasmani yang lebih baik dari pada yang berpenglihatan, karena dalam melakukan gerakan memerlukan usaha yang lebih banyak dari pada yang diperlukan. Oleh karena itu aktivitas jasmani yang mengembangkan kemampuan jasmani seperti kekuatan otot, daya tahan otot, kelentukan, daya tahan kardio vaskuler sangat diperlukan. Kekuatan dapat dikembangkan dengan aktivitas mendorong, menarik dan mengangkat beban tertentu. Latihan yang lain seperti memanjat tali atau jala yang digantung, lari ditempat, menggunakan sepeda di tempat (*ergo cycle*), mendayung, lari menempuh jarak tertentu sangat diperlukan untuk pengembangan kemampuan kesegaran jasmani.
  - 2) Permainan tradisioonal untuk mengembangkan kesegaran jasmani anak tunanetra adalah dengan permainan tarik tambang, dogongan, hadang, benteng, lari balok, egrang, gebug bantal, terompah panjang.

## D. Kesimpulan

Pembelajaran permainan tradisional untuk anak berkebutuhan khusus perlu diberikan sebagai variasi pembelajaran yang dapat mengembangkan kemampuan motorik dan perilaku sosial. Proses pengembangan pembelajaran permainan tradisional adalah dengan:

1. Mengidentifikasi karakteristik anak berkebutuhan khusus yang meliputi tingkat pertumbuhan dan perkembangan motorik khususnya persepsi motorik dan perkembangan perilaku sosialnya.
2. Mengidentifikasi karakteristik permainan tradisional berdasarkan kapasitas motorik yang dapat dikembangkan, dan modifikasinya dalam merencanakan program dan strategi pelaksanaan program.

## DAFTAR PUSTAKA

Arma Abdullah, (1996), Pendidikan Jasmani adaptif, Yogyakarta: yayasan STO.

Auxter David, Pyfer Jean, Hueting Carol. (2001). Principles and Methods of Physical Education and Recreation. New York: McGraw-Hill Companies

Baley, James A. Field, David A. (1996), Physical Education and Physical Educator. Boston: Allyn and Bacon, Inc.

Seefeldt, Carol. (1996). Teaching Young Children. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, Inc. Sukintaka, (2001). Teori Pendidikan Jasmani, Yogyakarta: Esa Grafika

Sherrill , (1996), Adapted physical Education, New York: McGraw-Hill Companies

Gabbard, Carl. LeBlance, Elizabeth. Lowy, Susan, (1987), Physical Education For Children. Building Foundation. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, Inc.