

## Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Bagi Anak Tunagrahita Ringan di SLBN 1 Painan

Viona Nurul Adha<sup>1</sup>, Fatmawati<sup>2</sup>

<sup>1)</sup> Universitas Negeri Padang, Indonesia

<sup>2)</sup> Universitas Negeri Padang, Indonesia

### INFORMASI ARTIKEL

Diterima: 28 Oktober 2019  
Direvisi: 30 Oktober 2019  
Diterbitkan: 1 November 2019

### KATA KUNCI

Pencak silat, tunagrahita ringan, dan ekstrakurikuler.

### KORESPONDEN

No. Telepon:  
+62-82384047638

E-mail:  
[vionanuruladha@gmail.com](mailto:vionanuruladha@gmail.com)  
[fatmawati@fip.unp.ac.id](mailto:fatmawati@fip.unp.ac.id)

### A B S T R A K

Penelitian ini dilatarbelakangi pada studi kasus pada sekolah luar biasa yang terdapat di Kab Pesisir Selatan yaitu SLB N 1 Painan. Studi kasus ini merujuk pada kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan. Berdasarkan hasil *grand tour* yang peneliti lakukan, peneliti mengamati bahwa sekolah ini merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga, salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan merupakan olahraga bela diri pencak silat. Perkembangan siswa melakukan kegiatan ini sangat baik, siswa mengikuti kegiatan dengan sangat baik. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif, yang difokuskan kepada pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler, hambatan pada saat kegiatan berlangsung, dan cara mengatasi hambatan yang terjadi pada saat kegiatan terjadi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian ini yaitu pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat dilaksanakan dalam waktu dua kali seminggu dan diajarkan dari dasar. Dalam pelaksanaannya terdapat hambatan pada semangat anak dalam latihan dan cara mengatasinya yaitu dengan guru lebih sabar lagi menghadapi serta kembali membangkitkan semangat siswa dengan memberikan hadiah.

### PENDAHULUAN

Manusia mempunyai berbagai hak dan kewajiban yang sama dan juga harus terpenuhi, salah satu hak yang harus terpenuhi pada manusia yaitu hak untuk mendapatkan pendidikan yang layak. Termasuk bagi siswa yang memiliki hambatan baik itu dari segi fisik, mental ataupun intelegensi, mereka berhak untuk mendapatkan pelayanan pendidikan. Pelayanan pendidikan terdiri dari pelayanan pendidikan akademik dan pelayanan pendidikan non

akademik. Adapun pelayanan pendidikan akademik yaitu, pembelajaran yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan sedangkan pelayanan non akademik yaitu ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler yang ada disekolah salah satunya yaitu olahraga pencak silat, yang merupakan salah satu olahraga beladiri yang berasal dari Indonesia. Ekstrakurikuler pencak silat tidak hanya diperuntukkan untuk anak normal saja namun juga untuk anak berkebutuhan khusus salah satunya anak tunagrahita.

Berdasarkan hasil *grand tour* yang peneliti lakukan di SLB N 1 Painan, peneliti mengamati bahwa sekolah ini merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Peneliti menemukan satu kelompok siswa yang melakukan kegiatan ekstrakurikuler olahraga yaitu pencak silat. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini berjenis kelamin laki – laki yang berjumlah sebanyak tiga orang siswa dan memiliki hambatan tunagrahita ringan. Setelah siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini siswa merasakan manfaatnya seperti siswa menjadi lebih sehat, fisik siswa menjadi lebih kuat, siswa menjadi lebih aktif bergerak dan mampu melindungi diri sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan kepala sekolah. Ia menyatakan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler ini dilakukan untuk mengetahui minat dan bakat siswa dibidang olahraga khususnya dipencak silat dan nantinya bisa dikembangkan diluar sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler pencak silat ini dilaksanakan secara bertahap dan diajarkan dari gerakan yang paling dasar sehingga pencak silat ini mudah dipahami dan dipelajari oleh siswa. Hal ini sejalan dengan pernyataan guru pembimbing ekstrakurikuler pencak silat bahwa siswa dilatih pencak silat dengan cara yang bertahap sehingga siswa dapat lebih mudah memahami dan melakukan gerakan pencak silat mengingat yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini adalah siswa tunagrahita ringan.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan peneliti dalam latar belakang dan fokus penelitian, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Bagi Siswa Tunagrahita Ringan di SLBN 1 Painan”.

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan bagaimana pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan di SLBN 1 Painan.
2. Mendeskripsikan apa saja kendala yang dihadapi guru saat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan di SLBN 1 Painan.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Dimana penelitian ini dilaksanakan di SLB N 1 Painan yang beralamatkan di Jln. H. Ilyas Yakub Painan Utara No. 25611, Salido, IV Jurai, Kab. Pesisir Selatan Sumatera Barat.

Pada penelitian ini yang akan menjadi instrumen penelitian adalah peneliti sendiri. Dimana peneliti sendiri yang menjadi pengumpul data di lapangan saat penelitian berlangsung. Sumber data pada penelitian ini dipilih secara purposive dan bersifat *snowball sampling*. Dengan demikian yang menjadi sampel sumber data yaitu guru pembimbing ekstrakurikuler pencak silat dan kepala sekolah.

Peneliti menggunakan tiga teknik pengumpulan data yaitu, teknik wawancara, teknik observasi, dan teknik studi dokumentasi. Teknis analisis data yang digunakan adalah teknik analisis data, dimana terdapat beberapa teknik analisis data yang digunakan peneliti yaitu:

1. Mencatat hasil pengamatan melalui observasi, wawancara dan studi dokumentasi mengenai Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Bagi Siswa Tunagrahita Ringan Di SLB N 1 Painan.
2. Setelah dicatat data akan dipilah – pilah dan mengarahkan serta membuang data yang tidak diperlukan. Data tersebut akan ditafsirkan serta memperoleh maknanya.
3. Mengkalsifikasikan data–data tersebut dengan fokus penelitian, data yang diperoleh kemudian dikelompokkan berdasarkan fokus penelitian.
4. Menganalisis data yang terkumpul dan memberi intervensi kepada data yang diperoleh
5. Menarik kesimpulan dari data tersebut agar maksud dari penelitian ini memberikan hasil yang jelas dan bermanfaat.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Perolehan data tersebut akan peneliti deskripsikan berdasarkan permasalahan yang diajukan dan fokus penelitian tentang pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita di SLB N 1 Painan yang terdiri dari :

#### **a. Pelaksanaan Kegiatan Eksrakulikuler Pencak Silat**

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler ini dilaksanakan setiap hari Rabu dan hari Sabtu, pada hari Rabu pagi siswa mempunyai jadwal mata pelajaran olahraga dan guru pembimbing memanfaatkan jadwal ini untuk melaksanakan kegataan ekstrakurikuler pencak silat ini sebagai kegiatan selingan dari kegiatan pelajaran olahraga lainnya, pada

hari Sabtu tidak ada proses pembelajaran didalam kelas dan memang diperuntukkan untuk melakukan kegiatan ekstrakurikuler bagi siswa SLB N 1 Painan. Data ini ditunjang didalam catatan lapangan (CL2) pada hari Sabtu 27 Juli 2019.

Metode yang digunakan oleh guru pembimbing dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan adalah metode demonstrasi dan praktek langsung dengan mencontohkan kemudian anak meniru, ketika anak melakukan kesalahan dalam melakukan gerakan guru pembimbing akan kembali mencontohkan gerakan yang benar kemudian membantuk memperbaiki gerakan anak. Data ini sesuai dengan catatan wawancara (CW 2) pada hari Rabu, 21 Agustus 2019 sebagai berikut:

*“Metodenya yaitu metode pembelajaran langsung, yang mana saya selaku pelatih mempraktekkan kepada anak setelah itu anak dimintak untuk mempraktekkan, jika ada yang salah saya ulangi lagi.”*

Dalam proses pembelajaran dalam kegiatan ekstrakurikuler pencak silat guru pembimbing mempersiapkan anak terlebih dahulu, guru pembimbing mengajak anak untuk berdoa lalu setelah itu peregangan dan pemanasan sebelum masuk ke kegiatan inti, agar anak terhindar dari cedera yang tidak diinginkan. Data ini ditunjang oleh catatan lapangan (CL 2).

Senada dengan hasil catatan lapangan yang peneliti lakukan, hasil wawancara juga menguatkan pernyataan diatas. Data ini ditunjang dalam catatan wawancara (CW 2) pada hari Rabu, 21 Agustus 2019 sebagai berikut:

*“Persiapannya pertama mengumpulkan anak, menyuruh anak berdo'a, pemanasan setelah itu langsung melakukan kegiatan.”*

Selanjutnya dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat guru pembimbing menggunakan media pembelajaran yaitu pecing atau yang biasa disebut dengan target. Media ini digunakan untuk melatih tendangan dan pukulan yang telah dipelajari siswa tunagrahita ringan. Hal ini sesuai dengan data yang diperoleh melalui catatan wawancara (CW 2) pada hari Rabu, 21 Agustus 2019 sebagai berikut :

*“Kalau alat bantu nya berupa pecing yang petak itu gunanya untuk melatih anak cara menendang melatih cara memukul.”*

sesuai dengan catatan lapangan (CL 6) pada tanggal 21 September 2019, yang mana anak melaksanakan kegiatan melakukan gerakan menendang dan memukul menggunakan pecing.

## **b. Kendala Yang Dihadapi Guru Saat Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler**

Dari hasil yang didapat oleh peneliti melalui observasi dan wawancara yang telah dilaksanakan, bahwasannya guru pembimbing mengalami kesulitan pada saat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler ketika anak sudah mengalami bosan dan juga ketika anak terlambat datang untuk mengikuti kegiatan. Data ini sesuai dengan catatan wawancara (CW 2) pada hari Rabu, 21 Agustus 2019 sebagai berikut:

*“Kalau hambatannya yaa namanya juga anak tunagrahita kadang-kadang sering terlambat atau anak dalam keadaan sedang tidak mood, seperti itu.”*

## **c. Usaha Yang Dilakukan Guru Dalam Menghadapi Kendala Dalam Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler**

Dalam mengatasi kendala yang dihadapi oleh guru ketika pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler guru mencoba lebih sabar dalam menghadapi semangat anak dan juga guru akan memberikan hadiah kepada siswa yang mengikuti kegiatan dengan rajin. Data ini sesuai dengan catatan wawancara (CW 2) pada hari Rabu, 21 Agustus 2019 sebagai berikut:

*“Yaa mungkin dengan kesabaran supaya anak tersebut minatnya kembali muncul untuk melakukan gerakan pencak silat, atau dengan saya apakan, siapa yang mau ikut akan bapak beri hadiah untuk menimbulkan minat anak kembali.”*

Temuan pada hasil penelitian ini dibagi menjadi dua bagian yaitu temuan yang bersifat umum dan temuan yang bersifat khusus.

### **a. Temuan Umum**

Sebagaimana yang telah peneliti paparkan pada BAB I mengenai latar belakang penelitian bahwa adanya pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan yang dilaksanakan di SLB N 1 Painan.

### **b. Temuan Khusus**

Pada temuan khusus ini peneliti memaparkan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan sebagai berikut:

1. Guru pembimbing melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat bagi siswa tunagrahita ringan dua kali dalam seminggu yakni hari Rabu dan hari Sabtu
2. Guru menggunakan media pecing sebagai sasaran latihan untuk melatih tendangan dan pukulan anak
3. Guru mengajarkan dasar-dasar pencak silat terlebih dahulu
4. Guru mempersiapkan siswa sematang mungkin sebelum memasuki kegiatan inti

5. Guru terlebih dahulu memberika contoh gerakan pencak silat apa yang harus dikerjakan oleh siswa, sebelum siswa mempraktekkan apa yang telah dicontohkan oleh guru
6. Ketika ada kesalahan gerakan yang dilakukan oleh siswa guru langsung membantu dan memperbaiki kesalahan yang dilakukan oleh siswa dan mengulangi memberikan contoh gerakan yang benar kepada siswa
7. Siswa tunagrahita mempunyai dasar kuda-kuda pencak silat yang bagus
8. Siswa tunagrahita ringan bisa mengingat beberapa gerakan yang telah diajarkan pada pertemuan sebelumnya
9. Evaluasi yang diberikan oleh guru dengan cara mempraktekkan kembali gerakan pencak silat yang telah dipelajari sebelum melanjutkan kegerakan selanjutnya
10. Tidak ada penilaian yang diberikan oleh guru terhadap kegiatan ekstrakurikuler pencak silat ini

## **Pembahasan**

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan diluar mata pelajaran untuk membantu pengembangan siswa sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah (Hadiyanto, 2013). Setiap sekolah ikut menyelenggarakan kegiatan ini tidak terkecuali SLB, kegiatan yang dilaksanakanpun bermacam-macam dan itu tentu sudah disesuaikan dengan minat dan bakat yang dimiliki oleh anak.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan salah satu keiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SLBN 1 Painan yaitu olahraga pencak silat. kegiatan ekstrakurikuler ini dilaksanakan selama dua kali seminggu diluar jam pembelajaran wajib didalam kelas yaitu hari Rabu dan Sabtu pada pukul 09.00 sampai dengan pukul 10.00 WIB. Adapun kegiatan olahraga pencak silat ini diselenggarakan untuk meningkatkan minat dan bakat pesert didik dalam olahraga pencak silat dan juga untuk menjaga kesehatan anak dengan berolahraga.

Metode yang digunakan oleh guru dalam mengajarkan gerakan pencak silat kepada siswa tunagrahita ringan yaitu metode deomonstrasi. Dalam pelaksanaannya guru mengajarkan anak secara bertahap, mulai dari cara bagaimana hormat didalam pencak silat, cara pemanasan, dasar-dasar pencak silat, tendangan pukulan hingga anak bisa merangkai tendangan dan pukulan menjadi serangan yang nantinya akan dilatih menggunakan media pecing.

Dalam kegiatan ekstrakurikuler pencak silat ini tidak ada proses penilaian yang diberikan oleh guru pembimbing, yang dilakukan oleh guru adalah mengulang kembali atau mempraktekkan kembali jika ada kesalahan pada gerakan pencak silat yang dilakukan oleh siswa. Melalui evaluasi guru dapat menentukan apakah siswa memiliki kemajuan dalam melakukan gerakan pencak silat atau sudah bisa menguasai gerakan dasar pencak silat dan juga menentukan apakah anak sudah bisa melanjutkan untuk tahap berikutnya. Guru melakukan evaluasi ketika siswa sedang mempraktekkan gerakan pencak silat atau ketika siswa sedang berlatih, evaluasi langsung diberikan oleh guru ketika siswa melakukan kesalahan dalam gerakan pencak silat, guru langsung memberikan evaluasi kepada anak.

Kendala yang dihadapi oleh guru dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler yaitu ketika siswa tidak masuk sekolah, datang terlambat untuk melaksanakan kegiatan dan ketika mood siswa dalam keadaan naik turun atau dengan kata lain siswa muda bosan dengan kegiatan yang dilakukan. Usaha yang dilakukan oleh guru terhadap kendala yang dihadapi yaitu guru memberikan sikap tegas kepada anak dan juga dengan cara memberikan hadiah kepada anak agar semangat anak kembali timbul untuk melaksanakan kegiatan. Selanjutnya untuk mengatasi kebosanan pada anak terkadang guru mengajak anak untuk menonton video pertandingan pencak silat.

Sudah menjadi kewajiban seorang guru untuk memperhatikan kemampuan siswa dalam pembelajaran. Hal ini juga berlaku terhadap siswa tunagrahita ringan yang mana anak tunagrahita ringan adalah anak yang memiliki tingkat kecerdasan tunagrahita ringan berkisaran 50 – 70, mereka juga termasuk kelompok mampu didik, masih bisa diajarkan membaca, menulis, dan berhitung. Hal ini tidak menghalangi anak untuk berlatih pencak silat dan juga harus diberikan pemahaman apa kegunaan dari pencak silat.

## **KESIMPULAN**

Siswa tunagrahita ringan di SLB N 1 Painan memiliki bakat dalam bidang olahraga pencak silat. Siswa mempunyai dasar yang bagus dalam pencak silat, saat ini siswa hanya mengembangkan potensi yang dimiliki dalam pencak silat di lingkungan sekolah saja, kemudian nantinya siswa dapat mengisi acara-acara di sekolah. Dalam proses pelaksanaannya guru terlebih dahulu mengajarkan siswa dari dasar-dasar pencak silat.

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler ini dilaksanakan dua kali dalam seminggu yakni pada hari Rabu dan Sabtu pada pukul 09.00 -10.00 WIB. Dalam proses pembelajaran guru terlebih dahulu mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan inti seperti peregangan dan

pemanasan agar nantinya siswa tidak mengalami cedera ketika melakukan kegiatan olahraga pencak silat. Dalam pelaksanaannya guru menggunakan media khusus yaitu pecing yang berguna untuk melatih tendangan dan pukulan anak.

Pada pelaksanaannya, kegiatan ekstrakurikuler pencak silat ini tidak ada proses penilaian yang diberikan oleh guru pembimbing, yang dilakukan oleh guru adalah mengulang kembali atau mempraktekkan kembali jika ada kesalahan pada gerakan pencak silat yang dilakukan oleh siswa. Melalui evaluasi guru dapat menentukan apakah siswa memiliki kemajuan dalam melakukan gerakan pencak silat atau sudah bisa menguasai gerakan dasar pencak silat dan juga menentukan apakah anak sudah bisa melanjutkan untuk tahap berikutnya. Guru melakukan evaluasi ketika siswa sedang mempraktekkan gerakan pencak silat atau ketika siswa sedang berlatih, evaluasi langsung diberikan oleh guru ketika siswa melakukan kesalahan dalam gerakan pencak silat, guru langsung memberikan evaluasi kepada anak.

Dalam kendala yang dihadapi oleh guru ketika pelaksanaannya yaitu ketika siswa tidak datang ke sekolah, siswa terlambat datang untuk melakukan kegiatan, dan juga keadaan mood dan semangat anak yang sering naik turun. Untuk mengatasi kendala tersebut guru memberika sikap yang tegas dan juga melakukan cara memberikan hadiah agar semangat anak timbul lagi untuk berlatih.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Hadiyanto. (2013). *Manajemen Peserta Didik Bernuansa Pendidikan Karakter*. Padang: UNP Press.
- Suhartono. (2011). *Buku Pelajaran Pencak Silat Nusantara Program Beladiri Praktis*. Jakarta: Keluarga Pencak Silat Nusantara.
- Suwirman, Zainul Johor. (2004). *Buku Ajar Pencak Silat*. Padang: Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNP
- Toni, Y, P.(2017). *Pembelajaran Seni Pencak Silat Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Anak Tunagrahita Sedang. Volume II. Nomor 2.*