

EFEKTIFITAS TERAPI GERAK DALAM MENANGANI KESULITAN BELAJAR PADA PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR NEGERI 2 KRANJI PURWOKERTO

Oleh :
Nur'aeni*)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektifitas terapi gerak dalam penanganan kesulitan belajar mata pelajaran bahasa Indonesia dan matematika peserta didik Sekolah Dasar Kranji 2 Purwokerto. Penelitian dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre and post test eksperimen. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 30 peserta didik berkesulitan belajar yang diperoleh dari nilai rapot semester gasal dan dicocokkan dengan hasil tes IQ. Pelaksanaan eksperimen dilakukan oleh 4 fasilitator dalam terapi gerak, yang terdiri dari 2 mahasiswa dan 2 peneliti. Terapi dilaksanakan selama 16 kali pertemuan. Hasil penelitian: 1) untuk bidang studi Bahasa Indonesia, analisis data menggunakan uji Anova diperoleh F hitung sebesar 0,950. Dibandingkan dengan F tabel pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan $df = 1;52$ yaitu sebesar 4,03 (F hitung $<$ F tabel = $0,950 < 4,03$). Hasil itu menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara nilai hasil ujian semester gasal dengan nilai ujian tengah semester genap tahun akademik 2010/2011. Artinya, terapi gerak tidak efektif untuk mengatasi kesulitan belajar bidang studi bahasa Indonesia. 2) untuk bidang studi matematika analisis data menggunakan uji Anova diperoleh F hitung sebesar 3,662. Dibandingkan dengan F tabel pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan $df = 1;52$ yaitu sebesar 4,03 (F hitung $<$ F tabel = $3,662 < 4,03$). Hasil itu menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara nilai hasil ujian semester gasal dengan nilai ujian tengah semester genap tahun akademik 2010/2011. Artinya terapi gerak tidak efektif untuk mengatasi kesulitan belajar bidang studi Matematika.

Kata Kunci : Terapi Gerak, Kesulitan Belajar, Bahasa Indonesia, Matematika

PENDAHULUAN

Setiap individu dari anak-anak sampai orang dewasa mengalami kegiatan belajar dalam berbagai jenis atau bentuk, mulai dari yang sederhana sampai dengan kegiatan yang sangat sukar.

*) Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Belajar menurut Whittaker (Setyono, 2008) adalah proses dimana tingkah laku dapat ditimbulkan atau diubah melalui latihan atau pengalaman. Sementara belajar menurut Cronbach (Setyono, 2008) adalah proses interaksi langsung dari seseorang dengan obyek belajar yang menggunakan semua alat inderanya. Jadi belajar adalah suatu proses bukan hasil, yang dalam prosesnya melibatkan tiga aspek yaitu: *attension*, *perception* dan *memory*.

Attension, merupakan proses berpikir dengan pengelolaan informasi yang diterima di lingkungan melalui tahap-tahap pada aktivitasnya. Tahap pertama atensi, yaitu pengamatan pertama terhadap stimulus yang ada di lingkungan. Tahap kedua, *focusing* yaitu pengamatan yang terpusat pada isyarat-isyarat khusus dari stimulus. Individu membutuhkan jawaban dari pertanyaan yang muncul disaat mengamati stimulus. Tahap ketiga, *sustaining focus* yaitu suatu kemampuan mempertahankan pengamatan terhadap stimulus dalam jangka waktu yang lama. Tahap ke empat, *shifting focus* adalah kemampuan mengalihkan perhatian pada suatu stimulus ke stimulus lainnya dalam waktu cepat.

Perception merupakan fungsi dari syaraf pusat. Organisme yang memperhatikan stimulus agar dapat diterima otak melalui penglihatan dan pendengaran. Persepsi membutuhkan penerimaan sensasi sebagai dasar pemahaman, interpretasi dan penambahan arti. Persepsi juga dapat diartikan sebagai proses penerimaan terhadap sensasi yang telah diinterpretasikan.

Memory merupakan suatu proses internal yang kompleks dengan berbagai macam subkomponen. Informasi disimpan dalam tiga tahap: *pertama*, informasi akan disimpan secara singkat pada penyimpanan sensori, *kedua*, pentransferan informasi pada penyimpanan jangka pendek, *ketiga*, data yang sudah dikodekan ditransfer pada penyimpanan jangka panjang yang lebih permanen. Belajar akan menjadi masalah apabila seseorang tidak dapat memfungsikan ketiga aspek tersebut, sehingga seseorang itu dikatakan mengalami kesulitan belajar.

Masalah kesulitan belajar dapat dialami oleh siapa saja, mulai dari yang terbelakang mental, rata-rata, sampai yang berintelighensi tinggi. Sejarah

membuktikan bahwa tokoh-tokoh kaliber dunia seperti Thomas Alva Edison, Albert Einstein, Leonardo da Vinci, Winston Churchill dan Nelson Rockefeller, awalnya juga dikenal sebagai penyandang sulit belajar (Abdurrahman, 1994). Secara teoritis prevalensi penyandang sulit belajar berkisar antara 3-10% dari populasi anak usia sekolah (Hallahan *et all*, 1985).

Anak berkesulitan belajar adalah individu yang mengalami gangguan dalam satu atau lebih proses psikologis dasar, disfungsi system saraf pusat, atau gangguan neurologis yang dimanifestasikan dalam kegagalan-kegagalan yang nyata dalam pemahaman atau penggunaan pendengaran, berbicara, membaca, mengeja, berpikir, menulis, berhitung atau ketrampilan sosial. Kesulitan tersebut bukan bersumber pada sebab-sebab keterbelakangan mental, gangguan emosi, gangguan pendengaran, gangguan penglihatan, atau karena kemiskinan lingkungan, budaya, atau ekonomi, tetapi dapat muncul secara bersamaan.

Kelompok anak berkesulitan belajar dicirikan dengan adanya gangguan-gangguan tertentu yang menyertainya. Cruickshank (1980) dalam Abdurrahman (1999) menyatakan, gangguan-gangguan tersebut meliputi gangguan latar *figure*, *visual motor*, *visual perceptual*, pendengaran, *intersensory*, berpikir konseptual dan abstrak, bahasa, sosio emosional, *body image*, dan konsep diri. Sementara menurut Hammil dan Myers (1975) dalam Abdurrahman (1999) gangguan-gangguan tersebut meliputi aktivitas motorik, persepsi, perhatian, emosionalitas, simbolisasi, dan ingatan. Ditinjau dari aspek akademik, kebanyakan anak berkesulitan belajar juga mengalami kegagalan yang nyata dalam penguasaan keterampilan dasar belajar, seperti dalam membaca, menulis dan atau berhitung. Peserta didik yang diidentifikasi mengalami kesulitan belajar, tercatat memiliki capaian pretasi yang tergolong rendah di kelasnya, sementara dalam kegiatan belajar di kelas mereka seringkali tertinggal. Peserta didik yang mengalami kesulitan belajar juga terjadi di sekolah dasar Kranji 2 Purwokerto.

Menurut kepala sekolah SD Kranji 2 Purwokerto diasumsikan terdapat 50 peserta didik yang mengalami kesulitan belajar dalam bidang studi bahasa Indonesia dan matematika. Anak yang mengalami kesulitan belajar itu menyebar

dari kelas 1 sampai kelas 5. Identifikasinya dilakukan melalui hasil nilai raport semester gasal dan nilainya berada di bawah rata-rata kelas. Peserta didik yang mengalami kesulitan belajar tersebut seharusnya mendapat perlakuan khusus untuk mengatasi kesulitannya dengan terlebih dulu dilakukan identifikasi untuk kemudian dilakukan terapi tertentu sesuai dengan kesulitannya (Nawang Sari & Suprapti, t.t).

Pada kenyataannya, di SD Kranji 2 Purwokerto belum ada media atau alat yang dapat digunakan untuk menangani kesulitan belajar anak. Padahal anak yang berkebutuhan khusus itu perlu sekali penanganan, sebab anak yang berkesulitan belajar cenderung tidak memiliki prestasi akademik yang baik (Adurrahman, 1999). Learner (2001) juga mengatakan bahwa gangguan kesulitan belajar mengakibatkan rendahnya prestasi akademik, sehingga mereka perlu mendapatkan bantuan untuk mengatasi kesulitannya.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka sangat penting untuk dilakukan penanganan bagi anak yang berkesulitan belajar. Untuk itulah peneliti melakukan eksperimen untuk menguji efektivitas terapi gerak sebagai bentuk terapi dalam menangani anak yang mengalami kesulitan belajar bidang studi bahasa Indonesia dan matematika. Eksperimentasi ini penting dilaksanakan dengan alasan terapi gerak mengandung unsur melatih konsentrasi, koordinasi, body image, menirukan yang kesemuanya itu diperlukan oleh peserta didik dalam menguasai kemampuan dasar menulis, membaca dan berhitung. Kemampuan dasar tersebut sangat bermanfaat untuk mendukung belajar bidang studi bahasa Indonesia dan matematika.

Berdasarkan prioritas penanganan permasalahan, tim peneliti mencobakan terapi gerak sebagai salah satu metode untuk mengatasi kesulitan belajar. Untuk kepentingan itu, tim peneliti membuat beberapa alat sebagai media untuk melaksanakan terapi gerak tersebut. Alat-alat tersebut meliputi balok titian, bola basket dan busa.

Permasalahan yang dijawab dalam penelitian ini adalah: apakah terapi gerak efektif untuk menangani kesulitan belajar pada peserta didik Sekolah Dasar? Untuk terapi gerak ini tim peneliti menyiapkan beberapa alat sebagai media untuk melaksanakan terapi tersebut. Alat-alat itu meliputi balok titian, bola basket dan busa.

METODE PENELITIAN

Penelitian bertujuan untuk membuktikan efektifitas terapi gerak dalam menangani kesulitan belajar peserta didik SD Kranji 2. Untuk itu dilakukan eksperimen yaitu dengan menerapkan terapi gerak kepada 30 peserta didik yang mengalami kesulitan belajar yang berkedudukan sebagai responden penelitian. Prosedur perlakuan terapi gerak tersebut adalah :

1. Mengidentifikasi peserta didik yang berkesulitan belajar dengan melihat nilai raport pada semester gasal untuk mata pelajaran Bahasa Indonesia dan matematika. Diperoleh 50 peserta didik yang memiliki nilai di bawah rata-rata kelas.
2. Melakukan tes inteligensi untuk mengontrol agar hasil penelitian tidak bias karena IQ peserta didik yang berbeda. Secara *purposive* peserta didik yang memiliki nilai di bawah rata-rata kelas serta memiliki IQ rata-rata dan rata-rata atas yang dipilih untuk mengikuti terapi gerak.
3. Mencobakan terapi gerak meliputi: gerak untuk keseimbangan, visual motorik, *body image*, dan lateralisasi. Terapi dilakukan dengan menggunakan bantuan alat berupa balok titian, bola basket dan busa. Terapi gerak dilakukan secara bertahap yang masing-masing tahapannya memiliki tujuan. Tahapan tersebut adalah:
 - a. Pertama, menggunakan alat bantu balok titian bertujuan untuk mengoptimalkan fokus keseimbangan.
 - b. Kedua, menggunakan alat bantu bola basket bertujuan untuk mengoptimalkan fokus visual motorik.

- c. Ketiga, menggunakan alat bantu anggota badan peserta didik SD yang mengalami kesulitan belajar bertujuan untuk mengoptimalkan fokus *body image*.
 - d. Tahap keempat menggunakan alat bantu busa bertujuan untuk mengoptimalkan fokus lateralisasi.
4. Melihat perubahan perilaku belajar peserta didik setelah mengikuti terapi gerak yang dipandu oleh eksperimenter.
 5. Membandingkan nilai bidang studi bahasa indonesia dan matematika hasil ujian tengah semester genap (setelah mengikuti terapi gerak) dengan nilai akhir semester gasal (sebelum mengikuti terapi gerak). Apabila nilai ujian tengah semester genap (setelah mengikuti terapi gerak) lebih baik dibanding nilai akhir semester gasal (sebelum mengikuti terapi gerak), mengindikasikan bahwa terapi gerak efektif untuk menangani kesulitan belajar pada bidang studi bahasa indonesia dan matematika. Sebaliknya apabila nilai ujian tengah semester genap (setelah mengikuti terapi gerak) dibandingkan dengan nilai akhir semester gasal (sebelum mengikuti terapi gerak), sama saja dan atau tidak ada peningkatan, mengindikasikan bahwa terapi gerak tidak efektif untuk menangani kesulitan belajar pada bidang studi bahasa indonesia dan matematika.

HASIL PENELITIAN

Analisis data untuk bidang studi Bahasa Indonesia menggunakan analisis data uji Anova dan memperoleh hasil F hitung $0,950 < F$ tabel $4,03$. Hal itu menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara hasil ujian semester gasal dengan hasil ujian tengah semester genap tahun akademik 2010-2011 untuk bidang studi Bahasa Indonesia. Untuk bidang studi matematika di analisis dengan menggunakan analisis data uji Anova juga diperoleh F hitung $3,662 < F$ tabel $4,03$. Hal itu menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara hasil ujian

semester gasal dengan hasil ujian tengah semester genap tahun akademik 2010-2011. Hasil penghitungan tersebut menunjukkan bahwa terapi gerak tidak efektif untuk mengatasi kesulitan belajar terutama untuk bidang studi Bahasa Indonesia dan Matematika.

Walaupun secara keseluruhan terapi gerak tidak efektif untuk mengatasi kesulitan belajar, tetapi secara individual terjadi perubahan perilaku belajar pada peserta didik yang mengalami kesulitan belajar yang ditunjukkan dengan dapatnya peserta didik menangkap pelajaran, lebih konsentrasi, dan memiliki motivasi untuk belajar. Selain itu terdapat peserta didik yang nilai bahasa indonesia dan matematika pada ujian tengah semester gelap lebih tinggi dari nilai ujian akhir semester genap.

KETERBATASAN PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan, terapi gerak tidak efektif untuk menangani kesulitan belajar bidang studi bahasa indonesia dan matematika. Menurut peneliti dari pengamatan dan pengalaman di lapangan selama penelitian, ada beberapa hal yang menyebabkan terapi gerak tidak efektif untuk mengatasi kesulitan belajar. Hal itu merupakan keterbatasan penelitian, yaitu:

1. Sebagian besar peserta didik tidak mengikuti terapi gerak sesuai target 16 kali terapi seperti yang dirancang.
2. Terapi gerak dalam penelitian ini dilakukan setelah jam pelajaran selesai, sehingga kondisi fisik peserta didik sudah lelah, lapar dan ada yang tergesa-gesa karena sudah dijemput oleh orangtuanya. Kondisi itu berpengaruh negatif terhadap pelaksanaan terapi gerak yang diikutinya.
3. Terdapat peserta didik yang dalam menjalani terapi gerak kurang serius, sehingga tidak ada pencapaian yang berarti.
4. Terapi gerak dilakukan di kelas yang kurang memadai untuk terapi bagi 30 peserta didik. Ruangan kurang lapang sehingga terapi harus bergantian sehingga peserta didik yang belum mendapat giliran merasa jenuh. Akibatnya

ketika jatuh giliran untuk melakukan terapi gerak sudah lelah, sudah siang sehingga mempengaruhi kemauan untuk mengikuti terapi.

5. Jarak antara ujian semester gasal (sebelum terapi) dan ujian tengah semester genap (sesudah terapi) sangat berdekatan sehingga kurang dapat mengukur perubahan perilaku belajarnya.

PEMBAHASAN

Penelitian menyimpulkan bahwa terapi gerak tidak efektif untuk menangani kesulitan belajar bagi peserta didik SD Kranji 2 Purwokerto. Peneliti menduga, hal ini terjadi karena adanya keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian yaitu pelaksanaan terapi yang tidak sesuai dengan rancangan. Keterbatasan meliputi jumlah pertemuan untuk terapi tidak terpenuhi, waktunya terlalu siang, peserta didik kurang serius, tempatnya terlalu sempit dan jarak antara pengambilan nilai akhir semester gasal dan ujian tengah semester genap terlalu pendek.

Selain itu prosedur assesmen sebelum melakukan perlakuan yaitu melakukan tes IQ ternyata tidak tepat karena hasil tes IQ tidak memberikan kontribusi terhadap perencanaan terapi. Hal itu dikemukakan oleh Sternberg dan Grigorenko (2002) dalam hasil penelitiannya yang menyebutkan bahwa terdapat beberapa alasan mengapa skor IQ tidak memberikan makna yang cukup memadai untuk mengidentifikasi gangguan kesulitan belajar siswa. Temuan tersebut selaras dengan hasil penelitian Truscott dan Frank (2001), yang menyimpulkan bahwa pengkategorian gangguan kesulitan belajar berdasarkan hasil tes IQ kurang signifikan. Oleh karena itu hasil tes IQ tidak dapat digunakan sebagai alat yang mendeteksi gangguan kesulitan belajar (Nawang Sari & Suprati, t.t). Lebih lanjut dikatakan bahwa assesment yang dilakukan terhadap peserta didik yang mengalami gangguan kesulitan belajar sebaiknya menggunakan pendekatan yang melibatkan tiga komponen yaitu eksklusi, *discrepancy*, dan heterogenitas. Pendekatan ini menekankan upaya assesment yang mengarah pada pengembangan

rencana intervensi. Pendapat dan hasil penelitian tersebut merupakan pembenaran atas keterbatasan-keterbatasan yang ada dalam penelitian ini.

SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

- a. Terapi gerak tidak efektif untuk mengatasi kesulitan belajar bidang studi Bahasa Indonesia dan Matematika pada peserta didik SD Kranji 2 Purwokerto.
- b. Secara individual, peserta didik yang mengalami kesulitan belajar dan menjadi responden penelitian mengalami perubahan perilaku belajarnya di kelas ketika mengikuti proses pembelajaran.

2. Saran

Terapi gerak tidak efektif untuk mengatasi kesulitan belajar peserta didik. Oleh karena itu peneliti menyarankan :

- a. Apabila akan dilakukan penelitian dengan variabel yang sama, sebaiknya mengeliminasi terlebih dahulu keterbatasan-keterbatasan dari penelitian ini, agar hasilnya dapat bermanfaat.
- b. Guru sebagai pihak yang berhadapan langsung dengan peserta didik, sebaiknya:
 - 1) Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang masalah-masalah belajar yang dialami peserta didiknya.
 - 2) Meningkatkan kemampuan dalam merancang dan mengelola proses pembelajaran dengan memberikan “ruang” bagi peserta didiknya yang mengalami gangguan kesulitan belajar, misalnya jangan “memaksa” peserta didik untuk hanya mencapai target tertentu saja dalam belajar.
 - 3) Memberikan intervensi pada peserta didik yang mengalami kesulitan belajar dalam bentuk pengajaran individual yang proses assesmennya dapat dilakukan bersama-sama dengan pihak yang lebih memahami, seperti dari fakultas Psikologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, M. 1994. Survei tentang Perkiraan Jumlah Siswa SD di DKI Jakarta yang Membutuhkan Pelayanan PLB. *Laporan Hasil Penelitian*. Jakarta: Lembaga Penelitian IKIP Jakarta
- _____. 1999. *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Fletcher, J.M., Foorman, B.R., Boudousquie, A., Barnes, M.S., Schatschneider, C & Francis, D.J (2002). Assesment of Reading and Learning Disabilities A Research-Based Inervention-Oriented Approach. *Journal Of School Psychology*. Vol. 40 No. 12 pp. 27-63
- Hallahan, D. F, Kauffman, J. M., & Lloyd, J. W. 1985. *Introduction to Learning Disabilities*. New Jersey: Prentice-Hall Inc.
- Lerner, J. (2003). *Learning Disabilities: Theories, Diagnosis, and Teaching Strategies*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Nawang Sari, N.A.F. dan Suprapti, V (t.t)., Identifikasi dan model intervensi gangguan kesulitan belajar pada siswa Sekolah Dasar di Surabaya. *Jurnal. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*
- Setyono, I., 2008. Pelatihan Penanganan Kesulitan Belajar. *Makalah*. Bandung: Biro Konsultasi Dwipayana. 10 – 12 Oktober 2008.
- Sternberg, R.G & Grigorenko E.L (2002). Difference Scores in The Identification of Children With Learning Disabilities It's Time to Use A different Method. *Journal of School Psychology* Vol. 40 No. 1 pp. 65-83
- Yusuf, M. S, Abdurrahman, M. (2003). *Pendidikan bagi Anak dengan Problema Belajar*. Solo: PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri