

---

## MENUMBUHKAN EMPATI MAHASISWA MELALUI MATAKULIAH PENDIDIKAN JASMANI ADAPTIF

**Agung Widodo, Titis Nurina**

Universitas Muhammadiyah Sukabumi

*agungwidodo@ummi.ac.id*

### ABSTRAK

Artikel ini merupakan kajian pemikiran ilmiah yang bertujuan sebagai gagasan tentang upaya menumbuhkan empati mahasiswa. Seperti diketahui bersama bahwa dewasa ini negara dan bangsa Indonesia sedang dilanda berbagai krisis. Salahsatu krisis yang menyebabkan keprihatinan adalah krisis moral. Beberapa fakta krisis moral yang terjadi dalam masyarakat antara lain ditandai oleh (1) hilangnya kejujuran, (2) hilangnya rasa tanggung jawab, (3) tidak mampu berpikir jauh ke depan (visioner), (4) rendahnya disiplin, (5) krisis kerjasama, (6) krisis keadilan, dan (7) krisis kepedulian. Tidak hanya di lingkungan masyarakat umum, ironisnya krisis moral ini juga mulai dijumpai di dalam lingkungan masyarakat akademik salahsatunya adalah lingkungan kampus dengan ditandai sering ditemuinya sikap dan perilaku mahasiswa yang bertentangan dengan nilai moral sebagaimana disebutkan di atas. Oleh karena itu penanaman nilai-nilai karakter mutlak harus dilakukan dalam setiap kegiatan di kampus tanpa terkecuali dalam kegiatan pembelajaran. Di dalam kurikulum Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Muhammadiyah Sukabumi (UMMI), matakuliah Pendidikan Jasmani Adaptif menjadi salahsatu matakuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa. Pendidikan jasmani adaptif sendiri secara umum dapat diartikan sebagai pendidikan jasmani yang disesuaikan bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Dalam proses pelaksanaan pembelajarannya, matakuliah ini tidak hanya berupa penyampaian teori di dalam kelas, tetapi juga melalui observasi langsung ke lapangan serta praktik pembelajaran pendidikan jasmani adaptif bagi ABK di Sekolah Luar Biasa (SLB) yang berada di wilayah Kota Sukabumi. Melalui matakuliah yang memungkinkan mahasiswa dapat berinteraksi langsung dengan ABK di SLB melalui tugas observasi dan praktik pembelajaran ini, diperoleh berbagai manfaat antara lain: (1) menumbuhkan rasa syukur atas karunia Allah Swt yang diberikan selama ini,; (2) menumbuhkan rasa empati kepada orang lain; dan (3) menumbuhkan jiwa sebagai pendidik untuk mencerdaskan anak bangsa.

**Kata kunci:** empati, mahasiswa, pendidikan jasmani adaptif

### ABSTRACT

*This article is a scientific study that aims at fostering student empathy. It is all known that Indonesia has been being hit by various crises. One of the crises that causes a concern is the moral crisis. Some facts of moral crisis occurring in society are among others indicated by (1) loosing of honesty, (2) loosing of sense of responsibility, (3) incapability of thinking ahead (visionary), (4) being low discipline, (5) crisis of cooperation , (6) crisis of justice, and (7) crisis of concern. Ironically, it does not only happen in the general public but also begins to be encountered within the academic community. One of them is the campus environment indicated by frequent encounters of students' attitudes and behaviors that are contrary to the moral values*

mentioned above. Therefore, fostering the values of the character must absolutely be done in every activity in campus including learning activities. In the curriculum of Physical Education Program of Health and Recreation (PJKR) Faculty of Teacher Training and Education (FKIP) Muhammadiyah University of Sukabumi (UMMI), the subject of Adaptif Physical Education becomes one of the subjects that must be taken by students. In general adaptive physical education itself can be intended as a physical education designed for Children with Special Needs (ABK). In the process of the learning implementation, this course is not only the delivery of theory in the classroom but also direct field observation as well as adaptive physical teaching learning practice for ABK in Special School (SLB) located in Sukabumi. Through courses that enable students to interact directly with the ABK in the SLB through observation and learning practice, the students may obtain various benefits such as (1) fostering a sense of gratitude for the grace of Allah SWT given so far; (2) fostering a sense of empathy to people other; and (3) fostering souls as educators to educate the next generation.

**Keywords:** empathy, students, adaptive physical education

## PENDAHULUAN

Mahasiswa idealnya merupakan motor penggerak kemajuan bangsa. Hal ini, sesuai dengan sebutan bahwa mahasiswa adalah *agent of change*. Mahasiswa diharapkan bisa menunjukkan eksistensi kemahasiswaannya dengan berkontribusi terhadap kemajuan masyarakat. Arus perkembangan teknologi saat ini berjalan begitu cepat dan mencakup berbagai aspek kehidupan manusia. Saat ini, seperti diketahui bersama hampir di segala aspek kehidupan manusia terkait dengan teknologi. Teknologi serba canggih menunjukkan bukti dari peradaban manusia yang semakin maju, saat ini semua kalangan masyarakat mulai dari orang dewasa, remaja, sampai dengan anak-anak sudah akrab dengan teknologi. Jaringan informasi yang sangat luas dan mudah diakses dengan cepat oleh siapa saja, kapan saja, dan dimana saja tanpa terkecuali mahasiswa sebagai masyarakat akademis. Dengan perkembangan teknologi tersebut sebenarnya memiliki dampak positif sekaligus negatif bagi individu maupun masyarakat luas. Dampak positif dari kemajuan teknologi antara lain bagi kalangan mahasiswa: (1) komunikasi semakin cepat, sehingga memudahkan tersebarnya informasi-informasi akademik; (2) jarak bukan menjadi hambatan; (3) pekerjaan menjadi lebih mudah, tugas-tugas kuliah menjadi semakin mudah karena banyaknya referensi yang dapat dengan mudah diakses. Akan tetapi, dibalik segala manfaat positif tersebut, juga terdapat dampak negatif yang timbul akibat arus teknologi ini antara lain: (1) ketergantungan akan teknologi tinggi, sebagai contoh saat ini sangat jarang ditemui mahasiswa yang mencatat dengan tulisan tangan; (2) menjadi malas beraktivitas, karena asyik bermain dengan *gadget* baik sekedar melakukan *chatting* maupun bermain *game*; (3) secara tidak langsung apabila disalahgunakan, merangsang terjadinya tindakan amoral.

Akibat dari intensitas aktivitas dengan *gadget* yang semakin tinggi, menjadikan menurunnya moral salahsatunya yang berkaitan dengan keterampilan sosial. Hal ini dikarenakan dunia maya seolah menghilangkan batasan dalam norma berkehidupan sosial kemasyarakatan. Hal ini terlihat dari, semakin menurunnya etika tata krama mahasiswa dalam berkomunikasi dengan dosen di kampus. Saat ini banyak ditemui, mahasiswa yang menghubungi dosen tanpa memperhatikan waktu, situasi, maupun bahasa yang digunakan. Selain itu, empati mahasiswa juga mengalami penurunan. Hal ini, dapat dilihat dari berbagai kasus *bullying* yang semakin marak terjadi baik di masyarakat maupun di lingkungan pendidikan. Salahsatu kasus yang mencuri perhatian terkait hilangnya empati mahasiswa adalah kasus *bullying* yang terjadi di

salahsatu perguruan tinggi terkenal di Indonesia pada pertengahan Juli 2017 lalu. Dalam video yang dapat ditemui pada media sosial tersebut, terlihat bahwa salahsatu mahasiswa penyandang status Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di-bully oleh rekan-rekan mahasiswa di kampus. Hal ini menimbulkan keprihatinan masyarakat, yang menuntut para pelaku *bullying* diberikan sanksi yang tegas.

Di dalam kurikulum Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Muhammadiyah Sukabumi (UMMI), matakuliah Pendidikan Jasmani Adaptif menjadi salahsatu matakuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa. Pendidikan jasmani adaptif sendiri secara umum dapat diartikan sebagai pendidikan jasmani yang disesuaikan bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Oleh karena itu, dengan menempuh matakuliah ini diharapkan mahasiswa mampu: (1) memahami dan menjelaskan hakikat anak berkebutuhan khusus (ABK); (2) memahami dan menjelaskan kedudukan serta perhatian Islam terhadap ABK; (3) memahami dan menjelaskan definisi, tujuan, prinsip-prinsip pembelajaran pendidikan jasmani adaptif dan pendidikan inklusi; (4) memahami dan menjelaskan macam-macam dan karakteristik ABK; dan (5) memiliki kemampuan merancang program pembelajaran pendidikan jasmani yang disesuaikan bagi ABK dengan menggunakan berbagai aktivitas fisik atau olahraga yang dimodifikasi.

Dalam proses pelaksanaan pembelajarannya, matakuliah ini tidak hanya berupa penyampaian teori di dalam kelas, tetapi juga melalui observasi langsung ke lapangan serta praktik pembelajaran pendidikan jasmani adaptif bagi ABK di Sekolah Luar Biasa (SLB) yang berada di wilayah Kota Sukabumi. Selain guna mewujudkan tercapainya tujuan matakuliah, lebih dari itu melalui program kegiatan pembelajaran yang dirancang dalam matakuliah ini memungkinkan mahasiswa dapat berinteraksi langsung dengan ABK di SLB melalui tugas observasi dan praktik pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. Manfaat lain yang diperoleh dengan kegiatan interaksi tersebut bagi mahasiswa adalah: (1) menumbuhkan rasa syukur atas karunia Allah Swt yang diberikan selama ini; (2) menumbuhkan rasa empati kepada orang lain; dan (3) menumbuhkan jiwa sebagai pendidik untuk mencerdaskan anak bangsa. Berdasarkan pemaparan di atas, dapat ditarik benang merah bahwa dengan kegiatan interaksi antara mahasiswa dengan siswa ABK pada praktik pembelajaran pendidikan jasmani adaptif dapat menumbuhkan empati.

## KAJIAN PUSTAKA

### 1 Hakikat Empati

Istilah “empati” berasal dari kata *einfihlung* yang secara harfiah berarti merasa terlibat. Chaplin (1999: 165) mengartikan empati sebagai realisasi dan pengertian terhadap perasaan, kebutuhan dan penderitaan pribadi lain. Lebih lanjut, Geldard (2004: 45) mengemukakan bahwa empati adalah sepenuhnya memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain. Sedangkan Jumarini (2002: 97) menyatakan bahwa empati tidak saja berkaitan dengan aspek kognitif, tetapi juga mengandung aspek afektif dan ditunjukkan dalam gerakan, cara berkomunikasi (mengandung dimensi kognitif, afektif, perseptual, *somatic/kinesthetic*, *aperceptual* dan *communicative*).

Berdasarkan pada beberapa pendapat ahli di atas, dapat dipahami bahwa empati merupakan kemampuan merasakan apa yang dirasakan orang lain yang kemudian diwujudkan ke dalam gerakan atau tindakan yang menunjukkan rasa kepedulian. Akan tetapi, meskipun empati dianggap sebagai memahami dan merasakan apa yang orang lain rasakan tetapi hal tersebut

tidak mempunyai arti emosional. Sehingga ada yang menyatakan bahwa empati merupakan kemampuan untuk melihat apa yang dialami orang dengan mata orang lain, mendengar dengan telinga orang lain, dan merasakan dengan hati orang lain.

Komponen-komponen empati menurut Ani Fidiyaningrum (2006: 27) antara lain sebagai berikut.

- a. Sikap melihat realita dari sudut pandang orang lain tanpa dirinya lebur di dalamnya
- b. Mengerti perasaan orang lain
- c. Suka menolong
- d. Kasih sayang
- e. Kesadaran diri, semakin terbuka kita pada emosi diri sendiri, semakin terampil kita membaca perasaan
- f. Mampu membaca pesan nonverbal

Empati memang merupakan karakter individu, akan tetapi pada dasarnya setiap individu memiliki rasa empati ini. Oleh karena itu, pada dasarnya empati dapat dikembangkan. Adapun menurut Lauster dalam Ani Fidiyaningrum (2006: 28-29) berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mengembangkan empati adalah sebagai berikut.

- a. Menyadari sepenuhnya emosi, keinginan, hasrat diri sendiri, dan membiarkan juga emosi, hasrat, dan keinginan yang tumbuh pada orang lain.
- b. Belajar mendengar pendapat orang lain, walaupun tidak setuju dengan apa yang dikatakan dan membiarkan orang lain menyelesaikan apa yang dikatakannya serta mengajukan sebelum memberikan penilaian.
- c. Memperhatikan orang lain di jalan, di restoran dan di bus dan mencoba memahami perasaannya melalui air mukanya.
- d. Menilai orang lain tidak hanya didasarkan pada tampak luar saja. Jauh lebih penting lagi mengetahui sikap dasar seseorang, dan itu hanya akan didapat melalui pembicaraan dan tanya jawab yang menarik.
- e. Melihat film pendek di televisi, matikan suaranya dan mencoba memperkirakan pokok persoalan yang dibicarakan. Untuk itu setiap diri perlu menempatkan diri dalam adegan itu.
- f. Menganalisis perbedaan pendapat dalam suatu pembicaraan, mengapa pendapat seseorang bertentangan sama sekali dengan pendapat yang kita sampaikan.
- g. Menanyai diri sendiri mengapa dalam suatu situasi tertentu memberikan reaksi tertentu. Dengan mengetahui latar belakang tingkah laku sendiri, maka akan mudah untuk menempatkan diri dalam kedudukan orang lain.
- h. Mencari sebab-sebab dalam diri sendiri ketika tidak menyukai seseorang.
- i. Mencoba mencari sebanyak mungkin keterangan tentang seseorang sebelum melakukan penilaian tentang orang lain. Sekali saudara mengetahui mengapa seseorang mempunyai tingkah laku tertentu, maka saudara akan dapat menilainya dengan lebih tepat. Dan sikap saudara terhadapnya juga akan lebih sesuai.
- j. Mengingat selalu bahwa setiap orang dipengaruhi oleh perasaan dan selanjutnya mempengaruhi tingkah lakunya.

## **2. Hakikat Anak Berkebutuhan Khusus**

Saat ini, lebih sering digunakan istilah ABK daripada istilah anak penyandang cacat maupun

anak luar biasa. Istilah ABK tersebut memiliki cakupan sudut pandang yang lebih luas serta lebih positif dibanding istilah anak penyandang cacat maupun anak luar biasa tersebut. Pengertian ABK menurut E. Kosasih (2012:1) adalah anak yang lambat (*slow*) atau mengalami gangguan (*retarded*) yang tidak akan pernah berhasil di sekolah sebagaimana anak-anak pada umumnya. ABK juga diartikan sebagai anak yang mengalami gangguan fisik, mental, intelegensi, dan emosi sehingga membutuhkan pembelajaran secara khusus.

Sebuah ironi yang terjadi dalam masyarakat bahwa ABK seringkali dipandang sebelah mata bagi masyarakat luas. Adapun faktor yang menyebabkan terjadinya diskriminasi dalam masyarakat terhadap ABK antara lain dikarenakan oleh keterbatasan ABK dalam melakukan suatu aktivitas dan keterbatasan kemampuan fisik. Selain itu, ABK dari segi kuantitas merupakan kelompok minoritas dalam masyarakat, tetapi mereka masih memiliki potensi yang dapat diandalkan sesuai dengan kecacatannya melalui proses-proses khusus dan mereka pun merupakan sumber daya manusia yang menjadi aset nasional (Rofi'atul Khairiyah, 2015:36).

Pada tanggal 9 Desember 1975 sejarah mencatat bahwa keberadaan ABK semakin mendapat tempat di masyarakat dengan diterimanya Deklarasi Hak-Hak Penyandang Cacat oleh Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB). Dalam deklarasi tersebut, antara lain menyebutkan bahwa ABK mempunyai hak yang sama dalam masyarakat, termasuk hak untuk berperan serta dan ikut memberi sumbangan pada semua segi ekonomi, sosial dan politik. Di Indonesia hak-hak tersebut diatur dalam peraturan perundang-undangan sebagai berikut.

- a. TAP MPR Nomor XVII/MPR/1988 tentang Hak Asasi Manusia.
- b. Peraturan Perundangan dan Peraturan Daerah:
  - 1) Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat.
  - 2) Undang-Undang Nomor 39 Tahun 1999 tentang Hak asasi Manusia.
  - 3) Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan.
  - 4) Undang-Undang Nomor 2 Tahun 1989 tentang Pendidikan.
  - 5) Undang-Undang Nomor 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan.
  - 6) Peraturan Daerah (Perda) tentang Penyandang Cacat.  
Kabupaten Kota yang telah memiliki Peraturan Daerah (Perda) tentang Penyandang Cacat diantaranya: Kota Surakarta (Perda Nomor: 2 Tahun 2008 tentang Kesetaraan Penyandang Cacat), Kabupaten Sukoharjo (Perda Nomor: 6 Tahun 2009 tentang Pemberdayaan Penyandang Cacat) dan lainnya.
- c. Peraturan Pemerintah.
- d. Keputusan Presiden Nomor 83 Tahun 1999 tentang Lembaga Koordinasi dan Pengendalian Peningkatan Kesejahteraan Sosial Penyandang cacat.
- e. Peraturan Menteri Tenaga Kerja Nomor. Men.02/MEN/1994 tentang Penempatan Tenaga Kerja di Dalam dan Luar Negeri.
- f. Keputusan Menteri.  
Keputusan Menteri Tenaga Kerja RI Nomor Keputusan 205/Men/1999 tentang Pelatihan Kerja dan Penempatan Tenaga Kerja Penyandang Cacat. Disamping ketentuan diatas ada ketentuan internasional yang memberikan perlindungan kepada para difabel yaitu Resolusi PBB Nomor: 3477 (XXX) tanggal 9 Desember 1975 tentang Deklarasi Hak-hak Penyandang Cacat, ditegaskan bahwa penyandang cacat memiliki hak ekonomi dan jaminan sosial serta

hak untuk penghidupan yang layak.

#### a. Anak Berkebutuhan Khusus dalam Islam

Manusia dalam al-Qur'an secara umum digambarkan dengan tiga istilah kunci yaitu, *basyar*, *insan*, dan *al-nass*. Meskipun sama-sama menunjukkan arti manusia, tetapi masing-masing memiliki perbedaan penggunaannya. Misalnya saja kata *basyar* dalam al-Qur'an digunakan untuk menunjuk manusia sebagai makhluk biologis, baik laki-laki maupun perempuan, tua maupun muda, makhluk yang biasa makan, minum, berhubungan seks, beraktivitas di pasar, dan lain-lain. Selanjutnya, kata *Insan* digunakan untuk menunjuk manusia dalam tiga konteks; a) keistimewaannya sebagai khalifah dan pemikul amanah, b) prediposisi negatif diri manusia dan c) proses penciptaan manusia. Sedangkan kata *al-Nass* menunjuk manusia sebagai makhluk sosial dan karenanya bersifat horizontal.<sup>1</sup> Secara singkatnya manusia dalam al-Qur'an adalah makhluk biologis, psiko-spiritual, dan sosial. Mengenai persoalan fisik, Allah swt telah menegaskan bahwa manusia diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya.

Khazanah tafsir al-Qur'an selama ini belum memberikan perhatian khusus terkait persoalan tentang ABK. Waryono Abdul Ghafur dalam Rofi'atul Khairiyah (2015: 51) menyebutkan sedikitnya ada dua kemungkinan yang menyebabkan persoalan tentang ABK ini tenggelam dalam lintas sejarah, terutama dalam kajian penafsiran. *Pertama*, Islam memandang netral terhadap difabel/ABK, dengan artian sepenuhnya menyamakan difabel/ABK sebagaimana manusia lainnya. Islam sendiri lebih menekankan pengembangan karakter dan amal shaleh, daripada melihat persoalan fisik seseorang. Begitu juga hadis Nabi Muhammad saw:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ.

*“Sesungguhnya Allah tidak melihat rupa atau bentuk, kedudukan, dan harta kalian, tetapi Dia melihat kepada hati dan amal perbuatan kalian”.*

Begitulah Islam lebih menekankan pentingnya amal atau perbuatan-perbuatan baik.<sup>1</sup> Hal ini bisa dimaklumi, karena Islam sendiri merupakan kesatuan antara amal dan iman yang tidak bisa dilepaskan. Faktor kedua yang menyebabkan minimnya kajian mengenai persoalan ini adalah minimnya pengkaji atau penafsir yang muncul dari kalangan difabel. Sebagaimana dalam kajian keilmuan klasik lain seperti dalam bidang akidah, tasawuf, filsafat, maupun hadis. Hal ini sebanding dengan adanya kajian ulama klasik mengenai perempuan yang banyak menunjukkan adanya bias atau terkesan mendiskriminasi. Tentu saja persoalan ini dikarenakan pengkaji atau penafsir perempuan sangatlah jarang ditemukan dalam sejarah Islam, terutama sepeninggal Nabi Muhammad Saw.

Simpulannya adalah secara tekstual dalam Al Quran, disabilitas dianggap sesuatu yang netral. Tidak ada kata-kata dalam Al Qur'an yang maknanya kira-kira sama dengan “penyandang disabilitas” atau “anak berkebutuhan khusus”. Kata-kata yang digunakan menunjukan ABK secara spesifik dan lebih ditekankan makna metaforisnya. Difabel hanyalah kategori diantara “orang-orang lemah” (*mustad'afun*) yang biasanya terdiri dari orang yang sakit, orang miskin, orang yang bepergian, dan lain sebagainya. Nilai individu tidak dilihat dari kondisi fisik dan mentalnya tetapi keimanannya

## PEMBAHASAN

### 1. Hakikat Pendidikan Jasmani Adaptif

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.

Pendidikan jasmani adaptif merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang disesuaikan atau dimodifikasi yang memungkinkan individu dengan kebutuhan khusus dapat berpartisipasi atau memperoleh kesempatan beraktivitas dengan aman dan berhasil dengan baik (sesuai dengan keterbatasannya) serta memperoleh kepuasan. Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani pada anak berkebutuhan khusus harus disesuaikan dan dibedakan dengan anak normal, pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani yang diberikan harus sistematis dan dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya.

Pendidikan jasmani adaptif merupakan suatu sistem penyampaian layanan yang bersifat menyeluruh (komprehensif) dan dirancang untuk mengetahui, menemukan dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor (Yani Meimulyani dan Asep Tiswara, 2013: 24). Hampir semua jenis ketunaan ABK memiliki masalah dalam ranah psikomotor. Masalah psikomotor sebagai akibat dari keterbatasan kemampuan sensomotorik, keterbatasan dalam kemampuan belajar. Sebagian ABK bermasalah dalam interaksi sosial dan tingkah laku. Dengan demikian dapat dipastikan bahwa peranan pendidikan jasmani bagi ABK.

Pendidikan jasmani adaptif mempunyai tujuan membantu mereka yang memiliki kelainan dalam pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial yang sesuai dengan potensinya melalui program aktivitas jasmani yang dirancang khusus dengan banyak hal yang harus diperhatikan dan hati-hati. Pembelajaran pendidikan jasmani pada anak berkebutuhan khusus tujuannya untuk menyempurnakan penampilan gerak siswa melalui kombinasi kesadaran dan gerakan, serta pemilihan kemampuan geraknya, maka seorang guru pendidikan jasmani adaptif harus mampu mensiasati dan menjelaskan pemberian materi atau bahan ajar pendidikan jasmani dengan aktivitas gerak tertentu, kemudian dikaitkan dengan keterbatasan siswa penyandang cacat.

Tujuan khusus pendidikan jasmani adaptif menurut Arma Abdoellah (dalam Yani Meimulyani dan Asep Tiswara, 2013:27) adalah sebagai berikut. (a) Menolong murid memperbaiki kondisi yang dapat diperbaiki. (b) Membantu murid melindungi diri sendiri dan kondisi apapun yang dapat memperburuk keadaannya melalui aktivitas jasmani. (c) Memberi kesempatan murid mempelajari dan berpartisipasi dalam sejumlah macam olahraga dan aktivitas jasmani serta kegiatan yang bersifat rekreasi. (d) Menolong murid memahami keterbatasan jasmani dan mentalnya. (e) Membantu melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan memiliki harga diri. (f) Membantu murid mengembangkan pengetahuan dan apresiasi terhadap mekanika tubuh yang baik. (g) Menolong murid memahami dan menghargai berbagai macam olahraga yang dapat dinikmatinya sebagai penonton.

Berdasarkan tujuan tersebut di atas, pendidikan jasmani adaptif harus dapat memberi manfaat bagi murid yang memiliki kebutuhan khusus. Melalui program pembelajaran pendidikan jasmani yang dirancang dan dilaksanakan dengan baik, pendidikan jasmani harus dapat: (a) merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, (b) mempengaruhi perkembangan keterampilan gerak, (c) membantu mengembangkan efisiensi koordinasi syaraf otot (*neuro muscular*), (d) membantu pengembangan kesegaran jasmani seperti kekuatan tubuh, daya tahan, kelentukan, daya tahan kardio vaskuler, yang berguna bagi kehidupan sehari-hari, (e) membantu mengembangkan emosionalnya, (f) membantu pengembangan intelektualnya.

## **2. Program Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif**

Menurut Yani Meimulyani dan Asep Tiswara (2013:25) sifat program pengajaran pendidikan jasmani adaptif memiliki ciri khusus, yaitu sebagai berikut.

- a. Program pengajaran pendidikan jasmani adaptif disesuaikan dengan jenis dan karakteristik kelainan siswa. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan kesempatan kepada siswa yang berkelainan berpartisipasi dengan aman, sukses, dan memperoleh kepuasan.
- b. Program pengajaran pendidikan jasmani adaptif harus dapat membantu dan mengoreksi kelainan yang disandang oleh siswa.
- c. Program pengajaran pendidikan jasmani adaptif harus dapat mengembangkan dan meningkatkan kemampuan jasmani individu ABK. Untuk itu pendidikan jasmani adaptif mengacu pada suatu program kesegaran jasmani yang progressif.

Sifat program pengajaran pendidikan jasmani adaptif memiliki ciri khusus yang menyebabkan nama pendidikan jasmani ditambah dengan kata adaptif. Adapun ciri tersebut adalah sebagai berikut.

Program Pengajaran Penjas adaptif disesuaikan dengan jenis dan karakteristik kelainan siswa. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan kesempatan kepada siswa yang berkelainan berpartisipasi dengan aman, sukses, dan memperoleh kepuasan. Misalnya bagi siswa yang memakai kursi roda satu tim dengan yang normal dalam bermain basket, ia akan dapat berpartisipasi dengan sukses dalam kegiatan tersebut bila aturan yang dikenakan kepada siswa yang berkursi roda dimodifikasi. Demikian dengan olahraga lainnya. Oleh karena itu pendidikan jasmani adaptif akan dapat membantu dan menolong siswa memahami keterbatasan kemampuan jasmani dan mentalnya.

Program Pengajaran Penjas adaptif harus dapat membantu dan mengoreksi kelainan yang disandang oleh siswa. Kelainan pada Anak Luar Biasa bisa terjadi pada kelainan fungsi postur, sikap tubuh dan pada mekanika tubuh. Untuk itu, program pengajaran pendidikan jasmani adaptif harus dapat membantu siswa melindungi diri sendiri dari kondisi yang memperburuk keadaannya.

Program Pengajaran Penjas adaptif harus dapat mengembangkan dan meningkatkan kemampuan jasmani individu ABK. Untuk itu pendidikan jasmani adaptif mengacu pada suatu program kesegaran jasmani yang progresif, selalu berkembang dan atau latihan otot-otot besar. Dengan demikian tingkat perkembangan ABK akan dapat mendekati tingkat kemampuan teman sebayanya. Apabila program pendidikan jasmani adaptif dapat mewujudkan hal tersebut diatas, maka pendidikan jasmani adaptif dapat membantu siswa melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan siswa memiliki harga diri. Perasaan ini akan dapat membawa siswa berperilaku dan bersikap sebagai subyek bukan sebagai obyek dilingkungannya.

## **3. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi Mahasiswa PJKR FKIP UMMI**

Mata kuliah Pendidikan Jasmani Adaptif merupakan salah satu mata kuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa Program Studi PJKR FKIP UMMI. Proses pembelajaran mata kuliah Pendidikan Jasmani Adaptif, tidak hanya berupa teori tetapi juga praktik di lapangan dengan berinteraksi langsung dengan siswa berkebutuhan khusus. Adapun secara ringkas tahapan proses pembelajaran pendidikan jasmani adaptif adalah sebagai berikut.

Pada materi teori di dalam kelas mahasiswa memperoleh materi terkait hakikat ABK, ABK dalam perundang-undangan, perubahan paradigma tentang ABK, serta pandangan dan perhatian Islam terhadap ABK. Diharapkan setelah mengikuti materi tersebut mahasiswa



memiliki pemahaman serta empati kepada ABK sehingga menjadi orang yang lebih bersyukur dan termotivasi untuk berbuat yang lebih baik. Selanjutnya, mahasiswa akan mempelajari materi tentang konsep pendidikan jasmani adaptif bagi ABK, konsep dasar pendidikan inklusi, karakteristik ABK (tuna grahita, autis, tuna wicara, tuna rungu, tuna netra, tuna daksa, *cerebral palsy*, tuna laras, kesulitan belajar, asma). Dalam pembelajaran, juga digunakan media video motivasi tentang prestasi ABK pada bidang olahraga baik pada ajang nasional maupun internasional.

Selanjutnya untuk materi praktik, yang pertama dilakukan adalah observasi ke SLB. Tujuan dari observasi ini adalah agar mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan proses pembelajaran jasmani adaptif di SLB. Hasil observasi ini digunakan sebagai acuan dalam merancang program pembelajaran pendidikan jasmani adaptif. Selanjutnya, hasil rancangan program pembelajaran pendidikan jasmani adaptif diimplementasikan melalui praktik mengajar pendidikan jasmani adaptif secara langsung di SLB. Setelah praktik mengajar pendidikan jasmani adaptif di SLB selesai dilaksanakan, selanjutnya pada tahap yang terakhir adalah melakukan refleksi dengan cara wawancara kepada mahasiswa terkait kesan pengalaman mempelajari pendidikan jasmani adaptif. Dari hasil refleksi, diperoleh informasi bahwa: (1) meningkatnya rasa syukur terhadap karunia yang dimiliki; (2) menumbuhkan rasa empati terhadap apa yang dirasakan orang lain; dan (3) memunculkan rasa jati diri sebagai calon pendidik guna mencerdaskan kehidupan bangsa.

## SIMPULAN

Krisis moral yang dihadapi oleh bangsa Indonesia, sudah semakin menjalar ke berbagai elemen masyarakat. Tidak hanya di lingkungan masyarakat umum, ironisnya krisis moral ini juga mulai dijumpai di dalam lingkungan masyarakat akademik, salah satunya adalah lingkungan kampus dengan ditandai sering ditemuinya sikap dan perilaku mahasiswa yang bertentangan dengan nilai moral sebagaimana disebutkan di atas. Oleh karena itu penanaman nilai-nilai karakter mutlak harus dilakukan dalam setiap kegiatan di kampus tanpa terkecuali dalam kegiatan pembelajaran.

Melalui mata kuliah Pendidikan Jasmani Adaptif dengan proses pelaksanaan pembelajaran yang tidak hanya berupa penyampaian teori di dalam kelas, akan tetapi juga melalui observasi langsung ke lapangan serta praktik pembelajaran pendidikan jasmani adaptif bagi ABK di Sekolah Luar Biasa (SLB), diharapkan dapat menumbuhkan nilai-nilai moral mahasiswa. Melalui mata kuliah ini yang memungkinkan mahasiswa dapat berinteraksi langsung dengan ABK di SLB melalui tugas observasi dan praktik pembelajaran ini, diperoleh berbagai manfaat antara lain: (1) menumbuhkan rasa syukur atas karunia Allah Swt yang diberikan selama ini; (2) menumbuhkan rasa empati kepada orang lain; dan (3) menumbuhkan jiwa sebagai pendidik untuk mencerdaskan anak bangsa

## DAFTAR PUSTAKA

- Ani Fidiyaningrum. 2006. "Upaya Mengembangkan Empati Mahasiswa dengan Memanfaatkan Media Bimbingan". *Skripsi*. Semarang: UNNES.
- Chaplin. 1999. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- E. Kosasih. 2012. *Cara Bijak Memahami Anak Berkebutuhan Khusus*. Bandung: Yrama Widya.
- Geldard, Kathryn, Geldard, David. 2004. *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain dengan Teknik Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Jumarin. 2002. *Dasar-Dasar Konseling Lintas Budaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Khairiyah, Rofi'atul. 2015. "Difabilitas dalam Al Qur'an". *Skripsi*. Semarang.
- Meimulyani, Yani, Asep Tiswara. 2013. *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Jakarta: Luxima Metro Media.