

Kemampuan Menyimak Siswa SLBN Pati Dalam Melakukan Senam Disabilitas Netra (NADINE)

Intan Najwa Karimatul Khoififah ^{a,1}, Luthfa Nugraheni ^{a,2}, Moh. Syafruddin Kuryanto ^{a,3}

^a Universitas Muria Kudus, Indonesia

¹ 202033205@std.umk.ac.id *; ² luthfa.nugraheni@std.umk.ac.id; ³ syafruddin.kuryanto@std.umk.ac.id

* penulis korespondensi

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

Received, Mei 2024

Accepted, Juli 2024

Published, Juli 2024

Kata Kunci:

Kemampuan Menyimak, Senam Disabilitas Netra (NADINE).

Cara Mengutip:

Khoififah, I. N. K., *et al.* (2024). Kemampuan Menyimak Siswa SLBN Pati dalam Melakukan Senam Disabilitas Netra (NADINE). *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran Universitas Muhammadiyah Ponorogo*, 12 *Special Issue*(1), pp290-301.

Abstrak

Menyimak merupakan aktivitas mental yang kritis, di mana siswa harus mampu mengolah instruksi verbal untuk dapat berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kemampuan menyimak siswa disabilitas netra dalam kegiatan senam yang diselenggarakan di SLBN Pati. Program Senam Disabilitas Netra (NADINE) dirancang untuk meningkatkan keterampilan motorik, keseimbangan, dan koordinasi siswa dengan menggunakan instruksi verbal yang jelas dan bantuan kinestetik. Metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif melibatkan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa disabilitas netra mampu mengikuti instruksi senam dengan baik, menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan menyimak dan keterampilan motorik. Faktor-faktor pendukung seperti motivasi tinggi, dukungan keluarga, dan keterlibatan sosial berkontribusi pada hasil positif ini, meskipun beberapa tantangan seperti keseimbangan, kekuatan otot, dan kompleksitas instruksi tetap ada. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam, serta mengeksplorasi pengaruh durasi dan frekuensi latihan, serta penggunaan teknologi bantu untuk meningkatkan efektivitas program senam bagi siswa disabilitas netra.

Abstract

Listening is a critical mental activity, where students must be able to process verbal instructions to be able to participate in physical activities. This research aims to evaluate the listening skills of students with visual disabilities in gymnastics activities held at SLBN Pati. The Visually Disabled Gymnastics (NADINE) program is designed to improve students' motor skills, balance, and coordination using clear verbal instructions and kinesthetic assistance. Qualitative research methods with a descriptive approach were used, involving observation, interviews and documentation. The results showed that students with visual disabilities were able to follow gymnastics instructions well, showing significant improvements in listening ability and motor skills. Supporting factors such as high motivation, family support, and social engagement contribute to these positive outcomes, although some challenges such as balance, muscle strength, and complexity of instruction remain. For future research, it is recommended to involve larger and more diverse samples, and explore the influence of exercise duration and frequency, as well as the use of assistive technology to increase the effectiveness of exercise programs for students with visual disabilities.

PENDAHULUAN

Kemampuan bahasa yang pertama dimiliki oleh manusia adalah menyimak. Saat lahir ke dunia, kegiatan menyimak ini sudah dilakukan, walaupun masih dalam bentuk yang sederhana

(Zahrok & Harsiwi, 2024). Di samping itu, menyimak termasuk dalam keterampilan berbahasa yang paling banyak dilakukan manusia jika kita bandingkan dengan tiga keterampilan berbahasa yang lain yaitu berbicara, menulis, dan membaca (Nurunnazlah *et al.*, 2024). Kembali lagi, bahwa hal ini terjadi karena ketika manusia belum berbicara, manusia sudah melakukan kegiatan menyimak.

Objek dalam menyimak bisa berupa benda, suara, konsep, proses, atau tindakan. Saat menyimak, penyimak tidak hanya menerima suara tetapi juga memproses bahasa yang didengar sehingga menjadi pesan yang dapat dikomunikasikan (Putri *et al.*, 2021). Kemampuan menyimak merupakan salah satu bentuk keterampilan berbahasa yang bersifat reseptif, artinya anak mampu menerima bunyi-bunyi bahasa yang didengar dari orang lain. Menyimak adalah salah satu aspek perkembangan bahasa yang pertama kali dipelajari oleh anak sebelum mereka mampu berbicara, membaca, dan menulis, sehingga menjadi syarat mutlak untuk menguasai berbagai informasi (Wulandari, 2019).

Kemampuan menyimak merupakan keterampilan vital dalam proses belajar-mengajar, terutama bagi siswa dengan disabilitas netra (Kuryanto *et al.*, 2023). Mengingat bahwa penglihatan merupakan salah satu indra utama dalam menerima informasi di lingkungan sekolah konvensional, siswa dengan gangguan penglihatan harus mengandalkan indra pendengaran mereka untuk menyerap dan memahami materi pelajaran (Wahyono *et al.*, 2021). Oleh karena itu, meningkatkan kemampuan menyimak bagi siswa dengan disabilitas netra bukan hanya penting, tetapi juga esensial untuk memastikan mereka mendapatkan kesempatan belajar yang setara.

Disabilitas netra adalah istilah yang merujuk pada kondisi seseorang yang mengalami gangguan atau hambatan pada indera penglihatannya (Rosalina & Apsari, 2020). Manusia pada dasarnya diciptakan dengan lima indera untuk menjalani kehidupan sehari-hari dan bertahan hidup, namun ada sebagian yang mengalami kekurangan pada satu atau lebih inderanya. Pandangan negatif masyarakat selama ini menyebabkan penyandang disabilitas netra kurang percaya diri, padahal kepercayaan diri adalah modal dasar seseorang dalam memenuhi berbagai kebutuhan hidup (Framanta, 2020).

Tingkat gangguan disabilitas netra dibagi menjadi dua yaitu, buta total dan yang masih mempunyai sisa penglihatan, dengan berkurangnya fungsi indra penglihatan maka seseorang yang terkena tunanetra berusaha memaksimalkan fungsi indra-indra yang lainnya seperti, penciuman, pendengaran, dan lain sebagainya, banyak dari penyandang disabilitas tunanetra ingin merasakan kehidupan normal seperti manusia pada umumnya dalam arti bisa berjalan bebas dan juga ingin merasakan fasilitas publik (Aqilla & Sariningsih, 2022).

Sekolah luar biasa memiliki peran penting dalam memberikan pendidikan yang sesuai dan mendukung siswa-siswa dengan kebutuhan khusus. Pada satuan lembaga disabilitas yang ada di kota Pati (SLBN) salah satu program yang diberikan untuk disabilitas netra adalah Senam NADINE (Setyaningrum *et al.*, 2021). Program ini bertujuan untuk meningkatkan kebugaran fisik serta keterampilan motorik siswa. Namun, keberhasilan program ini sangat bergantung pada kemampuan siswa dalam menyimak instruksi yang diberikan oleh pelatih atau guru. Kemampuan menyimak yang baik memungkinkan siswa untuk mengikuti gerakan senam dengan benar dan mendapatkan manfaat optimal dari program NADINE (Solihin *et al.*, 2020).

Senam Disabilitas Netra termasuk kegiatan yang dirancang khusus untuk individu dengan gangguan penglihatan. Aktivitas ini tidak hanya meningkatkan kebugaran fisik, seperti kekuatan otot, fleksibilitas, dan keseimbangan. Tetapi juga memiliki manfaat yang signifikan bagi kesehatan mental seperti mengurangi stress dan meningkatkan suasana hati. Dalam pelaksanaannya, senam ini mengutamakan prinsip keamanan dengan memastikan area latihan yang baik, menggunakan intruksi verbal yang jelas serta panduan taktis.

SLBN Pati sebagai salah satu sekolah yang fokus pada pendidikan anak berkebutuhan khusus, memiliki tanggung jawab besar dalam menyediakan pendidikan yang sesuai dan berkualitas. Dalam konteks ini, kemampuan menyimak menjadi keterampilan fundamental yang harus dimiliki oleh siswa, terutama dalam mengikuti instruksi dan kegiatan fisik seperti senam. Senam Disabilitas Netra (NADINE) merupakan program senam yang dirancang khusus untuk siswa dengan disabilitas netra guna meningkatkan keterampilan motorik, keseimbangan, dan koordinasi.

Penelitian terkait kemampuan menyimak siswa dengan disabilitas netra telah menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang interaktif dan adaptif dapat meningkatkan efektivitas pemahaman dan partisipasi mereka dalam kegiatan fisik. Beberapa studi menunjukkan bahwa penggunaan metode multisensori dan pendampingan intensif dapat membantu siswa dengan disabilitas netra dalam mengikuti instruksi senam. Misalnya, penelitian oleh (Praptaningrum, 2020) mengungkapkan bahwa metode pembelajaran berbasis audio efektif dalam meningkatkan kemampuan menyimak siswa dengan disabilitas netra. Sementara itu, studi oleh (Darmawati *et al.*, 2023) menekankan pentingnya instruksi yang jelas untuk memperkuat kemampuan menyimak.

Meskipun berbagai studi telah membahas metode untuk meningkatkan kemampuan menyimak siswa dengan disabilitas netra, masih terdapat gap dalam literatur terkait implementasi program senam khusus seperti NADINE di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan mengetahui bagaimana tingkat kemampuan menyimak siswa SLBN Pati dalam mengikuti instruksi senam NADINE. Selain itu, penelitian ini juga berusaha untuk memahami bagaimana siswa mengikuti instruksi senam, serta bagaimana metode tersebut dapat diadaptasi untuk memenuhi kebutuhan individu siswa.

TINJAUAN PUSTAKA

Menurut (Rahmawati & Ihsan, 2022) menyimak berarti mendengarkan atau memperhatikan dengan seksama apa yang dikatakan oleh orang lain atau percakapan dari media. Setiap siswa perlu memiliki kemampuan menyimak yang baik karena hal ini memudahkan mereka dalam menguasai keterampilan bahasa lainnya. (Anggraini, 2019) menyatakan bahwa manusia pada masa kecil pertama-tama belajar menyimak, kemudian berbicara, lalu membaca, dan menulis. (Massitoh, 2021) juga berpendapat bahwa kemampuan menyimak merupakan modal awal dalam berkomunikasi. Kemampuan menyimak adalah salah satu keterampilan dasar yang sangat penting dalam proses pembelajaran, terutama bagi siswa dengan disabilitas netra.

Menurut (Owa *et al.*, 2023) menyimak adalah proses aktif di mana pendengar berusaha memahami dan menginterpretasikan makna dari informasi yang diterimanya. Dalam konteks pendidikan khusus, kemampuan menyimak menjadi lebih krusial karena siswa dengan disabilitas netra mengandalkan pendengaran sebagai alat utama untuk menerima informasi. Penelitian oleh (Cusnaki & Syamsudin, 2022) menunjukkan bahwa keterampilan menyimak yang baik dapat meningkatkan pemahaman dan partisipasi aktif siswa dalam kegiatan pembelajaran. Selain itu, penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan metode pembelajaran yang tepat, dapat membantu meningkatkan kemampuan menyimak siswa dengan disabilitas netra (Fransiska, 2021).

Senam NADINE (Netra dan Disabilitas Netra) merupakan program khusus yang dirancang untuk mengembangkan keterampilan fisik dan motorik siswa dengan disabilitas netra melalui gerakan senam. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik, koordinasi, serta rasa percaya diri siswa. Program senam yang terstruktur dapat membantu siswa dengan disabilitas netra dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar dan halus, serta memperbaiki postur

tubuh dan keseimbangan. Selain itu, penelitian oleh (Setyaningrum *et al.*, 2021) menegaskan bahwa aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat berdampak positif terhadap kesehatan mental dan emosional siswa, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam mengikuti proses pembelajaran. Dengan demikian, integrasi antara kemampuan menyimak dan program senam NADINE diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi perkembangan holistik siswa SLBN Pati.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif. Menurut (Fadli, 2021), penelitian kualitatif adalah penelitian yang menetapkan fakta-fakta dengan interpretasi yang tepat untuk mengidentifikasi dan menggambarkan secara akurat karakteristik dari berbagai fenomena, kelompok, atau individu yang terjadi. Pendekatan kualitatif bertujuan untuk memahami dan menjelaskan fenomena sosial dengan menafsirkan secara mendalam konteks, pengalaman, dan pandangan individu yang terlibat dalam fenomena tersebut. Tujuan utama penelitian kualitatif adalah memahami kompleksitas fenomena yang diteliti, di mana peneliti mencoba menafsirkan dan melaporkan fenomena tersebut. Para ilmuwan berusaha memahami fenomena dari sudut pandang faktor-faktor yang muncul di dalamnya. Pemahaman peneliti dan penulis diharapkan saling melengkapi dan mampu menjelaskan kompleksitas fenomena yang diamati. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif, yaitu jenis penelitian yang menyajikan gambaran lengkap mengenai *setting* sosial dan klarifikasi mengenai suatu fenomena sosial.

Penelitian ini digunakan oleh peneliti untuk memaparkan atau mendeskripsikan mengenai kemampuan menyimak Siswa Berkebutuhan Khusus di SLBN Pati. Instrumen penelitian menggunakan pedoman wawancara serta observasi. Dalam hal ini peneliti melakukan wawancara kepada wakil kepala sekolah SLBN Pati. Setelah peneliti memperoleh informasi dari wawancara dengan wakil kepala sekolah, peneliti kemudian melanjutkan penelitian dengan mengumpulkan data melalui observasi. Observasi ini dilakukan peneliti dengan cara mengamati proses pembelajaran yang berlangsung di dalam kelas maupun di luar kelas. Penelitian ini dilaksanakan di SLBN Pati mulai tanggal 20 Mei sampai dengan 10 Juni 2024. Objek dari penelitian ini yaitu siswa-siswi disabilitas netra di SLBN Pati yang berjumlah 14 siswa dengan fokus penelitian kemampuan menyimak siswa dan siswi SLBN Pati dalam pelaksanaan senam NADINE.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian dari observasi dan wawancara yang dilakukan, senam disabilitas netra memiliki hasil yang memuaskan terhadap kemampuan menyimak siswa. Kemampuan menyimak siswa disabilitas netra saat melakukan senam dilakukan dengan cara mendengarkan instruksi yang diberikan oleh instruktur senam atau guru. Siswa mengikuti kegiatan senam dengan antusias, terlihat mereka mengikuti gerakan dengan presisi yang luar biasa meskipun tidak dapat melihat instruktur atau rekan-rekan mereka.

Mereka mengandalkan pendengaran dan perasaan tubuh untuk menyesuaikan posisi dan gerakan dengan tepat, menunjukkan tingkat konsentrasi dan ketepatan yang luar biasa dalam menghadapi tantangan fisik seperti ini. Siswa selalu menunjukkan antusiasme yang tinggi selama proses senam, meskipun mereka menghadapi tantangan visual yang signifikan. Mereka berpartisipasi dengan penuh semangat, menggunakan indera lainnya dan instruksi verbal untuk mengikuti gerakan dan arahan dengan baik serta runtut.

Senam NADINE, merupakan program senam yang dirancang khusus untuk siswa dengan disabilitas netra. Program ini menggunakan instruksi verbal yang jelas dan bantuan kinestetik untuk membantu siswa memahami gerakan yang harus dilakukan. Setiap sesi senam dipandu oleh

instruktur yang berpengalaman dalam menangani siswa dengan kebutuhan khusus. Senam NADINE (Netra Adaptif dan Inklusif) tersebut memiliki tujuan guna untuk meningkatkan keterampilan motorik, keseimbangan, dan koordinasi mereka melalui aktivitas fisik yang terstruktur dan adaptif. Senam NADINE menggunakan pendekatan inklusif dan berbagai metode pengajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan khusus siswa, seperti instruksi verbal yang jelas, bantuan kinestetik, dan dukungan dari pendamping atau teman sebaya.

Siswa SLBN Pati mengikuti instruksi senam dengan baik. Mereka menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam memahami dan mengeksekusi gerakan senam seiring berjalannya waktu. Walau pada awalnya, beberapa siswa kesulitan memahami instruksi verbal, tetapi dengan latihan dan bimbingan yang konsisten, kemampuan mereka meningkat.

Meskipun ada peningkatan yang signifikan, beberapa siswa masih menghadapi tantangan dalam menyimak instruksi, terutama ketika instruksi diberikan terlalu cepat atau terlalu kompleks. Faktor penghambat kemampuan menyimak siswa SLBN Pati dalam melakukan senam disabilitas netra (NADINE) yaitu meliputi keseimbangan dan koordinasi, fleksibilitas dan kekuatan otot, serta stamina dan pengaturan napas. Faktor psikologis seperti rasa percaya diri, motivasi internal, dan persepsi diri juga berperan penting (Ramadhani & Pahlevi, 2023). Di sisi lain, faktor pendukung meliputi motivasi yang tinggi karena kesenangan dan kebanggaan, dukungan dari keluarga dan teman, serta keterlibatan sosial (Widiastuti, 2020). Selain itu, aksesibilitas fisik dan keberadaan instruktur yang terlatih juga menjadi faktor penting.

Peran guru dan instruktur sangat penting dalam proses senam NADINE. Guru dan instruktur memberikan instruksi yang jelas dan berulang, serta memberikan contoh gerakan secara kinestetik. Mereka juga memberikan umpan balik positif yang membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam melakukan gerakan senam. Seperti yang dikemukakan (Nahdiyah *et al.*, 2024) Guru adalah kunci utama dalam mengarahkan, membimbing, dan menginspirasi peserta didik. Guru-guru di SLBN Pati memberikan umpan balik positif terkait kemampuan menyimak siswa selama senam. Mereka melihat adanya peningkatan yang signifikan dalam kemampuan siswa untuk memahami dan mengikuti instruksi. Guru juga merasa bahwa program ini membantu dalam pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa (Wardani *et al.*, 2021).

Siswa dengan disabilitas netra mungkin menghadapi beberapa tantangan dalam menyimak instruksi gerakan tubuh dan posisi saat melakukan senam. Namun, dengan pendekatan yang inklusif dan dukungan yang tepat, mereka dapat mengembangkan kemampuan menyimak mereka dengan baik. Dengan pendekatan yang inklusif, bantuan dari guru, pendamping, atau terapis, serta lingkungan yang mendukung, siswa disabilitas netra dapat meningkatkan kemampuan menyimak mereka saat melakukan senam (Azhuri *et al.*, 2020). Dengan pemberian instruksi yang jelas, penggunaan bantuan visual, sentuhan, dan dukungan individual, siswa dapat mengikuti serta menikmati aktivitas senam dengan baik, sehingga dapat mendapatkan manfaat fisik dan mental yang positif dari aktivitas tersebut (Aryani *et al.*, 2022).

Program senam NADINE merupakan program yang dirancang khusus untuk siswa disabilitas netra, dalam hal ini menggunakan instruksi verbal yang jelas dan bantuan kinestetik. Setiap sesi dipandu oleh instruktur berpengalaman dalam menangani siswa dengan kebutuhan khusus. Program ini bertujuan meningkatkan keterampilan motorik, keseimbangan, dan koordinasi siswa melalui aktivitas fisik yang terstruktur dan adaptif. Senam NADINE dilakukan menggunakan metode pengajaran inklusif yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Instruksi verbal yang jelas, bantuan kinestetik, dan dukungan dari pendamping atau teman sebaya membantu siswa memahami dan mengeksekusi gerakan senam dengan baik. Peran guru dan instruktur sangat penting dalam senam NADINE. Mereka memberikan instruksi jelas dan berulang, serta contoh gerakan kinestetik. Umpan balik positif dari guru meningkatkan

kepercayaan diri siswa. Guru di SLBN Pati melaporkan peningkatan kemampuan siswa dalam memahami dan mengikuti instruksi, serta program ini membantu pengembangan keterampilan sosial siswa.

Menurut teori (Solihin *et al.*, 2020) menunjukkan bahwa senam yang menggunakan perintah ini dapat mengembangkan kemampuan menyimak dengan baik sangat diperlukan dalam segala bidang kehidupan, terutama dalam berkomunikasi dan melakukan kegiatan belajar. Sesuai pendapat (Niagara Adriatik *et al.*, 2022) seseorang yang mempunyai kemampuan menyimak yang baik akan mudah memahami apa yang disampaikan oleh pembicara dan juga mudah dalam menjawab atau menanggapi apa yang disampaikan oleh pembicara. Kemampuan menyimak senam disabilitas netra pada siswa SLBN Pati ternyata semakin bagus adanya peningkatan yang signifikan dari waktu ke waktu. Hal ini tercermin dari kemampuan mereka dalam mengikuti gerakan-gerakan senam secara lebih akurat dan responsif, menunjukkan kemajuan dalam pemahaman dan adaptasi terhadap instruksi-instruksi senam netra. Dengan demikian, pelatihan dan pendekatan yang diberikan kepada siswa-siswa ini telah membawa manfaat yang nyata dalam meningkatkan keterampilan mereka dalam menyimak dan menjalankan senam disabilitas netra dengan lebih baik.

Faktor Penghambat Senam Disabilitas Netra (NADINE) Pada Siswa SLBN Pati

Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor penghambat dan pendukung dalam pelaksanaan senam bagi disabilitas netra di SLBN Pati memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang tantangan yang dihadapi serta potensi yang dapat dimanfaatkan. Faktor penghambat mencakup aspek fisik dan psikologis. Beberapa siswa mungkin merasa khawatir terhadap risiko cedera, yang membuat mereka enggan mencoba senam. Selain itu, rendahnya rasa percaya diri sebelumnya juga dapat mempengaruhi sikap siswa terhadap senam disabilitas netra. Pembagian faktor penghambat akan dijelaskan sebagai berikut:

Faktor fisik

Faktor fisik yang signifikan dalam senam bagi siswa dengan disabilitas netra di SLBN Pati meliputi kemampuan mereka untuk mempertahankan keseimbangan tubuh, mengoordinasikan gerakan dengan tepat, dan merespons perubahan posisi secara akurat meskipun dengan keterbatasan penglihatan. Selain itu, fleksibilitas otot dan rentang gerak tubuh yang memadai menjadi kunci dalam memungkinkan mereka untuk melakukan gerakan senam dengan lancar dan aman. Kekuatan otot juga penting untuk mendukung stabilitas tubuh dan kontrol gerakan, termasuk pengembangan kekuatan inti yang mempengaruhi postur tubuh dan stabilisasi saat melakukan berbagai jenis gerakan senam. Kemampuan untuk mengatur napas dan menjaga stamina selama latihan juga berperan dalam keberhasilan mereka dalam aktivitas senam.

Berdasarkan wawancara dengan guru olahraga bahwa faktor fisik yang mempengaruhi siswa dengan disabilitas netra dalam melakukan senam terutama berkaitan dengan keterbatasan penglihatan yang menghambat kemampuan mereka untuk mengikuti gerakan dan instruksi senam dengan tepat. Gangguan penglihatan ini secara langsung mempengaruhi koordinasi dan keseimbangan tubuh saat bergerak, serta menyulitkan mereka dalam merasakan gerakan dan lingkungan sekitar.

Faktor Psikologis

Faktor psikologis yang dapat mempengaruhi siswa SLBN Pati dalam senam disabilitas netra mencakup beberapa aspek. Pertama, mereka mungkin mengalami kesulitan dalam membangun rasa percaya diri yang cukup untuk mengatasi keterbatasan fisik dan menjalani gerakan senam dengan percaya diri. Motivasi internal serta dukungan dari instruktur dan teman-teman sangat penting untuk menjaga semangat mereka dan mendorong mereka tetap aktif dalam latihan fisik.

Kedua, keterlibatan sosial sangat berpengaruh, karena interaksi positif dengan instruktur dan sesama peserta dapat meningkatkan rasa inklusi dan dihargai dalam lingkungan senam. Selain itu, kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan fisik yang mungkin kurang ramah terhadap keadaan dapat mempengaruhi beberapa tingkat kenyamanan dan kinerja mereka dalam latihan (Alfin & Putri, 2022).

Persepsi diri mengenai kemampuan mereka dalam melakukan gerakan senam juga sangat penting. Bagaimana mereka mampu menilai kemampuan diri dalam menghadapi tantangan fisik dan mental akan dapat mempengaruhi terhadap motivasi mereka untuk terus berpartisipasi dan meningkatkan keterampilan yang mereka miliki (Rahmawati & Ihsan, 2022).

Faktor Pendukung Senam Disabilitas Netra (NADINE) Pada Siswa SLBN Pati

Faktor pendukung Senam Disabilitas Netra di SLBN Pati mencakup adanya motivasi dan faktor lingkungan. Faktor pendukung yang penting untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan bagi individu dengan disabilitas netra meliputi dukungan atau motivasi dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga, teman, dan guru. Dukungan ini dapat membantu seseorang untuk tetap termotivasi dan percaya diri dalam menghadapi tantangan sehari-hari (Sukmayadi *et al.*, 2024). Selain itu, faktor lingkungan yang penting untuk dipertimbangkan saat siswa dengan disabilitas netra melakukan senam meliputi aksesibilitas ruang senam, pencahayaan yang memadai, penggunaan perangkat bantu seperti tongkat navigasi, instruksi yang jelas dan spesifik, pengawasan dan bantuan yang diperlukan, kenyamanan fisik dan psikologis, serta pengaturan ruang yang bebas hambatan untuk memfasilitasi gerakan yang aman dan efektif.

Motivasi

(Prasetya *et al.*, 2023) Motivasi adalah dorongan atau kekuatan yang mendorong seseorang untuk bertindak atau melakukan sesuatu. Motivasi adalah dorongan internal yang mengarahkan individu untuk mencapai tujuan tertentu. Ini bisa berasal dari berbagai sumber, termasuk kebutuhan dasar seperti kebutuhan fisiologis dan keamanan, serta kebutuhan yang lebih tinggi seperti penghargaan dan aktualisasi diri. Motivasi dapat dipengaruhi oleh faktor internal seperti minat, keyakinan, dan nilai-nilai pribadi, serta faktor eksternal seperti penghargaan, pengakuan, dan dukungan dari lingkungan sosial.

Dalam konteks pendidikan, motivasi siswa sangat penting untuk keberhasilan akademis. Siswa yang termotivasi biasanya lebih aktif terlibat dalam proses pembelajaran, menunjukkan ketekunan dalam menyelesaikan tugas, dan memiliki semangat yang tinggi untuk belajar. Guru dan pendidik dapat meningkatkan motivasi siswa dengan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, menyediakan tantangan yang sesuai dengan kemampuan siswa, dan memberikan umpan balik yang positif. Dengan demikian, motivasi bukan hanya mendorong individu untuk bertindak, tetapi juga mempengaruhi bagaimana mereka bertindak dan sejauh mana mereka akan berusaha untuk mencapai tujuan mereka.

Hasil menunjukkan bahwa motivasi siswa SLBN Pati dalam melakukan senam disabilitas netra sangat tinggi karena mereka merasakan kesenangan dan kebanggaan saat bisa berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Selain itu, senam juga bisa membantu mereka meningkatkan kesehatan fisik dan mental, serta merasa lebih percaya diri dan mandiri. Dengan adanya dukungan dan bimbingan yang tepat, siswa dengan disabilitas netra dapat merasa termotivasi untuk terus berlatih dan meningkatkan kemampuan mereka dalam senam.

(N & Ferdiansyah, 2023) Motivasi memegang peran penting dalam aktivitas belajar. Guru menekankan bahwa motivasi yang tinggi akan membuat anak-anak lebih bersemangat dalam melakukan senam, sedangkan kurangnya motivasi dapat mengakibatkan performa yang kurang optimal. Anak-anak disabilitas netra di SLBN Pati menunjukkan motivasi tinggi berkat rasa percaya diri, kesadaran akan kesehatan, dan dukungan dari orang tua. Faktor-faktor ini saling mempengaruhi dan berkontribusi terhadap tingkat motivasi siswa dalam kegiatan senam.

Motivasi dalam suatu pembelajaran dibagi menjadi motivasi *intrinsic* dan ekstrinsik (Nugraheni & Ahsin, 2020). Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri individu, seperti keinginan anak-anak disabilitas netra untuk tidak dianggap remeh dan mampu melakukan Gerakan senam dengan benar. Sementara itu, motivasi ekstrinsik berasal dari faktor luar, seperti dorongan guru dan orang tua yang membarikan semangat selama kegiatan senam. Guru SLBN Pati selalu memberikan motivasi kepada siswa untuk menjaga semangat mereka dalam melakukan senam.

Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan memiliki peran yang sangat penting dalam mempengaruhi perkembangan siswa di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN). Lingkungan yang mendukung dapat membantu siswa dengan kebutuhan khusus untuk merasa lebih nyaman dan termotivasi dalam proses belajar. Suasana yang inklusif, fasilitas yang memadai, dan dukungan dari pendidik serta orang tua dapat memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan siswa untuk belajar dan berkembang. Lingkungan yang ramah dan penuh perhatian akan membantu siswa mengatasi berbagai tantangan yang mereka hadapi, sehingga mereka dapat mencapai potensi maksimal mereka.

Selain itu, dapat diketahui interaksi sosial yang sehat di lingkungan sekolah sangat berpengaruh pada perkembangan emosional dan sosial siswa SLBN. Melalui hubungan baik dengan teman sebaya dan guru, siswa dapat belajar keterampilan sosial penting seperti komunikasi, kerjasama, dan empati (Nugraheni & Ahsin, 2021). Lingkungan yang mendukung ini juga membantu membangun rasa percaya diri dan kemandirian siswa. Ketika siswa merasa dihargai dan diterima, mereka cenderung lebih terbuka untuk belajar dan lebih bersemangat dalam mengejar prestasi akademik serta pengembangan diri.

Faktor lingkungan memiliki dampak yang signifikan terhadap pengalaman siswa SLBN Pati dalam melakukan senam dengan disabilitas netra. Pertama aksesibilitas fisik menjadi kunci utama; ruang senam harus dirancang dengan akses yang mudah, termasuk jalur yang jelas dan peralatan yang terstruktur dengan baik untuk memastikan siswa dapat bergerak secara mandiri dan aman. Selain itu, instruktur yang terlatih dengan baik dan memiliki pemahaman mendalam tentang kebutuhan khusus siswa netra sangat penting; mereka perlu mampu memberikan bimbingan yang sesuai serta adaptasi yang diperlukan agar setiap siswa dapat mengikuti dan menikmati latihan dengan baik.

Faktor lingkungan memainkan peran penting bagi siswa SLBN Pati dalam senam disabilitas netra. Aksesibilitas ruang senam yang baik, termasuk jalur yang jelas dan bebas hambatan serta peralatan yang mudah dijangkau, sangat membantu siswa dengan kebutuhan khusus dalam navigasi. Selain itu, dukungan dari instruktur yang terlatih dalam teknik adaptasi untuk siswa netra memastikan pengalaman senam yang aman dan efektif. Faktor-faktor ini berkontribusi terhadap terciptanya lingkungan yang mendukung dan inklusif, yang sangat penting bagi partisipasi dan kualitas belajar senam siswa netra.

Guru SLBN Pati juga mengungkapkan bahwa lingkungan yang mendukung tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga meliputi dukungan emosional dari teman sekelas dan staf sekolah, serta fasilitas sensorik seperti pencahayaan yang memadai dan panduan verbal. Semua elemen ini bersama-sama meningkatkan partisipasi siswa netra dalam kegiatan senam. Menurut teori salah satu teori lingkungan (Wahid *et al.*, 2020), bahwa lingkungan juga dapat berkontribusi pada munculnya anak penyandang disabilitas, karena lingkungan terdekat, seperti keluarga dan kerabat, dapat mempengaruhi potensi disabilitas. Oleh karena itu, menciptakan lingkungan yang mendukung dan inklusif adalah langkah penting untuk mendukung siswa disabilitas netra dalam aktivitas belajar mereka.

Senam merupakan salah satu aktivitas fisik yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, baik secara fisik maupun mental. Aktivitas ini tidak hanya penting bagi masyarakat umum, tetapi

juga bagi individu dengan kebutuhan khusus, termasuk siswa dengan disabilitas netra. Senam dapat meningkatkan kekuatan otot, fleksibilitas, keseimbangan, dan koordinasi, yang sangat bermanfaat dalam membantu individu dengan disabilitas netra untuk menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih mandiri. Selain itu, senam juga dapat menjadi sarana untuk meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian, yang seringkali menjadi tantangan bagi individu dengan disabilitas.

Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Pati menjadi salah satu institusi pendidikan yang memiliki perhatian khusus terhadap pengembangan keterampilan fisik siswa dengan disabilitas netra. Melalui program-program yang diselenggarakan, SLBN Pati berupaya untuk memberikan pengalaman belajar yang holistik, termasuk dalam bidang olahraga. Salah satu program yang dikembangkan adalah senam disabilitas netra yang diimplementasikan melalui pendekatan NADINE (*National Disability Inclusion in Exercise*). Program ini dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan siswa dengan disabilitas netra, dengan tujuan utama meningkatkan kualitas hidup mereka melalui aktivitas fisik yang terstruktur dan terarah.

Namun, pelaksanaan program senam disabilitas netra di SLBN Pati tidak lepas dari berbagai tantangan dan hambatan. Hambatan-hambatan ini dapat berasal dari berbagai aspek, seperti keterbatasan sarana dan prasarana, kurangnya pemahaman dan keterampilan tenaga pengajar, serta faktor psikologis dan sosial yang mempengaruhi siswa. Mengidentifikasi dan memahami faktor-faktor penghambat ini sangat penting untuk mengoptimalkan pelaksanaan program NADINE, sehingga tujuan dari program tersebut dapat tercapai dengan maksimal.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, kemampuan menyimak siswa disabilitas netra dalam melakukan senam menunjukkan hasil yang sangat baik dan memuaskan. Program senam NADINE, yang dirancang khusus untuk siswa dengan keterbatasan visual, berhasil meningkatkan kemampuan menyimak melalui instruksi verbal yang jelas dan bantuan kinestetik. Pendekatan inklusif dan dukungan yang diberikan melalui program senam NADINE berhasil mengembangkan kemampuan menyimak dan keterampilan motorik siswa disabilitas netra secara signifikan, memberikan manfaat fisik dan mental yang positif. Beberapa faktor pendukung dan penghambat, mencakup motivasi yang tinggi yang berasal dari kesenangan dan kebanggaan, dukungan dari keluarga dan teman, serta keterlibatan sosial juga sangat berpengaruh. Selain itu, aksesibilitas fisik dan kehadiran instruktur yang terlatih juga merupakan faktor penting. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar penelitian melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam untuk mendapatkan data yang lebih representatif. Selain itu, pengaruh faktor-faktor seperti durasi dan frekuensi latihan, serta variasi metode instruksi, juga perlu dieksplorasi lebih lanjut untuk memahami dampak optimal pada kemampuan menyimak siswa. Penelitian lanjutan juga dapat mempertimbangkan penggunaan teknologi bantu dan perangkat inovatif lainnya untuk meningkatkan efektivitas program senam bagi siswa disabilitas netra.

DAFTAR RUJUKAN

- Alfin, N., & Putri, R. L. A. & Nugraheni, L. (2022). Drama Learning Training for Teachers and Students at SMA N 1 Kayen. *ICCCM. Journal Of Social Sciences And Humanities*, 1(2).
- Anggraini, V. (2019). Stimulasi Keterampilan Menyimak terhadap Perkembangan Anak Usia Dini. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 30–44. <https://doi.org/10.19109/ra.v3i1.3170>
- Aqilla, M. A., & Sariningsih, Y. (2022). Kemampuan Disabilitas Netra Dalam Memanfaatkan Sumber Media Pembelajaran Di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas

- Sensorik Netra Kota Bandung. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial "Humanitas" Fisip Unpas*, IV (II).
- Aryani, K. P., Ismaya, E. A., & Kuryanto, M. S. (2022). Analisis Bentuk Kemandirian Anak Di Desa Gondosari. *Jurnal Pendidikan*, 10(1), 1–6. <https://doi.org/10.36232/pendidikan.v10i1.1328>
- Azhuri, I. R., Purbangkara, T., & Nasution, N. S. (2020). Survei Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani pada Siswa Sekolah Luar Biasa di Kabupaten Karawang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2 (2), 96-103.
- Cusnaki, A., & Syamsudin, A. (2022). Mengembangkan Keterampilan Menyimak Anak Usia Dini melalui Permainan Blind Ball. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2544–2552. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.1994>
- Darmawati, T. L., R.A Retno Hastijanti, & Farida Murti. (2023). Strategi Desain Fasilitas Pendidikan Bagi Tunanetra Dan Tunagrahita: Design Strategies for Educational Facilities for The Visually and Intellectual Disability. *SARGA: Journal of Architecture and Urbanism*, 17(2), 23–32. <https://doi.org/10.56444/sarga.v17i2.781>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 33-54.
- Framanta, G. M. (2020). Pengaruh Lingkungan Keluarga Terhadap Kepribadian Anak. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 2 (!), 126-129.
- Fransiska, I. (2021). Pemberdayaan Sosial Penyandang Disabilitas Netra Dalam Pekerjaan Melalui Pelatihan Pijat Massage Di Brspdsn Wyata Guna Bandung. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 4(2), 57. <https://doi.org/10.22460/comm-edu.v4i2.7172>
- Kuryanto, M. S., Santoso, D. A., Fardani, M. A., Rondli, W. S., & Hariyadi, A. (2023). Pendampingan Senam Warga Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Sensorik Netra (PPSDSN) Pendowo Kudus, *Community Development Journal*, 4 (4), 9526-9533.
- Massitoh, E. I. (2021). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Rendahnya Keterampilan Menyimak. *Seminar Nasional Pendidikan FKIP UNMA*.
- N, Z., & Ferdiansyah, H. (2023). Efek Pemanfaatan Website pada Pelajaran Pemasaran Online untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMKN 2 Sidrap. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 11(1), 39–46. <https://doi.org/10.24269/dpp.v11i1.5937>
- Nahdiyah, D., Hadi, M. N., & Sholekhudin, A. (2024). Inovasi E-Modul Berbasis MooDis Pada Mata Pelajaran Al-Qur'an Hadis Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas X MA Ma'arif Durensewu Pandaan. *I2(2)*.
- Niagara Adriatik, A., Kanzunnudin, M., & Nugraheni, L. (2022). Analisis Struktur Fisik dan Struktur Batin dalam Antologi Puisi Tentang Jejak yang Hilang Karya Jumari HS. *Buletin Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 11–24. <https://doi.org/10.56916/bip.v1i1.214>
- Nugraheni, L., & Ahsin, M. N. (2020). Pendidikan Karakter Dalam Pementasan Drama “Pelayaran Menuju Ibu” Karya Ramli Prapanca Sebagai Bahan Ajar Pengkajian Drama Mahasiswa PBSI. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2). <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i2.730>

- Nugraheni, L., & Ahsin, M. N. (2021). Pemerolehan Bahasa pada Anak Usia Dini di Desa Hadiwarno Kecamatan Mejubo Kabupaten Kudus. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(2), 375–381. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i2.1025>
- Nurunnazlah, F., Masfuah, S., & Kuryanto, S. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Problem Solving Untuk Meningkatkan Kemampuan Berfikir Kritis Siswa Sd N Demaan Dengan Menggunakan Permainan Mokshapat, *Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 10 (1).
- Owa, Y. K., Itu, M. A., Kero, M. A., & Ledu, M. G. G. (2023). Anak Berkebutuhan Khusus Dan Penerapannya Dalam Pendidikan Di Sekolah Dasar: Studi Literatur. *Jurnal Pendidikan Inklusi Citra Bakti*, 1(1), 60–67. <https://doi.org/10.38048/jpicb.v1i1.2107>
- Praptaningrum, A. (2020). Penerapan Bahan Ajar Audio Untuk Anak Tunanetra Tingkat Smp Di Indonesia. *Jurnal Teknologi Pendidikan : Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pembelajaran*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.33394/jtp.v5i1.2849>
- Prasetya, A., Kuryanto, Moh. S., & Hilyana, F. S. (2023). Hubungan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas Iv Sd 1 Mijen Kaliwungu Kota Kudus. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 8(1), 5052–5061. <https://doi.org/10.23969/jp.v8i1.8714>
- Putri, N. A., Ahsin, M. N., & Nugraheni, L. (2021). Aplikasi Unlalia Batik Troso Bermuatan Empat Keterampilan Berbahasa Sebagai Inovasi Pembelajaran Di Era Disrupsi. *Jurnal Golden Age*, 04 (01), 12-19.
- Rahmawati, Z. D., & Ihsan, B. (2022). Pengembangan Potensi Kreativitas Siswa Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat : BAKTI KITA*, 3(2), 19–28. <https://doi.org/10.52166/baktikita.v3i2.3541>
- Ramadhani, W. F., & Pahlevi, T. (2023). Pengaruh Model Pembelajaran Simulasi Berbantuan Media Pembelajaran Kumospace terhadap Hasil Belajar dan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI MP di SMK Negeri 1 Ngawi. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran* 11(2).
- Rosalina, T. A., & Apsari, N. C. (2020). Dukungan Sosial Bagi Orang Dengan Disabilitas Netra Dalam Pencapaian Prestasi Di Sekolah Luar Biasa. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(2), 414. <https://doi.org/10.24198/jppm.v7i2.28486>
- Setyaningrum, R. K., Febrianti, R., & Slamet Santoso. (2021). *Studi Perkembangan Sekolah Khusus Olahraga Disabilitas (SKOD) Indonesia Tahun 2019-2020*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.4420431>
- Solihin, A. O., Ginanjar, A., & Widyawan, D. (2020). Resiliensi siswa tunanetra dalam kegiatan olahraga. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(2), 423–438. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i2.14497
- Sukmayadi, T., Maarif, M., Fitri, H. R., & Dewi, A. K. (2024). Membangun Keterampilan Berpikir Kritis Mahasiswa melalui Literasi Kewarganegaraan di Universitas Ahmad Dahlan. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 12(2).
- Wahid, F. S., Setiyoko, D. T., Riono, S. B., & Saputra, A. A. (2020). Pengaruh Lingkungan Keluarga Dan Lingkungan Sekolah Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(8), 555. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i8.1526>

- Wahyono, T., Mashar, R., & Rahmawati, I. Y. (2021). Kegemaran Menyimak Channel Kisah Islami Berdampak Positif pada Peningkatan Keterampilan Berbicara Anak Usia Dini. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 9(2), 91–99. <https://doi.org/10.24269/dpp.v9i2.4043>
- Wardani, E. R., Fathurohman, I., & Kuryanto, M. S. (2021). Nilai Karakter Religius Cerita Rakyat Pertapaan Ratu Kalinyamat Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Progres Pendidikan*, 2(1), 48–54. <https://doi.org/10.29303/prospek.v2i1.1110>
- Widiastuti, N. L. G. K. (2020). Layanan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Dengan Gangguan Emosi dan Perilaku. *Indonesian Journal Of Educational Research and Review*, 3(2), 1. <https://doi.org/10.23887/ijerr.v3i2.25067>
- Wulandari, R. R. (2019). Analisis Kemampuan Menyimak Pembelajaran Bahasa Indonesia Pada Siswa Kelas XI Di SMK Telkom Bandung. *Politeknik TEDC*, 13(2), 1-7.
- Zahrok, A., & Harsiwi, N. E. (2024). Pembelajaran Bagi Siswa Berkebutuhan Khusus Tunarungu di SLB Negeri Keleyan. *Jurnal Rumpun Ilmu Bahasa dan Pendidikan*, 2(3).