

ABSTRAKSI

Memiliki anak yang sehat, aktif, dan cerdas adalah impian setiap orang tua. Sayangnya terkadang ada beberapa orang tua yang tidak dapat memiliki anak seperti yang diinginkan. Sang anak terlahir dengan kondisi yang tidak sempurna. Ketidaksempurnaan itu dapat berupa cacat fisik maupun mental. Reaksi pertama orang tua yang paling mungkin adalah kekecewaan dan kesedihan mendalam, yang kemudian menyebabkan rasa malu. Perasaan malu ini pula yang membuat para orangtua memilih untuk bersembunyi dan menutup-nutupi keadaan anaknya dari lingkungan sekitar daripada mencari informasi yang benar mengenai kelainan tersebut. Banyak sekolah-sekolah khusus ataupun pusat konsultasi yang menangani anak dengan kelainan mental, namun tak banyak orang tua yang merespon secara positif. Alasannya karena tak ingin aib yang dibawa sang anak tersebar keluar rumah.

Berdasarkan pandangan diatas maka peneliti melakukan penelitian pada anak autis. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui peningkatan bina diri pada anak autis yang mendapatkan pembelajaran renang.

Tidak mudah mengajarkan sesuatu pada anak-anak yang memiliki kelainan mental atau autisme. Misalnya berenang, olahraga ini memberikan stimulus otak yang bagus. Bukan hanya anak normal yang bisa mendapatkan kesenangan seperti bermain dan berenang, anak autisme pun bisa melakukannya, namun dibutuhkan ketelatenan ekstra dari orangtua agar anak autisme dapat berkembang dengan baik.

Autisme berasal dari kata “*auto*” yang berarti sendiri. Anak penyandang autisme seakan-akan hidup didunianya sendiri. Autisme adalah ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan penguasaan yang tertunda, echolalia, mustism, membalik kalimat, adanya aktivitas bermain yang repetitive dan stereotipik, rute ingatan yang kuat dan keadaan obsesif untuk mempertahankan keteraturan didalam lingkungannya.

Anak autisme memiliki ciri utama yaitu gerakan stereotype berulang yang tidak memiliki tujuan (berulang-ulang memutar benda), menepukkan tangan, berayun kedepan dan kebelakang dengan lengan memeluk kaki serta sebagian anak menyakiti diri sendiri.

Gejala pada anak autisme akan tampak semakin jelas pada saat anak berusia 3 (tiga) tahun, namun sesungguhnya gejala nampak sejak anak berusia 2 bulan yang diawali dengan pemahaman orang tua terhadap tangisan anak.

Berdasarkan aspek perkembangan bahasa yang nampak pada anak autisme adalah jika tangisan sulit dipahami, ocehan tidak normal, tidak ada peniruan bunyi dan kata-kata yang muncul tidak bermakna. Pada saat usia 24 bulan tanda yang muncul akan semakin jelas, diantaranya yaitu : kurang dari 15 kata yang dikuasai oleh anak, bahasa tubuh tidak berkembang, penekanan kata yang aneh.

Pada aspek perkembangan interaksi sosial anak autis cenderung menunjukkan perilaku yang pasif, sebagian kecil mudah marah, sedikit kontak mata, menarik diri, menolak untuk berinteraksi, senang menyendiri, sensitif dan tidak bisa memaknai hukuman.

Jika dilihat dari perkembangan imajinasinya dapat dilihat bahwa anak autisme akan mengulang gerakan motorik mungkin mendominasi kegiatan sadar, penggunaan mainan yang tidak biasa seperti memutar, menjentik dan membariskan benda, menjilati benda/mainan, terus menerus melakukan gerak repetitif (mematung, memutar, berjingkat dll), dan tidak mampu bermain sosiodrama.

Penelitian dilakukan di kolam renang KONI Jatim selama 7 tahun (2008-2015), dengan rincian pertemuan : satu kali dalam satu minggu dan satu jam setiap tatap muka. Pelatih renang klien adalah seorang perempuan mantan atlet renang Jatim.

Pada bulan pertama klien belajar renang, klien tidak berani menyentuh air kolam, yang dilakukan hanya bermain di tepi kolam. Pelatih berusaha untuk membangun rapport dengan klien agar klien dapat melaksanakan instruksi yang diberikan dengan baik. Bulan pertama klien belum mampu untuk fokus dan tidak ada kontak mata dengan pelatih renangnya, selain itu klien tidak mampu mengendalikan gerak tubuhnya yang cenderung tidak terkontrol, sering marah pada ibunya dan komunikasi tidak bisa berjalan dengan baik karena klien tidak mampu fokus pada pembicaraan ataupun menatap lawan bicaranya.

Menginjak bulan keenam, perubahan mulai nampak. Klien mulai berani bermain air di kolam yang dangkal, sudah mulai terjalin rapport dengan pelatih dan sudah ada kontak mata dengan pelatih.

Praktis ditahun pertama klien berlatih, klien tidak melakukan latihan renang sama sekali. Pelatih beranggapan bahwa membangun raport yang baik jauh lebih penting daripada memaksakan klien berlatih dengan perasaan takut.

Tahun kedua klien mulai merasa nyaman di dalam air dan walaupun belum sempurna saat melakukan pemanasan sebelum masuk ke kolam, namun klien dapat memahami instruksi dan melaksanakannya.

Tahun ketiga, klien dapat melakukan pemanasan sendiri tanpa diinstruksikan oleh pelatih, sudah ada kontak mata saat bicara dan sudah mengenal beberapa gaya dalam berenang.

Tahun 2010, gerakan klien semakin sempurna. Klien berhasil menyabet medali emas gaya dada dan medali perak dengan gaya bebas pada PORNAS pertama yang klien ikuti. Selanjutnya prestasi klien yang lain adalah pada tahun 2014, klien berhasil meraih medali perak gaya bebas 50 meter dan medali perunggu 50 meter dengan gaya dada.

Peneliti menggunakan angket untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada klien selama proses pembelajaran renang berjalan. Angket yang diberikan peneliti pada orangtua dan pelatih, menunjukkan adanya perubahan pada bina diri, motorik, kontak mata, emosi dan komunikasi.

Sebelum terapi diberikan, klien tidak bersedia melakukan kontak mata pada orang yang mengajak bicara ataupun menengok pada saat dipanggil. Sering menangis dan marah-marah tanpa sebab dan tidak mampu mengendalikan diri, gerakan tubuhnya sulit dikendalikan/tidak terarah. Klien cenderung tidak bisa diam dalam waktu yang lama sehingga sering merusak barang/mainan yang baru

dibeli. Klien tidak mampu melakukan/memenuhi kebutuhan pribadi secara mandiri, termasuk diantaranya yaitu makan selalu disuapi atau ganti baju harus mendapatkan bimbingan/arahan dari orangtuanya.

Pada awal mengikuti latihan renang, pelatih juga mengatakan bahwa klien tidak dapat fokus/konsentrasi sehingga tidak bisa mengikuti dan melaksanakan instruksi dengan baik. Klien menunjukkan sikap menolak pada pelatih dan sering marah-marah tanpa sebab. Pelatih juga mengatakan bahwa klien tidak mampu memenuhi kebutuhan pribadinya secara mandiri ia selalu mendapatkan bantuan dari ibunya. Selain itu ia tidak mampu menatap mata pelatih pada saat pelatih memberikan instruksi, pandangan klien tertuju di tempat lain dan cenderung tidak memperhatikan pelatih.

Berbeda setelah klien menjalani terapi renang, walaupun belum dapat mencapai hasil sempurna namun klien menunjukkan perubahan ke arah yang baik. Klien mampu fokus/konsentrasi dengan baik sehingga dapat melaksanakan instruksi yang diberikan pelatih dengan baik. Klien dapat melakukan pemanasan sebelum masuk ke kolam dengan baik. Menengok saat dipanggil dan menatap mata pada lawan bicaranya. Klien mulai jarang marah dan bisa mengendalikan gerakan tubuhnya. Bersedia menyapa orang yang baru dikenalnya dan mulai bisa memenuhi kebutuhan pribadinya secara mandiri.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran renang dapat meningkatkan bina diri pada anak autis yang mendapatkan pembelajaran renang.