

PENGARUH BELADIRI TAEKWONDO TERHADAP KEMAMPUAN KOMUNIKASI DAN PRESTASI ANAK DENGAN GANGGUAN AUTIS

**Putri Damayanti¹, Muhammad Adhika Rizqiansyah Sy²,
Maya Masyita Suherman³**

¹Damayantiput06@gmail.com, ²Adhikaka55@gmail.com,
³mayasuherman57@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstrak

Olahraga merupakan aktifitas yang sudah menjadi kebutuhan manusia karena dengan tingkah laku atau aktifitas olahraga yang teratur, terukur dan terarah maka akan menjadikan jiwa dan raga manusia menjadi lebih baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui cara atau teknik seperti apa yang digunakan pada Club Taekwondo Dojang Cahaya Prestasi Di Kota Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang mengarah pada penelitian studi kasus. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik wawancara dan observasi langsung terhadap siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu siswa mengidap kelainan autis akut yang memiliki perkembangan yang sangat bagus dan cepat.

Kata Kunci: Beladiri Taekwondo, Kemampuan Komunikasi, Prestasi dan Gangguan Autis

PENDAHULUAN

Tingginya jumlah penyandang autisme terus mengalami peningkatan. Berdasarkan data CDC (*Center for Diseases Control and Prevention*) pada tahun 2006 memperlihatkan bahwa jumlah anak autisme meningkat yaitu sekitar 60 per 10.000 kelahiran, atau satu diantara 150 penduduk. Saat ini di Inggris perbandingan untuk anak normal dan autism 1:100. Pada beberapa daerah di Amerika angka ini bisa mencapai satu diantara 100 penduduk. Jumlah sebesar ini bisa dikatakan sebagai “wadah”, olehnya itu di Amerika autism sudah dinyatakan sebagai *national alarming*. Berdasarkan data dari Departemen Pendidikan Amerika bahwa peningkatan penyandang autism di Amerika cukup menakutkan, yaitu di angka 10-17% pertahun. Jumlah penyandang autism di Amerika saat ini sebanyak 1,5 juta orang anak. Pada dekade berikut diprediksi jumlah penyandang autism sekitar empat juta di Amerika (Sutadi, 2015)

Ketua Yayasan Autisme di Indonesia mengungkapkan terjadinya peningkatan yang luar biasa. Pada sembilan tahun yang lalu angka penyandang autisme di Indonesia diprediksi 1 : 5000 anak, sekarang melonjak di angka 1 : 500 anak. Tahun 2000 yang lalu, staf bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia memprediksi anak penyandang autisme di Indonesia kurang lebih 6.900 (Moore,2010). Di Sumatera Utara sendiri sampai saat ini belum ada data resmi berapa sebenarnya jumlah anak penderita autisme. Dari survey yang dilakukan 3 institusi yang menangani masalah autisme pada anak., jumlah penderita autisme yang ditangani semakin meningkat (Kompas,2008).

Pada umumnya anak dengan gangguan autisme memiliki karakteristik yang berbeda-beda tiap individunya baik dalam proses pertumbuhan maupun perkembangan. Berdasarkan penelitian Budiman (2001) menunjukkan angka situasi autisme yang ada pada tahun 1987 yaitu 1.500 pada tahun 2001 mengalami peningkatan di angka 1150 dan pada tahun 2003 berada di angka 152 per 10.000 anak, jumlah ini merupakan peningkatan yang tajam dibanding 10 tahun terakhir yang hanya 2-5 per 10.000 anak.

Ketidakmampuan anak penyandang autisme untuk mengalihkan perhatian atau berkonsentrasi pada hal yang lain dengan cepat merupakan ciri khas dari anak autisme, (Budiman, 2001). Tanpa konsentrasi seseorang tidak akan mampu untuk melakukan aktifitas secara optimal, begitupula dengan anak berkebutuhan khusus, tanpa konsentrasi anak tersebut tidak akan mencapai prestasi yang optimal sesuai dengan tujuan pembelajaran (Rosaliati, 2016). Menurut Darmono (2010) Mendefinisikan konsentrasi adalah usaha yang diperlukan untuk mengarahkan aktifitas mental dalam kegiatan tertentu. Sedangkan menurut Singgih (2008) konsentrasi adalah suatu proses yang mengarahkan kesadaran sehingga dapat menggunakan fungsi indra secara baik untuk melaksanakan aktifitas.

Olahraga merupakan aktifitas yang sudah menjadi bagian terpenting dalam hidup seseorang karena dengan aktifitas olahraga yang terjadwal, dapat diukur dan mempunyai tujuan maka akan membuat jiwa dan raga seseorang jadi lebih baik. Olahraga berfungsi untuk meningkatkan kesehatan dan kesegaran jasmani. Olahraga juga berfungsi untuk meraih prestasi dalam kejuruan-kejuruan baik tingkat provinsi, nasional, maupun internasional. Dari berbagai jenis olahraga prestasi yang ada, beladiri merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang cepat di Indonesia antara lain Taekwondo (Korea), Pencak Silat (Indonesia), Karate (Jepang), Kung-fu (China), Boxing (Amerika), dan masih banyak lagi jenis atau

nama-nama beladiri yang masuk dan berkembang di Indonesia. Taekwondo adalah seni bela diri yang awal mulanya dari Korea. Olahraga ini melaju dengan cepat di Indonesia dan diminati oleh berbagai kalangan masyarakat di seluruh dunia.

Keanggotaan taekwondo terbuka untuk umum sehingga banyak yang menjadi peminatnya, baik itu orang dewasa, remaja bahkan anak-anak pun gemar mengikuti. Dengan pesatnya perkembangan olahraga bela diri taekwondo dan adanya minat masyarakat yang cukup tinggi, banyak klub taekwondo berdiri dan dibentuk dengan tujuan sebagai teman latihan atau sarana perkembangan bakat bagi usia muda. Remaja, dewasa, maupun sebagai pemula untuk menjadi seorang atlet beladiri taekwondo. Klub taekwondo juga merupakan wadah positif bagi anak agar terhindar dari dampak negatif era globalisasi sekarang ini. Selain itu olahraga taekwondo memiliki banyak manfaat seperti mendorong perkembangan tumbuh kembang anak, pengembangan moral, dan kepribadian anak dengan baik dan juga sangat untuk perkembangan otak.

Studi kasus yang terjadi tentang taekwondo yang mengubah hidup bocah penyandang autisme. Ethan Fineshriber kini naik ke kelas 7 dan memiliki banyak teman serta penggemar. Bocah 11 tahun asal Sandy Utah Amerika Serikat ini didiagnosis dengan autisme saat berumur 3 tahun. Autisme membuat Ethan Fineshriber sulit berkomunikasi. Tetapi olahraga bela diri Taekwondo membantu Ethan menjadi lebih percaya diri dan bisa bersosialisasi. Autisme tidak menghalangi Ethan meraih prestasi. Dia mendapatkan juara pertama pada turnamen taekwondo Nasional pada Maret 2013. Karena manfaat bimbingan belajar ini dapat menciptakan interaksi sosial yang baik terhadap anak-anak yang lain dan akan membuatnya lebih mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri sehingga pada akhirnya dapat menumbuhkan kepercayaan diri dan kemandiriannya.

Dalam hal ini anak-anak autisme tidak dapat melakukan aktifitas tersebut secara sendiri dan sangat memerlukan pengawasan. Pengawasan dalam hal ini berfungsi untuk menjaga dari ketidakmampuannya menyeimbangkan berfikir, bertindak laku dan berkonsentrasi. Instruktur beladiri Taekwondo dianggap yang paling mampu dalam mengawasi anak dalam beladiri. Instruktur beladiri taekwondo memberikan metode pelatihan harus dapat membedakan cara melatih dengan anak-anak yang normal. Jadi yang menjadikan latar belakang penelitian ini adalah menjelaskan layanan bimbingan belajar pribadi-sosial untuk siswa dengan gangguan autisme dalam konteks beladiri taekwondo. Dan sekaligus memberikan gambaran bahwa dengan mengikuti pelatihan beladiri ini anak autisme akan mengalami perubahan dan peningkatan mobilitas.

METODE

Penelitian ini dilakukan di tempat pelatihan Taekwondo yang bernama Dojang Cahaya Prestasi yang terletak di Kota Bandung tepatnya di gedung Denang Tentara Nasional Indonesia Angkatan Darat, yang dimana dalam tempat latihan Taekwondo tersebut adanya latihan khusus untuk anak-anak yang mengalami disabilitas. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta Taekwondo yang mengalami autisme. Teknik yang digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara. Serta metode yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif yang lebih mengarahkan terhadap penelitian studi kasus. Sumber data penelitian diperoleh dari hasil wawancara dengan pelatih Taekwondo serta observasi ketika latihan berlangsung, yang dimana ketika latihan berlangsung dapat mengetahui bagaimana perkembangan yang dilalui oleh anak autisme tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kata *autism* berasal dari bahasa Yunani yang terbagi menjadi dua kata yaitu “aut” yang berarti “diri sendiri” dan “ism” yang artinya “orientasi atau arah atau keadaan (state)”. Sehingga *autism* dapat diartikan sebagai keadaan seseorang yang terlalu asik dengan dirinya sendiri (Reber, 1985 dalam Trevarthen dk, 1998). Pengertian ini merujuk pada bagaimana anak-anak autis gagal bertindak dengan minat pada orang lain, tetapi kehilangan beberapa hal menonjol dari perilaku mereka, tidak mampu membuat orang lain memahami dunia mereka.

Anak-anak *autistic* juga menunjukkan komunikasi yang abnormal dan terfokus pada masalah menggunakan bahasa dalam membangun komunikasi sosial, tidak adanya keseimbangan dan kurangnya *feedback*, serta penggunaan bahasa. Autisme adalah suatu kondisi dimana sejak lahir ataupun sejak masa balita, yang membuat dirinya tidak bisa membentuk hubungan sosial atau komunikasi yang normal. Akibatnya anak tersebut terisolasi dari orang lain dan masuk dalam dunia *repetitive*, aktivitas dan minat yang obsesif. (Baron-Cohen, 1993).

Autisme bukan suatu gejala penyakit akan tetapi merupakan sindroma (kumpulan gejala) dimana terjadi penyimpangan perkembangan sosial, kemampuan bahasa dan kepedulian terhadap lingkungan sekitar. Sehingga anak autisme seperti hidup dalam dunia sendiri. Autism merupakan suatu keadaan dimana seorang anak berbuat semaunya sendiri baik cara berfikir maupun berperilaku. Keadaan ini terjadi pada usia masih kecil biasanya pada usia 2-3 tahun.

Autism ini tidak memandang golongan, baik yang sosio ekonomi mapan maupun kurang, anak amapun dewasa dan semua etnis. Seni bela diri seperti Karate, judo, dan taekwondo adalah olahraga yang memungkinkan interaksi fisik dengan orang lain. Bagi anak pengidap autisme, Seni bela diri adalah cara terbaik untuk membangun kemampuan fisik dan kepercayaan dirinya.

Dari hasil penelitian yang kami lakukan di tempat latihan taekwondo cahaya prestasi khusus untuk disabilitas, ternyata tempat tersebut satu-satunya di Indonesia yang membuka latihan taekwondo khusus untuk pengidap disabilitas. Dan hasil dari wawancara kami dengan pelatih di tempat latihan tersebut terdapat beberapa kendala dalam membuka tempat latihan taekwondo khusus untuk pengidap disabilitas khususnya untuk perijinan tetapi hal tersebut bisa diselesaikan sehingga tempat pelatihan tersebut dibuka khusus untuk pengidap disabilitas. Di pelatihan tersebut selain yang mengidap autisme ada juga yang mengalami kelainan lain seperti tuna rungu, selebral pasi, tuna wicara, tuna daksa, lowfision, dan lain-lain. Serta kesulitan dalam melatih pengidap disabilitas adalah komunikasi ujar pelatih taekwondo di tempat tersebut. Dan perkembangan peserta latihan disana cukup baik dalam hal komunikasi mereka, mematuhi perintah pelatih dari cara memukul, menendang mereka bisa mengikuti kegiatan tersebut, hampir 80% mereka bisa beradaptasi dengan latihan yang diberikan oleh sang pelatih. Walaupun pelatih harus sangat memiliki rasa kasih sayang yang tinggi, dedikasih, kesabaran, keikhlasan dalam melatih atau mengajarkan anak-anak luar biasa tersebut.

Dalam club taekwondo disini ada salah satu peserta yang mengidap kelainan autisme akut yang berinisial F berumur 19 tahun dia mengikuti latihan taekwondo ini baru menginjak bulan ke 6, tetapi dia sudah bisa berbaur dengan yang lainnya meskipun ketika awal dia masuk masih belum bisa diam, tidak bisa mengikuti perintah atau arahan yang diberikan seorang pelatih. Tetapi hal tersebut hanya sementara, setelah itu dia mulai bisa mengikuti perintah dari pelatih dan mulai terbiasa berbaur dengan kawan yang lainnya. Untuk masalah sosial dengan teman yang lainnya interaksi yang dilakukan saudara F cukup bagus dia bisa menjawab ketika ada yang bertanya meskipun jawabannya tersebut masih belum sesuai, tetapi hal tersebut salah satu perkembangan dalam diri F untuk bisa berbaur satu sama lain, dan sebelumnya pun dia adalah seorang atlit atletik. F pun memiliki prestasi dalam bidang taekwondo, dia mendapatkan juara 1 dalam pertandingan taekwondo yang diperuntukkan untuk anak-anak disabilitas.

Jika dikaitkan dengan teori belajar sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura saudara F ini mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya (tempat latihan),

dia mampu mengikuti apa yang diperintahkan oleh sang pelatih, dalam hal tersebut saudara F sudah bisa memenuhi efikasi dirinya (*self efficacy*) melalui faktor faktor pengalaman vikarius yang dimana pengalaman vikarius ini diperoleh dari model sosial di lingkungannya sehingga dia bisa melakukan hal yang sama. Hal ini pun bisa disebut determinis resiprokal yang dimana adanya pendekatan yang menjelaskan bagaimana tingkah laku manusia dalam bentuk interaksi timbal-balik yang terus menerus antara saudara F dan sang pelatih.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian di atas bahwasannya dalam pelatihan taekwondo tersebut bisa membuat anak pengidap autisme mampu berkonsentrasi, mampu mengontrol emosi mereka, mampu mematuhi perintah yang dilakukan oleh pelatih mereka, serta mereka dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Taekwondo adalah salah satu cara efektif untuk tumbuh kembang anak dengan gangguan autisme, mempermudah anak untuk mengekspresikan hal-hal yang mereka miliki.

Seharusnya anak yang mengidap autisme atau semacamnya harus lebih diperhatikan lagi dikarenakan mereka pun mempunyai hak untuk hidup bersosialisasi dengan sesama mereka, karena menurut kami mereka dan anak yang lainnya pun sama, hanya saja yang membedakan adalah cara pola pikir mereka, karena mereka itu mempunyai dunianya sendiri, maka dari itu harus lebih diperhatikan dengan cara meningkatkan potensi mereka sesuai dengan kemampuan mereka seperti memasukan mereka ke tempat pelatihan olahraga seperti taekwondo, dan lain sebagainya. Peran orangtua pun sangatlah berpengaruh dalam proses tumbuh kembang anak dengan gangguan autisme atau gangguan lainnya.

REFERENSI

- Baron-Cohen, S. In *Understanding other minds: perspectives from autism*. England: Oxford University Press, 1993.
- Budiman, Melly, (2003), *Gangguan Metabolisme Pada Anak Autistik di Indonesia*, (makalah), Jakarta: Konferensi Nasional Autism – 1.
- Threvanthen, Cowyn, (1999) *Children With Autism*, second edition, Philadelphia : Jessica Kingsley Publisher.
- Threvanthen, Cowyn, (1999) *Children With Autism*, second edition, Philadelphia : Jessica Kingsley Publisher

Singgih D. Gunarsa, 2008, Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. BPK Gunung Mulia, Jakarta.

Darmono. (2010). Lingkungan Hidup dan Pencemaran : Hubungannya dengan Toksikologi Senyawa Logam. Jakarta: UI Press.

Rosaliati, Devi. 2016. *Penerapan Bermain Alat Musik Diatonis Untuk Mengembangkan Tingkat Konsentrasi Anak Tunagrahita Ringan Di SDLB- C AKW II Surabaya*. Sekeripsi tidak diterbitkan. Pendidikan pendidikan Pendidikan, Surabaya. Luar Biasa, Fakultas Ilmu Luar Biasa, Fakultas Ilmu Surabaya: Universitas Negeri

Sutadi, Rudy dan Lisa Anwar. (2015). Smart ABA: Mengajar Dan Melatih Bicara Pada Penyandang Autisme Dengan Smart ABA (Applied Behavior Analysis). Surabaya.