

## **Penerapan “Blind SAIH” dalam 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat untuk Meningkatkan Penguatan Karakter Murid Hambatan Penglihatan**

**Nickita Kiki Praditya**

SLB Negeri 1 Bantul, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

[nickita.kiki@gmail.com](mailto:nickita.kiki@gmail.com)

**Abstrak:** *Best practice* sebagai pendukung penerapan 7 KAIH dilakukan dengan membuat modifikasi Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) bagi peserta didik hambatan penglihatan. Modifikasi Senam Anak Indonesia Hebat “Blind SAIH” bagi peserta didik hambatan penglihatan dilakukan tanpa mengubah esensi gerakan aslinya. Modifikasi dilakukan pada modifikasi gerakan, penggunaan clue untuk setiap perpindahan gerakan dan modifikasi hitungan. Penerapan “Blind SAIH” diimplementasikan setiap hari di Jurusan Tunanetra SLB Negeri 1 Bantul. Metode dalam penulisan *best practice* ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Tahapan dalam kegiatan *best practice* ini terdiri dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Penulis memberikan angket kepada peserta didik terkait evaluasi penerapan “Blind SAIH” khususnya yang kemudian dianalisis dan dijadikan dasar sebagai penentuan kesimpulan. Berdasarkan hasil angket, diketahui bahwa adanya peningkatan kesadaran berolahraga. Peserta didik yang memiliki penguatan karakter dalam senang berolahraga menggunakan dari 55 menjadi 80, dengan menggunakan lima indikator penilaian kemandirian yaitu sangat kurang, kurang, cukup, baik dan sangat baik. Berdasarkan indikator tersebut, diketahui penguatan karakter untuk gemar berolahraga peserta didik dapat meningkat. Dengan demikian, dapat disimpulkan modifikasi “Blind SAIH” dapat meningkatkan penguatan karakter gemar berolahraga peserta didik berkebutuhan khusus.

**Kata kunci:** 7 kebiasaan anak indonesia hebat; senam anak indonesia hebat; penguatan karakter; peserta didik hambatan penglihatan.

### **Implementation of “Blind SAIH” in 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat to Improve Character Building of Students with Visual Impairments**

**Abstract:** *Best practice* to support the implementation of 7 KAIH is carried out by making modifications to the Great Indonesian Children's Gymnastics (SAIH) for students with visual impairments. Modifications to the Great Indonesian Children's Gymnastics "Blind SAIH" for students with visual impairments are carried out without changing the essence of the original movements. Modifications are made to the movement modifications, the use of clues for each movement transition and modifications to the count. The application of "Blind SAIH" is implemented every day in the Department of Blindness SLB Negeri 1 Bantul. The method in writing this best practice uses a qualitative descriptive approach. The stages in this best practice activity consist of the preparation stage, the implementation stage and the evaluation stage. The author gave a questionnaire to students regarding the evaluation of the implementation of "Blind SAIH" in particular which was then analyzed and used as a basis for determining conclusions. Based on the results of the questionnaire, it was found that there was an increase in awareness of exercise. Students who had a strengthening character in enjoying exercise used from 55 to 80, using five indicators of independence assessment: very poor, less, sufficient, good and very good. Based on these indicators, it was known that the strengthening of the character to like exercise in students can increase. Thus, it can be concluded that the modification of "Blind SAIH" can increase the strengthening of the character of liking exercise in students with special needs.

**Keywords:** 7 kebiasaan anak indonesia hebat; great indonesian children's gymnastics; character strengthening; students with visual impairments.

#### **1. Pendahuluan**

Pemerintah Republik Indonesia memiliki 8 misi yang disebut dengan Asta Cita untuk mewujudkan Bersama Indonesia Maju Menuju

Indonesia Emas 2045. Asta Cita tersebut adalah (1) memperkokoh ideologi Pancasila, demokrasi dan hak asasi manusia; (2) memantapkan sistem pertahanan keamanan negara dan mendorong

kemandirian bangsa melalui swasembada pangan, energi, air, ekonomi kreatif, ekonomi hijau, dan ekonomi biru; (3) meningkatkan lapangan kerja yang berkualitas, mendorong kewirausahaan, mengembangkan industri kreatif, dan melanjutkan pengembangan infrastruktur; (4) memperkuat pembangunan sumber daya manusia (SDM), sains, teknologi, pendidikan, kesehatan, prestasi olahraga, kesetaraan gender, serta penguatan peran perempuan, pemuda dan penyandang disabilitas; (5) melanjutkan hilirisasi dan industrialisasi untuk meningkatkan nilai tambah di dalam negeri; (6) membangun dari desa dan dari bawah untuk pemerataan ekonomi dan pemberantasan kemiskinan; (7) memperkuat reformasi politik, hukum, dan birokrasi, serta memperkuat pencegahan dan pemberantasan korupsi dan narkoba; (8) memperkuat penyelarasan kehidupan yang harmonis dengan lingkungan, alam, dan budaya, serta peningkatan toleransi antarumat beragama untuk mencapai masyarakat yang adil dan makmur (Portal Informasi Indonesia, 2024).

Dalam mewujudkan Indonesia Emas 2045, sesuai Asta Cita ke-4 diperlukannya Sumber Daya Manusia (SDM) yang unggul dan berkarakter. Sehingga, karakter ini dapat terbentuk melalui pembiasaan sehari-hari yang berkelanjutan. Diharapkan dapat membentuk generasi yang tangguh, unggul bagi bangsa. Menurut Kemendikdasmen (ix-x, 2025), berdasarkan perspektif agama, sosiologi, dan psikologi (*neuroscience*), dapat disimpulkan bahwa kebiasaan adalah elemen kunci dalam membangun karakter dan mencapai kesuksesan. Sejalan dengan pemahaman ini, Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah meluncurkan Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat pada 27 Desember 2024 sebagai langkah strategis menuju generasi emas Indonesia 2045.

Gerakan ini bertujuan membentuk anak-anak Indonesia dengan karakter yang tangguh dan berdaya saing. Tujuh kebiasaan yang diperkenalkan meliputi Bangun Pagi: Menanamkan kedisiplinan dan kesiapan menghadapi hari, beribadah: Membentuk pribadi yang memiliki nilai spiritual kuat, berolahraga: Mendorong kebugaran fisik dan kesehatan mental, Makan Sehat dan Bergizi: Menunjang pertumbuhan dan kecerdasan, Gemar Belajar: Menumbuhkan rasa ingin tahu dan kreativitas, Bermasyarakat: Mengajarkan kepedulian dan tanggung jawab sosial, Tidur Cepat: Memastikan kualitas istirahat yang baik.

Pembelajaran abad 21 memungkinkan pembelajaran berbasis teknologi yang kini

semakin berkembang (Rosnaeni, 2021). Pembelajaran abad 21 secara sederhana dapat diartikan sebagai pembelajarab yang memberikan kecakapan abad 21 kepada peserta didik, yaitu 4C yang meliputi (1) *communication*, (2) *collaboration*, (3) *critical thinking and problem solving*, (4) *creative and innovative* (Imron, 2022).

Peserta didik yang penulis didik yaitu tunanetra. Menurut Hallahan, Kauffman dan Pullen (2009) "*Legally blind is a person who has visual acuity of 20/200 or less in the better eye even with correction (e.g., eyeglasses) or has a field of vision so narrow that its widest diameter subtends an angular distance no greater than 20 degrees*". Dari pengertian di atas dapat diartikan bahwa buta total adalah keadaan seseorang yang tidak mampu melihat dari 20/200 atau lebih setelah dikoreksi ketajaman penglihatannya. Dalam kehidupan sehari-hari aktivitas yang dikerjakan tidak selalu berjalan dengan baik, terkadang terdapat permasalahan terutama dalam kemandirian. Permasalahan tersebut dapat diatasi dengan kemampuan berpikir atau menalar. Hal tersebut dapat diperoleh melalui proses belajar termasuk bagi peserta didik tunanetra. Peserta didik tunanetra diharapkan mampu melakukan kegiatan sehari-hari (*activity daily living*) secara mandiri.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan kepada dua belas peserta didik hambatan penglihatan Jurusan Tunanetra SLB Negeri 1 Bantul diperoleh hasil tingkat kesadaran untuk berolahraga sangat rendah dan berbeda-beda. Intensitas peserta didik dalam berolahraga sangat kurang. Data kemampuan peserta didik hambatan penglihatan pada semester I Tahun Pelajaran 2024/2025 didapat hasil seperti pada Tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Kemampuan Awal

No.	Nama Peserta Didik	Intensitas (perminggu)
1.	YL	1
2.	JS	1
3.	AR	1
4.	RN	1
5.	KN	1
6.	AZ	3
7.	RH	1
8.	VA	1
9.	DD	1
10.	FN	3
11.	YD	1
12.	CH	4

Berdasarkan observasi di Jurusan Tunanetra SLB Negeri 1 Bantul peserta didik hambatan penglihatan terhadap kesadaran dalam berolahraga belum maksimal dalam satu minggu rata-rata peserta didik hambatan penglihatan hanya berolahraga satu kali dalam seminggu dan pelaksanaan olahraga di sekolah saat hari jumat. Hal tersebut berdasarkan data sebelum peluncuran Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH). Peluncuran Senam Anak Indonesia Hebat dilaksanakan pada bulan Desember 2024. SAIH mulai diimplementasikan di sekolah sejak Januari 2025.

Kegiatan Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) sebagai pendukung langkah penerapan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat (KAIH) dalam berolahraga. Pagi Ceria Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) SLB Negeri 1 Bantul dilaksanakan setiap 3 kali dalam seminggu (selasa, rabu, kamis) di jurusan masing-masing dan hari jumat SAIH bersama semua jurusan. Pagi Ceria dilakukan dengan susunan sebagai berikut pembukaan (pengondisian), Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH), Indonesia Raya, Lagu Daerah, Doa dan penutup.

Pada pelaksanaan Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) yang pertama dilakukan secara bersamaan dengan melihat video senam yang sudah dibagikan oleh Kemendikdasmen. Berdasarkan hasil observasi peserta didik hambatan penglihatan hanya diam tidak mampu melihat dan menirukan gerakan Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) pada layar TV besar. Peserta didik hambatan penglihatan mengaku tidak bisa mengikuti SAIH. Kondisi tersebut menghambat kemampuan peserta didik dalam berolahraga secara mandiri. Keterbatasan jumlah guru juga menjadi faktor yang mampu membuat SAIH tidak berjalan dengan baik. Peserta didik hambatan penglihatan tidak dapat diberikan *prompt* satu per satu karena jumlah guru yang terbatas.

Berdasarkan hal tersebut penulis menginisiasi sebuah ide membuat modifikasi gerakan senam dan olahraga yang adaptif bagi peserta didik berkebutuhan khusus. Olahraga adaptif merupakan olahraga yang telah dimodifikasi untuk mempertemukan kebutuhan-kebutuhan siswa yang membutuhkan perlakuan khusus. Tujuannya untuk membentuk siswa tersebut dalam mengambil manfaat bagi perkembangan jasmani, emosi, dan sosial yang sehat (Raharjo & Kinanti, dalam Lia Dwi Setyaningsih, et., 2022). Olahraga adaptif dimaksudkan agar siswa yang memiliki kebutuhan khusus bisa terlibat secara aktif dan mencapai hasil belajar yang optimal.

“*Blind SAIH*” merupakan modifikasi gerakan Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) dengan melakukan modifikasi gerakan sesuai hasil asesmen gerakan senam masing-masing peserta didik berkebutuhan khusus. Setiap perpindahan gerakan diberikan *clue* untuk mempermudah tanda gerakan. Hitungan disesuaikan dengan kecepatan gerakan Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) peserta didik hambatan penglihatan. Musik SAIH juga dimodifikasi dengan genre lagu campursari, koplo dan pendinginan dengan keroncong. Selain itu agar peserta didik hambatan penglihatan tetap lurus sesuai barisan, peserta didik hambatan penglihatan diberikan karpet untuk *landmark* dan peletakan speaker di depan barisan.

Kondisi tersebut dapat membantu peserta didik hambatan penglihatan dalam melakukan Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) dengan baik. Aransemen lagu Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) dimodifikasi oleh peserta didik hambatan penglihatan jenjang SMALB. Peserta didik hambatan penglihatan mengedit lagu dengan *genre* campursari, koplo dan keroncong serta mengedit hitungannya.

SAIH dipimpin oleh peserta didik yang secara terjadwal sudah dibagi masing-masing murid. Peserta didik hambatan penglihatan yang bertugas menyiapkan *speaker* dan menyiapkan barisan untuk siap dan ambil antara barisan.

Karakter kemandirian merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting untuk dimiliki, sebab selain dapat mempengaruhi kinerja individu, kemandirian juga dapat membantu seseorang untuk mencapai tujuan hidupnya (Wahyu, Ardhana, Prihma, 2019). Sehingga perlunya kemandirian bagi peserta didik tunanetra melalui penerapan 7 KAIH.

Program orientasi dan mobilitas diberikan pada peserta didik tunanetra sebagai program kekhususan. Pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan, program orientasi mobilitas merupakan program yang berdiri sendiri dan hanya memuat pembelajaran orientasi mobilitas, sedangkan kurikulum 2013, program orientasi mobilitas terintegrasi dengan dua program khusus lainnya yaitu sosial dan komunikasi, sehingga program ini diberi nama program khusus orientasi mobilitas, sosial dan komunikasi (OMSK) (Anita & Nur, 2019). Sehingga, pembelajaran program khusus ini penting dilakukan untuk melatih kemandirian peserta didik tunanetra.

Pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus di sekolah reguler dan sekolah luar biasa (SLB), hakekatnya untuk membantu anak mengembangkan potensinya. Tujuan

pembelajaran keterampilan program khusus untuk membekali anak berkebutuhan khusus agar memiliki keterampilan kerja pasca sekolah (Nurhastuti, 2019). Keterampilan kemandirian penting dikuasai peserta didik berkebutuhan khusus untuk membantu dirinya sendiri, berkeluarga dan membantu lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan uraian di atas penulis merumuskan masalah dalam *best practice* ini adalah bagaimana “*blind SAIH*” sebagai salah satu penerapan 7 KAIH yang dapat meningkatkan penguatan karakter peserta didik tunanetra di SLB Negeri 1 Bantul?. Tujuan penulisan *best practice* ini untuk mendeskripsikan penerapan “*blind SAIH*” sebagai modifikasi pembelajaran interaktif yang berdampak terhadap peningkatan penguatan karakter gemar berolahraga peserta didik tunanetra di SLB Negeri 1 Bantul.

Manfaat dari *best practice* ini semoga berdampak oleh berbagai pihak. Bagi guru melalui *best practice* ini semoga dapat menginspirasi dan memperbaiki kualitas proses pembelajaran melalui pengembangan media pembelajaran interaktif dan inovatif yang bermanfaat untuk peserta didik berkebutuhan khusus. Bagi peserta didik yaitu dapat meningkatkan kesehatan dan kemandirian sesuai dengan kebutuhan belajar dan karakteristik peserta dan mampu menciptakan pembelajaran yang menarik sesuai dengan kodrat zaman. Bagi orangtua peserta didik yaitu dapat mengurangi ketergantungan anak dalam membantu dalam kegiatan sehari-hari dalam meningkatkan kemandirian. Bagi sekolah yaitu mampu meningkatkan kualitas dan mutu pendidikan dalam lingkungan satuan pendidikan.

## 2. Metode Penelitian

*Best Practice* ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif, obyek yang diteliti adalah keadaan kelas selama proses kegiatan belajar mengajar yang didukung dengan studi kuantitatif. Pada semester ganjil tahun Pelajaran 2025/2026 dari bulan Juli sampai Agustus 2025 penelitian ini dilakukan. Subjek *best practice* adalah peserta didik Jurusan Tunanetra SLB Negeri 1 Bantul yang berjumlah dua belas orang dan berjenis kelamin tujuh peserta didik laki-laki dan lima peserta didik perempuan. Peserta didik tunanetra total (*total blind*) yaitu sebanyak sebelas orang dan satu orang low vision. Keduabelas peserta didik tersebut memiliki kesadaran olahraga yang berbeda-beda.

Tahapan prosedur penelitian *best practice* ini meliputi (1) tahap persiapan, (2) tahap pelaksanaan dan (3) tahap evaluasi. Pada tahap

persiapan, peneliti menyiapkan modifikasi “*Blind SAIH*” dan instrument penelitian berupa angket dan pada pelaksanaan pembelajaran menerapkan model *Project Base Learning* yang terdiri dari tujuh tahapan. Tahapan tersebut adalah menentukan pertanyaan mendasar, mendesain perencanaan proyek, Menyusun jadwal, monitoring dan evaluasi, pengujian hasil dan evaluasi pengalaman. Sedangkan pada tahap evaluasi, peneliti menganalisis dan menggunakan Teknik analisis deskriptif.

Pengukuran tingkat kesadaran berolahraga peserta didik, lembar angket manual untuk peserta didik hambatan penglihatan jenjang SDLB dan online melalui google forms jenjang SMPLB dan SMALB digunakan peneliti sebanyak dua kali yaitu pada sebelum dan sesudah pelaksanaan Pagi Ceria Senam Anak Indonesia Hebat (SAIH) dalam penerapan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan penguatan karakter gemar berolahraga setelah menggunakan “*Blind SAIH*”. Hasil dari angket tentang kesadaran berolahraga SAIH peserta didik dianalisis menggunakan pedoman kriteria pada table 3 berikut.

Tabel 3. Tingkat Kemandirian Peserta Didik

Presentase Kemandirian	Interpretasi
<20%	Tidak Mau Melakukan
21%- 40%	Berolahraga 1-2 kali seminggu
41%- 60%	Berolahraga 3 kali seminggu
61%- 80%	Berolahraga 4-6 semiggu
81%- 100%	Berolahraga 7x seminggu

Peneliti melakukan analisis deskriptif setelah memperoleh hasil angket yang telah disebarkan kepada peserta didik hambatan penglihatan di SLB Negeri 1 Bantul. Kemandirian merupakan suatu sikap individu yang diperoleh secara kumulatif selama perkembangan, Dimana individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungan, sehingga individu pada akhirnya akan mampu berpikir dan bertindak sendiri. Dengan kemandiriannya seseorang dapat memilih jalan hidupnya dengan lebih mantap (Devi & Asih, 2022). Sehingga peserta didik tunanetra dapat mandiri dalam kemampuan *life skills*.

Dari tinjauan pustaka tersebut, maka melalui penelitian *best practice* ini penulis ingin mengetahui bagaimana “*Blind SAIH*” sebagai pembelajaran interaktif dapat meningkatkan penguatan karakter berolahraga peserta didik hambatan penglihatan.



### 3. Hasil dan Pembahasan

*Best practice* ini berupaya untuk meningkatkan karakter peserta didik hambatan penglihatan menggunakan “*Blind SAIH*” yang dilakukan selama kegiatan Pagi Ceria Jurusan Tunanetra di SLB Negeri 1 Bantul. Pembahasan pada penelitian ini dijabarkan melalui empat langkah yaitu kondisi awal, pelaksanaan praktik hambatan, strategi pemecahan masalah, dampak dan kelanjutan.

Hasil kondisi awal kesadaran berolahraga peserta didik hambatan penglihatan Jurusan Tunanetra di SLB Negeri 1 Bantul masih kurang. Mayoritas murid berolahraga seminggu satu kali saat di sekolah.

Berdasarkan hasil tersebut, penulis memutuskan untuk menggunakan “*Blind SAIH*” sebagai upaya meningkatkan karakter gemar berolahraga peserta didik hambatan penglihatan.

Penelitian *best practice* ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Menurut Iman Gunawan dalam Sugiyono (2007) dalam melaksanakan penelitian deskriptif kualitatif terdapat 3 tahapan yaitu (1) tahapan persiapan, (2) tahap pelaksanaan, dan (3) tahap evaluasi. Pertama, pada tahap persiapan penulis membuat rancangan gerakan sesuai hasil asesmen gerak pada masing-masing peserta didik. Penulis berkolaborasi dengan rekan sejawat di Jurusan Tunanetra. Setelah membuat modifikasi gerak lalu membuat clue untuk setiap pergantian gerakan. Pada tahap pelaksanaan setelah melewati Latihan sekitar 3 minggu peserta didik bersiap melakukan “*Blind SAIH*” sesuai jadwal pagi ceria yaitu hari Selasa, Rabu dan Kamis.

Kedua, tahap pelaksanaan pembelajaran yang menerapkan model Project Base Learning.

Langkah-langkah pembelajaran Project Based Learning, meliputi (1) menentukan

pertanyaan dasar; (2) membuat desain proyek; (3) menyusun penjadwalan; (4) memonitor kemajuan proyek; (5) penilaian hasil; (6) evaluasi pengalaman (Riani, 2022). Pelaksanaan pembelajaran dimulai pada tahap menentukan pertanyaan mendasar. Peserta didik tunanetra diminta menentukan pertanyaan-pertanyaan yang ada atau perencanaan proyek yang akan mereka lakukan sesuai dengan tahapan kemampuan yang akan mereka kembangkan dan juga sesuai materi yang peserta didik suka.

Peserta didik menyusun jadwal yang akan dilakukan selama penerapan 7 KAIH. Selanjutnya, penulis melakukan monitoring dan evaluasi terkait proyek penguatan karakter untuk gemar berolahraga yang peserta didik tunanetra lakukan.

Dilanjutkan dengan pengujian hasil penerapan “*Blind SAIH*”. Tahap keenam, peserta didik tunanetra melakukan evaluasi berdasarkan pilihan evaluasi yang mereka pilih baik melalui praktik langsung atau melalui berkarya.

Ketiga, tahap evaluasi implementasi “*Blind SAIH*” dengan menggunakan google forms yang berisi angket untuk mengetahui keefektifan modifikasi SAIH dalam meningkatkan penguatan karakter peserta didik tunanetra. Angket tersebut dibuat mengacu pada indikator diantaranya (1) mampu mengikuti gerakan, (2) mampu menghafal clue sesuai perpindahan gerakan, (3) mampu berolahraga lebih dari 3 kali dalam seminggu.

Dari data angket juga diketahui bahwa peserta didik tunanetra secara umum terjadi peningkatan kebiasaan dalam penguatan karakter khususnya dalam berolahraga. Peningkatan kemandirian dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Data Kebiasaan Peserta Didik Tunanetra Sebelum dan Sesudah “*Blind SAIH*”

No	Nama	Sebelum		Sesudah		Keterangan
		Nilai	Kategori	Nilai	Kategori	
1.	YL	20	Kurang	40	Cukup	Meningkat
2.	JS	20	Kurang	70	Baik	Meningkat
3.	AR	20	Kurang	70	Baik	Meningkat
4.	RN	20	Kurang	70	Baik	Meningkat
5.	KN	20	Kurang	70	Baik	Meningkat
6.	AZ	40	Cukup	80	Baik	Meningkat
7.	RH	20	Kurang	60	Cukup	Meningkat
8.	VA	20	Kurang	60	Cukup	Meningkat
9.	DD	20	Kurang	70	Baik	Meningkat
10.	FN	40	Cukup	80	Baik	Meningkat
11.	YD	20	Kurang	70	Baik	Meningkat
12.	CH	60	Cukup	90	Sangat baik	Meningkat
Rerata		35	Kurang	69,2	Baik	

Berdasarkan tabel 4 data peserta didik tunanetra sebelum dan sesudah penggunaan “Blind SAIH” dapat disampaikan bahwa penggunaannya dapat meningkatkan penerapan 7 KAIH peserta didik dan meningkatkan penguatan karakter dalam hal gemar berolahraga pada peserta didik tunanetra. Data menunjukkan kedua belas peserta didik mengalami peningkatan untuk berolahraga walaupun dengan peningkatan yang berbeda-beda.

Hasil penelitian *best practice* ini sejalan dengan penelitian terdahulu dari Mika dkk (2024) bahwa Olahraga yang adaptif bagi disabilitas memiliki peran penting untuk dunia inklusi dan aksesibilitas fasilitas olahraga dalam menciptakan ruang yang nyaman bagi disabilitas. Olahraga senam merupakan solusi yang aman dan terjangkau bagi disabilitas untuk meningkatkan motoriknya. Senam ini dilakukan bersama-sama dengan dipandu oleh seorang instruktur senam melalui gerakan-gerakan yang mudah dilakukan oleh disabilitas. Hal ini berarti jika implementasi tersebut dikembangkan maka akan membantu peserta didik disabilitas dalam sadar terhadap kebiasaan berolahraga. Sehingga, penulis mengembangkan sebuah modifikasi “Blind SAIH” yang dapat meningkatkan kesadaran peserta didik disabilitas untuk melakukan SAIH dan dapat meningkatkan tercapainya Asta Cita ke-4 melalui penerapan 7 KAIH. Peningkatan kemampuan peserta didik berkebutuhan khusus tersebut juga dipengaruhi oleh dukungan dari orangtua dalam pembelajaran yang berkesinambungan antara di sekolah dan di rumah.

#### 4. Simpulan dan Saran

Penggunaan “Blind SAIH” dapat meningkatkan penerapan 7 Kebiasaan Anak Indonesia Hebat melalui berolahraga dimodifikasi sesuai kondisi dan kebutuhan peserta didik jurusan tunanetra di SLB Negeri 1 Bantul dengan tahapan mulai dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

Berdasarkan data angket didapatkan hasil bahwa peningkatan kemandirian pada kemampuan awal sebelum menggunakan “Blind SAIH”. Kesadaran berolahraga peserta didik tunanetra meningkat dari 35 menjadi 69,2.

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa “Blind SAIH” dapat membantu peserta didik tunanetra untuk gemar berolahraga melalui Senam Anak Indonesia Hebat yang dimodifikasi baik gerakan, hitungan, genre lagu dan penentuan clue perpindahan gerakan.

Saran yang dapat diberikan bagi guru untuk terus mengembangkan diri untuk tetap

berinovasi sesuai dengan perkembangan zaman dan berpusat pada peserta didik. “Blind SAIH” dapat menjadi salah satu alternatif membantu guru menciptakan pembelajaran yang fungsional dan interaktif sesuai visi sekolah yaitu “berkarakter, mandiri, berprestasi”. Selain itu, sekolah dapat membantu penyediaan sarana prasarana dalam pengembangan media pembelajaran interaktif dan meningkatkan komunitas belajar sebagai tempat berbagi praktik baik dalam meningkatkan kualitas pembelajaran.

#### Daftar Pustaka

- Anita, Y & Nur, A. (2019). Pembelajaran Program Khusus Orientasi Mobilitas bagi Peserta Didik Tunanetra di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, dan Pembelajaran*, 3(1), 1-8. <https://ojs.unm.ac.id/pembelajar/article/view/5778/pdf>
- Arafat, R, & Abdiel, A, G, A, S. (2021). Rancang Bangun Dispenser Otomatis untuk Tunanetra Berbasis Microcontroller. *Jurnal Pseudocode*, 8(2), 143-152. <https://ejournal.unib.ac.id/pseudocode/article/view/18198/8877>
- Bambang, N & Maria, C, W, T. (2024). Peran Orangtua dan Guru dalam Mengembangkan Kemampuan dan Interaksi Sosial Anak dengan Hambatan Intelektual. *Jurnal Psiko Edukasi*, 22(1), 40-48. <https://ejournal.atmajaya.ac.id/index.php/psikoedukasi/article/view/5521>
- Dadang, I. M., & Shakila, S. (2023). Penerapan Alay Bantu Tunanetra Menggunakan Fuzzy Logic dengan Teknologi IoT dalam Meningkatkan Kemandirian dan Mobilitas Pengguna. *Jurnal Ilmu Komputer Cipta Karya Informatika*, 1-7. <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/INTECOM/article/view/7883>
- Devi, N & Asih, B, K. (2022). Peningkatan Kemandirian Anak Usia Dini melalui Program Pengembangan Kemandirian. *Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan Anak*, 2(2), 112-119. <https://journal.ptiq.ac.id/index.php/elathfa/article/view/834/283>
- Hallahan, Daniel p, James m. Kauffman and Paige C Pullen. (2009). *Exceptional Learners an Introduction To Special Education*. USA: Pearson.
- Iman Gunawan. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Imron. (2022). *Pembelajaran Inovatif Abad 21 pada Materi Deskriptif Teks dengan Model*

- Pembelajaran Problem Based Learning di SMK Negeri 1 Adiwerna. Jurnal Pendidikan Cakrawala, 222-232. <https://cakrawala.upstegal.ac.id/index.php/cakrawala/article/view/179/156>
- Kemendikdasmen. (2025). Panduan Penerapan Gerakan Tujuh Kebiasaan Anak Indonesia Hebat.
- Humairo, Alifah, Amanda, Dian, Elisa, Grevilla. (2024). Gerakan aktivitas fisik bersama disabilitas sebagai bentuk implementasi bahwa semua manusia setara. 693-702. <https://riset.unisma.ac.id/index.php/jipemas/article/view/21175>
- Muhammad, W & Fikriyyah, Q, N. (2024). Implementasi Strategi Pembelajaran PAI Menggunakan Aplikasi Jieshuo pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Tunanetra Kelas 7 di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri 1 Blitar. Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah, 8(2), 582-602. <https://jurnal.stiq-amuntai.ac.id/index.php/al-madrasah/article/view/3457>
- Nurhastuti. (2019). Pelatihan Membuat Bros dari Kain Perca untuk Meningkatkan Keterampilan Hidup Siswa Tunagrahita Ringan.1-34. <https://osf.io/preprints/inarxiv/vkznf>
- Portal Informasi Indonesia. (2024). Asta Cita untuk mewujudkan Bersama Indonesia Maju Menuju Indonesia Emas 2045. <https://indonesia.go.id/kategori/editorial/8747/tantangan-besar-asta-cita-dan-keberlanjutan-pembangunan?lang=1>
- Riani Puji Utami. (2022). Penerapan Model Project Base Learning (PjBL) dalam Meningkatkan Keaktifan Siswa. Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop, 2(1), 9-15. <https://e-journal.upr.ac.id/index.php/pdhp/article/view/4308/3228>
- Rosnaeni. (2021). Karakteristik dan Asesmen Pembelajaran Abad 21. Jurnal Basicedu, 5(5), 4334-4339. <https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/1548/pdf>
- Wahyu, Ardhana, Prihma. (2019). Pola Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Tunanetra pada Panti Asuhan Tunanetra Terpadu Aisyiyah Ponorogo. Jurnal Ilmiah Mahasiswa UMP 3(1), 1-9. <https://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/edupedia/article/view/234/225>