



## Permainan Ritmik Bagi Perkembangan Sosial Emosional Anak Tunagrahita Ringan

Nika Cahyati

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, STKIP Muhammadiyah Kuningan

[nika@upmk.ac.id](mailto:nika@upmk.ac.id)

### Abstrak

Tujuan dari permainan ritmik yaitu untuk meningkatkan perkembangan sosial emosional anak tunagrahita. Anak dengan keterbelakangan mental (tunagrahita) yang ringan memiliki rata-rata IQ kurang dari 70. Hal tersebut menyebabkan mereka memiliki keterbatasan dalam mengembangkan keterampilan kognitif, verbal, motorik, dan juga keterampilan sosial. Salah satu cara untuk meningkatkan perkembangan sosial emosional anak tunagrahita adalah dengan betunagrahitaain dan permainan yang digunakan adalah permainan ritmik.. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang menggabungkan studi pustaka dan juga pengamatan. terhadap perkembangan sosial emosional anak tunagrahita ringan. Hasil dari studi ini menunjukkan bahwa permainan ritmik dapat mengembangkan kemampuan sosial emosional anak tunagrahita ringan khususnya kemampuan berkomunikasi, kepercayaan diri dan kemandirian.

**Kata Kunci:** tunagrahita, sosial emosional, ritmik, permainan.

### Abstract

The purpose of rhythmic games is to improve the emotional social development of mentally retarded children. Children with mild mental retardation (mental retardation) have an average IQ of less than 70. This causes them to have an increase in developing cognitive, verbal, motor, and social skills. One way to improve the emotional social development of mentally retarded children is by betunagrahitaain and the game used is rhythmic play. This research is a qualitative study that studies literature and also research. to the mild emotional development of mentally retarded children. The results of this studio show that intelligence games can develop the social abilities of mentally retarded children with special abilities, self-confidence and independence

**Keywords :** mental retardation, socio-emotional, rhythmic, game

### PENDAHULUAN

Anak tunagrahita atau disebut juga retardasi mental yang mempunyai fungsi intelektual dibawah rata-rata (70) yang muncul bersamaan dengan kurangnya perilaku adaptif atau ketidakmampuan beradaptasi dengan kehidupan sosial sesuai tingkat perkembangan dan budaya, sebelum usia 18 tahun (Wong 2004). Anak tunagrahita mengalami keterbatasan

Copyright (c) 2019 nika cahyati 116

Submitted : 22 November 2019 Accepted : 31 Desember 2019 Published : 31 Desember 2019



sosialisasi dikarenakan tingkat intellegensianya yang rendah, sehingga cukup sulit untuk mempelajari infotunagrahitaasi dan keterampilan menyesuaikan diri dengan lingkungan (Soetjiningsih 1998). tunagrahita akan menimbulkan masalah bagi masyarakat, keluarga maupun pada individu penyandanginya, terutama tunagrahita berat dan sangat berat, karena penyandang tunagrahita ini tidak dapat melaksanakan tugasnya sebagai anggota masyarakat sesuai ketentuan-ketentuan yang ada (Somantri 2007).

Kemampuan sosialisasi sangat penting bagi anak tunagrahita, karena mereka harus belajar mewujudkan dirinya sendiri dan diharapkan anak merasa bahwa dirinya punya pribadi yang ada persamaan dan perbedaan dengan pribadi yang lain. Diharapkan anak tunagrahita dapat menemukan tempat tertentu dalam masyarakat yang sesuai dengan kemampuannya dan dapat mengembangkan tingkah laku yang sesuai serta dapat diterima oleh masyarakat (Astuti 2009). Fenomena yang terjadi, anak tunagrahita dipandang sebagai individu yang aneh, memiliki kekurangan dan tidak dapat berkarya (Somantri 2007). Penilaian yang demikian mengakibatkan anak tunagrahita seolah-olah kurang berharga dan sangat berpengaruh terhadap perkembangan sosialisasinya (Somantri 2007). Anak tunagrahita cenderung bergaul dengan anak yang lebih muda usianya, ketergantungan terhadap orang tua sangat besar, tidak mampu memikul tanggung jawab sosial dengan bijaksana, sehingga mereka harus selalu dibimbing dan diawasi (Somantri 2007). Adanya hambatan dalam perkembangan sosialisasi mengakibatkan kecenderungan menyendiri serta memiliki sifat tertutup.

Menurut penelitian *World Health Organization* (WHO) tahun 2009, jumlah anak tunagrahita seluruh dunia adalah 3% dari total populasi. Tahun 2006 - 2007 terdapat 80.000 lebih penderita tunagrahita di Indonesia. Jumlah ini mengalami kenaikan yang pesat pada tahun 2009, dimana terdapat 100.000 penderita. Pada tahun 2009 ini terjadi peningkatan sekitar 25% (Depkes RI 2009). Prevalensi retardasi mental sekitar 1 % dalam satu populasi. Insiden tertinggi pada masa anak sekolah dengan puncak umur 10 sampai 14 tahun. Tunagrahita mengenai 1,5 kali lebih banyak pada laki-laki dibandingkan dengan perempuan (Marasmis 2004).

Perkembangan keterampilan emosional dan sosial pada anak tunagrahita ringan dan sedang dapat dioptimalkan dengan menggunakan metode terapi betunagrahitaain. Terapi betunagrahitaain yang digunakan adalah yang melibatkan interaksi dengan orang lain. Betunagrahitaain merupakan bagian integral dari masa anak-anak, suatu media unik sebagai sarana mengembangkan keterampilan bahasa ekspresif, keterampilan komunikasi, perkembangan emosional, keterampilan sosial, kemampuan membuat keputusan dan perkembangan kognisi pada anak (Tedjasaputra 2001). Pada saat melakukan aktifitas betunagrahitaain, anak belajar berinteraksi dengan teman, memahami bahasa lawan bicara, dan belajar tentang nilai sosial yang ada pada kelompoknya (Parten 1962 dalam Tedjasaputra 2001). Perkembangan keterampilan sosialisasi anak bisa dilihat dari kegiatan betunagrahitaain mereka. Betunagrahitaain dengan orang lain akan membantu anak



mengembangkan hubungan sosial, belajar memecahkan masalah dari hubungan tersebut. Melalui betunagrahitaain anak dapat mengembangkan rasa harga diri, karena dengan betunagrahitaain anak memperoleh kemampuan untuk menguasai tubuh mereka, benda-benda dan keterampilan sosial (Erikson, 1963). Jadi dengan terapi betunagrahitaain dapat meningkatkan kemampuan sosialisasi anak. Salah satu upaya yang dilakukan yaitu dengan memberikan terapi betunagrahitaain pada anak tunagrahita ringan adalah dengan terapi betunagrahitaain, terapi betunagrahitaain yang dilakukan salah satunya menggunakan permainan senam ritmik, senam ritmik adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik, atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama.

Dengan kata lain, permainan senam ritmik membuat lebih banyak anak tunagrahita meningkatkan perkembangan kognitif mereka, adanya perkembangan terhadap kondisi fisik mereka, dan meningkatkan perkembangan sosial emosional mereka, serta memiliki stabilitas terhadap perilaku mereka. Melakukan kegiatan olahraga, jika betunagrahitaanfaat dan tepat, dapat menciptakan kesehatan fisik, membantu mengembangkan perilaku dalam lingkungan sosial anak tunagrahita. Mazhork, Tachelman, dan Houser mempelajari efek latihan dan musik pada 5 anak hiperaktif. Hasil mereka menunjukkan bahwa ritmik memperbaiki masalah yang berkaitan dengan perilaku sosial mereka, kecepatan kerja mereka, dan mengurangi gangguan hiperaktif mereka. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan senam ritmik juga akan mampu membuat anak yang mengalami retardasi mental meningkatkan perkembangan sosial, emosional mereka, karena dengan mengikuti gerakan senam maka akan meningkatkan perkembangan sosial anak tunagrahita, dan meningkatkan perkembangan emosi anak tunagrahita, karena dengan melakukan senam ritmik secara bersama-sama dengan teman lainnya maka akan terjadi kerjasama maupun interaksi dengan yang lain.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap perkembangan kondisi sosial emosional. Adapun teknik analisis dikaji melalui triangulasi data studi pustaka, pengamatan dan juga dokumentasi menjadi hal yang penting. Data yang diperoleh dikelompokkan berdasarkan masalah yang diteliti kemudian disajikan dalam bentuk uraian yang disesuaikan dan digunakan untuk menarik kesimpulan.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2018 di SLB Laskar Putra Mandiri Kecamatan Datunagrahita Kabupaten Kuningan. Disana terdapat beberapa anak berkebutuhan khusus, diantaranya dengan tunagrahita ringan terdapat 3 anak, anak autisme terdapat 4 anak, tunanetra terdapat 2 anak dan tunarungu terdapat 3 anak.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tunagrahita umumnya dianggap ada jika seseorang memiliki nilai tes IQ sekitar 70 atau di bawahnya. Anak tunagrahita mengalami hambatan dalam kecerdasan dan adaptasi sosialnya, tetapi masih memiliki potensi yang dapat dikembangkan dalam bidang akademis yang sederhana, seperti membaca, menulis dan berhitung. Tunagrahita merupakan kecacatan yang terjadi sebelum usia 18 tahun. Orang dengan kecacatan ini mengalami keterbatasan yang signifikan dalam dua bidang utama yaitu fungsi intelektual dan perilaku adaptif. Keterbatasan ini diungkapkan dalam keterampilan hidup sehari-hari seseorang yang konseptual, sosial dan praktis. Sejumlah orang dengan tunagrahita sedikit terpengaruh, membuat cacat sulit dikenali tanpa isyarat visual. Tunagrahita ringan didiagnosis melalui penggunaan tes standar kecerdasan dan perilaku adaptif. Individu dengan cacat intelektual yang diberikan dukungan pribadi yang sesuai selama periode berkelanjutan umumnya telah meningkatkan hasil kehidupan. Hasil penelitian menunjukkan banyak orang dewasa dengan cacat intelektual dapat hidup mandiri, hidup produktif di masyarakat dengan dukungan dari keluarga, teman. Hal ini terlihat setelah melakukan penelitian, bahwa perkembangan sosial emosional anak tunagrahita dapat meningkat lebih baik setelah mengikuti permainan ritmik, terlihat peningkatan dalam beberapa hal diantaranya anak menjadi lebih komunikatif, karena permainan ritmik membuat anak berkomunikasi dengan anak lainnya, sehingga timbulah sebuah komunikasi yang efektif. Selanjutnya terlihat pula sikap percaya diri pada anak tunagrahita, melalui komunikasi maka anak mulai menunjukkan sikap percaya dirinya terhadap orang lain, dan juga anak lebih terlihat mandiri dalam melakukan kegiatan.

Hasil yang terlihat dalam penelitian ini setelah menerapkan permainan ritmik pada anak tunagrahita ringan anak terlihat lancar berbicara namun masih kurang dalam perbendaharaan kata, anak mampu mengikuti pembelajaran akademik, serta anak mampu dilatih dalam membaca, menulis, berhitung namun secara terbatas. Kemampuan sosial emosional mereka dapat dilatih, namun tidak mampu sesuai dengan perkembangan anak pada umumnya, perkembangan sosial emosional mereka dapat dilatih dengan baik, karena setelah melakukan permainan ritmik mereka terlihat belajar dengan lebih nyaman.

Berdasarkan hasil penelitian Yalon dkk (2010) bahwa cara menangani anak dengan tunagrahita ringan dengan cara (*Occupational Therapy*) tujuannya melatih gerak fungsional anggota tubuh, adapun latihannya meliputi gerak kasar dan halus. Selanjutnya (*Play Therapy*) diberikan dengan cara betunagrahitaain, yaitu guru memberikan pembelajaran menggunakan petunagrahitaaianan agar pembelajaran mudah di serap oleh anak. Cara selajutnya dengan (*activity daily living*) pendekatan ini adalah cara merawat diri, agar memberikan pengetahuan kepada anak tunagrahita dengan keterampilan sehari-hari agar merawat diri sendiri tanpa bantuan orang lain, (*life skill*) dengan memberikan keterampilan pada siswa tunagrahita maka akan menjadi bekal merka dalam hidup di masyarakat. Maka hal ini menunjukkan bahwa



keterkaitan antara permainan olah raga ritmik dalam meningkatkan perkembangan sosial emosional anak tunagrahita dapat dilakukan dengan efektif, permainan ini dirasa permainan yang tepat bagi anak tuagrahita yang dapat meningkatkan keterampilan sosial mereka sehingga mereka akan siap menghadapi kehidupan dalam lingkungan masyarakat.

Kemampuan sosial emosional adalah salah satu bidang pengembangan yang dikembangkan, dengan pengembangan sosial emosional anak dapat mengembangkan sikap kemandirian, memahami perasaan diri sendiri dan orang lain, mampu menunjukkan rasa percaya diri, berbagi dan membantu teman, serta mampu mengendalikan perasaan. Hal tersebut mampu meningkatkan kematangan dan potensi yang dimiliki anak tunagrahita ringan, sehingga anak dapat menerima, mengalami serta beradaptasi pada diri dan lingkungannya secara baik sesuai yang diharapkan. Betunagrahitaain ritmik diharapkan dapat meningkatkan kemampuan berinteraksi dengan orang lain, menunjukkan sikap percaya diri, dan menunjukkan sikap mandiri pada anak tunagrahita.

Berdasarkan hasil penelitian (Piri, 2015) bahwa permainan ritmik memberikan pengaruh terhadap perkembangan sosial anak tunagrahita, hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan ritmik berpengaruh secara signifikan terhadap perkembangan sosial siswa yang tunagrahita, menerapkan permainan ritmik dalam 12 minggu (dua hari seminggu) mempengaruhi perkembangan sosial anak tunagrahita, walaupun perubahan yang muncul tidak terlalu banyak namun permainan ini memberikan pengaruh. Hasil studinya bertujuan untuk menyelidiki pengaruh senam ritmik pada masalah perilaku sosial emosional siswa tunagrahita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan olahraga memiliki efek signifikan pada masalah perilaku sosial emosional dan subskala dan telah menurun masalah perilaku sosial emosional siswa tunagrahita. Temuan ini konsisten dengan temuan Ghobari Bonab, (2003) Shojaei dan Hemmati Alamdarloo (2006), Chan et al (2008), Ray Bratton dkk (2001), Lyman (1972), Ryan (2005), Salehpour dkk (2015), untuk menjelaskan hasil yang betunagrahitaanfaat ini, kita dapat merujuk pada perilaku umum siswa tunagrahita, kegagalan berturut-turut pada anak-anak tunagrahita mengarah pada rendahnya rasa percaya diri, kekecewaan, autisme, kecemasan, agresi, dan memperluas perasaan negatif yang perlu dibuang. Berbagai jenis olahraga dan aktivitas fisik membantu mereka melepaskan perasaan dan emosi negatif ini dalam situasi yang terkendali dan dengan demikian masalah perilaku-emosional mereka menurun. Orang yang menggunakan teknik olahraga menurut Ghobari Bonab (2003) memperoleh keterampilan sosial, perilaku, psikologis, dan komunikasi yang diperlukan untuk hubungan pribadi atau sosial mereka yang mengarah pada respon yang tepat terhadap perilaku orang lain dan juga mengurangi masalah perilaku sosial emosional mereka. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa kegiatan olah raga khususnya permainan senam ritmik dapat meningkatkan perkembangan sosial emosional anak tunagrahita. Selain itu menurut Chan (2008), dengan kegiatan olahraga, kelenjar tubuh mulai mengeluarkan bahan kimia santai yang mengurangi hiperaktif, agresi, dan depresi.



Menjelaskan pengaruh latihan fisik pada interaksi sosial siswa tunagrahita, dapat dikatakan bahwa kegiatan olahraga permainan senam ritmik mempengaruhi semua kegiatan sosial dan pengembangan kepribadian anak-anak tunagrahita ringan. Olahraga sebagai sarana untuk mempengaruhi proses sosialisasi. Partisipasi dalam kegiatan olahraga Bakhshayesh (2010) berkontribusi terhadap perubahan positif dan pertumbuhan perilaku sosial siswa. Karena menciptakan lingkungan yang tepat untuk membuat interaksi yang luas, kegiatan olahraga efektif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal. Dengan kata lain, olahraga mendorong tirai kemampuan anak tunagrahita ringan, untuk terjun dalam lingkungan masyarakat. Menggunakan permainan ritmik anak tunagrahita dapat meningkatkan kemampuannya dalam berkomunikasi, atau mampu berinteraksi dengan orang lain artinya, anak mampu mengatasi kecemasan terhadap dirinya, anak mampu menghargai dirinya sendiri dengan kemampuan memberanikan diri untuk berinteraksi dengan orang lain. Anak yang mengalami tunagrahita mampu berkomunikasi dengan orang disekitarnya, anak tidak merasa malu untuk bersosialisasi dengan orang lain, anak tidak malu untuk bertanya jika ada hal dia tidak tahu, sehingga menimbulkan kepercayaan diri anak dalam berkomunikasi, sehingga timbul keberanian anak. Anak yang tunagrahita mampu menunjukkan rasa percaya dirinya dengan merasa tidak takut terhadap hal yang ia hadapi, anak mampu menerima kondisi dirinya sehingga menimbulkan rasa percaya diri yang baik, tidak memiliki sikap yang mudah menyerah dan tidak malu terhadap kekurangan yang ia miliki. Anak lebih berani mengutarakan pendapatnya, mau bertanya jika ia tidak paham terhadap sesuatu.

Agar dapat melihat dampak terhadap kecemasan siswa tunagrahita dapat dikatakan bahwa karena kegagalan berturut-turut, ketidakpercayaan diri, harga diri rendah dan diejek oleh orang lain, anak-anak tunagrahita terus-menerus terkena stres dan khawatir, tentang umpan balik negatif dari perilaku mereka. Selanjutnya, karena kesalahan mereka, mereka diejek di masyarakat dan bahkan di keluarga mereka. Terkadang mereka dicap gila, terbelakang, dan gagu. Akhirnya, mereka percaya bahwa mereka tidak dapat melakukan apa-apa. Greist (1979) mereka memiliki kecemasan terus menerus dicemooh dan mengalami kemarahan orang-orang di sekitar mereka. Dengan kata lain, situasi seperti itu membuat respons simpatik menjadi lebih kuat, aktivitas kelenjar adrenalin meningkat dan membuat gelisah. Dalam situasi ini Mahmoodi Aghdam (2013), permainan dan ritmik menghasilkan penurunan emosional dan dengan demikian menekan kecemasan. Selanjutnya Ray (2001) menjelaskan efek latihan fisik pada gangguan komunikasi siswa tunagrahita, kita dapat mengatakan bahwa kegiatan olahraga, selain untuk merangsang relaksasi, efektif untuk memperkuat otot lidah, mulut, dan wajah. Efek ini secara langsung meningkatkan gangguan berbicara dan komunikasi, sehingga akan meningkatkan perkembangan sosial anak dalam berkomunikasi dengan masyarakat. Selain itu Salehpoor (2015) kegiatan olahraga



meningkatkan tingkat kepercayaan diri dan komunikasi sosial serta mengurangi ketakutan dan kecemasan orang dan dengan demikian meningkatkan gangguan komunikasi.

Agar memperjelas dampak permainan ritmik pada anak tunagrahita ringan, kita harus menggambarkan gangguan ini terlebih dahulu, tunagrahita adalah gangguan perkembangan dengan kekurangan dalam interaksi sosial, komunikasi verbal dan non-verbal, minat dan perilaku stereotip dan kegiatan. Olahraga memiliki fitur dan prinsip yang diprogram tertentu yang berdampak positif pada beberapa bagian anak-anak tunagrahita ringan. Misalnya, itu membantu mereka memulai komunikasi, bagaimana berinteraksi dalam situasi sosial yang berbeda, memotivasi mereka, dan juga meningkatkan rasa malu pada anak-anak ini untuk mempertahankan interaksi dengan orang lain. Ini membantu mereka memiliki lebih banyak kontak mata dengan teman dan orang lain dan menunjukkan perilaku yang lebih menguntungkan. Oleh karena itu, Naghshiniyan (2004) permainan ritmik membantu anak-anak ini menjauhi dunia mereka yang dingin dan memulai hubungan sosial.

Pengaruh kegiatan permainan ritmik pada perilaku antisosial anak-anak tunagrahita ringan, dapat disebutkan bahwa pengalaman sosial yang diperoleh dari kegiatan pendidikan jasmani sangat berpengaruh dalam memecahkan masalah sosial. Keputusan rasional mereka, penilaian moral, dan pengalaman dalam olahraga dapat ditransfer ke kehidupan nyata. Mengontrol emosi, kepatuhan pada hukum, dan menghotunagrahitaati perintah sosial adalah kebiasaan yang mungkin dipelajari selama olahraga. Selain itu, karena melakukan kegiatan olahraga dilakukan sesuai dengan aturan dan peraturan tertentu, kepatuhan adalah wajib bagi semua peserta. Sebagai hasilnya Azizabadi Farahani (2005), permainan adalah kesempatan untuk mengajarkan mengamati aturan, menghotunagrahitaati orang lain, dan meningkatkan kepercayaan diri. Semua yang disebutkan di atas faktor-faktor yang digabungkan dapat menurunkan perilaku antisosial anak-anak penyandang cacat intelektual. Anak tunagrahita yang menunjukkan sikap mandiri adalah dengan mampu mengatur dirinya sendiri, sehingga anak mampu mengatur dirinya sendiri sekaligus menghindari ketergantungan dengan orang lain, karena dengan meningkatkan kemandirian anak akan terhindar suatu perasaan selalu ingin dilindungi dan takut terhadap orang lain maka dengan peningkatan kemandirian diharapkan anak mampu melakukan pekerjaannya sendiri.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Anak tunagrahita membutuhkan latihan yang sering dan berkelanjutan agar anak tidak cepat lupa dengan teknik permainan yang diajarkan, kegiatan permainan ritmik meningkatkan perkembangan sosial emosional anak tunagrahita, peningkatan yang terlihat adalah mulai dari kemampuan anak berkomunikasi, berinteraksi dengan orang lain artinya, anak mampu mengatasi kecemasan terhadap dirinya, anak mampu menghargai dirinya sendiri dengan kemampuan memberanikan diri untuk beinteraksi dengan orang lain. Walaupun kemampuannya dalam berinteraksi tidak seperti orang notunagrahitaal pada umumnya,

(Metode Permainan RIitmik) Nika Cahyati

122



namun terlihat perubahan setelah menggunakannya permainan ritmik dalam pembelajaran. Anak yang tunagrahita mampu berkomunikasi dengan orang disekitarnya, anak tidak merasa malu untuk bersosialisasi dengan orang lain, anak tidak malu untuk bertanya jika ada hal dia tidak tahu, sehingga menimbulkan kepercayaan diri anak dalam berkomunikasi, sehingga timbul keberanian anak. Kemudian anak tunagrahita mulai meningkatkan rasa percaya diri mereka, anak dengan kekurangan tuagrahita menunjukkan rasa percaya dirinya dengan merasa tidak takut terhadap hal yang ia hadapi, anak mampu menerima kondisi dirinya sehingga menimbulkan rasa percaya diri yang baik, tidak memiliki sikap yang mudah menyerah dan tidak malu terhadap kekurangan yang ia miliki. Anak lebih berani mengutarakan pendapatnya, mau bertanya jika ia tidak paham terhadap sesuatu, selanjutnya adalah sikap mandiri, Anak tunagrahita yang menunjukkan sikap mandiri adalah dengan mampu mengatur dirinya sendiri, sehingga anak mampu mengatur dirinya sendiri sekaligus menghindari ketergantungan dengan orang lain, karena dengan meningkatkan kemandirian anak akan terhindar suatu perasaan selalu ingin dilindungi dan takut terhadap orang lain maka dengan penguatan kemandirian diharapkan anak mampu melakukan pekerjaannya sendiri.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Azizabadi Farahani A. 2005. General physical education (Persian). Tehran: Peyam-e Noor University Publication.
- Aghayousef AR, Alipour A. 2010 .The effectiveness of music-hatunagrahitaonic movement therapy on aggressive behaviors in children with moderate to severe intellectual disability (Persian). *Research on Exceptional Children*. 10(4):343-50.
- Bakhshayesh Z. 2010. The role of physical education in the development of students (Persian). *Training & Physical Education*. 32(3):48-51.
- Cureton TK. 1963. Improvement of psychological states by means of exercise-fitness programs. *Journal of the Association for physical and Mental Rehabilitation*. 17(2):14-25.
- Chan AS, Cheung MC, Sze SL, DeLuca BN. 2008. Effect of mind/body training on children with behavioral and learning problems: a randomized controlled study. New York: Nova Science Publisher Inc.
- Departemen Kesehatan RI, 2009, Tunagrahita Berhak Dapat Jamkesmas, diakses hari Rabu 14 Desember 2017, <http://www.kabarbisnis.com/umum/288162TunagrahitaberhakdapatJamkesmas.html>.



- Einfeld SL, Tonge BJ. 2002. Manual for the developmental behaviour checklist: primary carer version (DBC-P) & teacher version (DBC-T). Sydney: University of New South Wales.
- Fedak AT. (2012). The effects of physical activity on the stereotypic behaviors of children with autism spectrum disorder [PhD thesis]. Texas: Texas State University.
- Ghanbari B, Saadat M. 2011. Effect of rhythmic movements of yoga on social interactions mentally retarded children (boys) elementary schools in Sangan (Persian)]. *Studies of Education and Psychology*.11(1):171-88.
- Ghobari Bonab B, Nabavi M. 2003. Effect of exercise in the morning to reduce aggression in educable mentally retarded children (Persian). *Journal of Psychology & Education*.; 33(1):139-54.
- Greist JH, Klein MH, Eischens RR, Faris J, Gutunagrahitaa AS, Morgan WP. 1979. Running as treatment for depression. *Comprehensive Psychiatry*. 20(1):41-54.
- Layman EM. 1972. The contribution of play and sports to emotional health; Psychological aspects of physical education and sport. London: Routledge & Kegan Paul.
- Naghshiniyan S. 2004. Recreational therapy for autistic children (Persian). *Journal of Exceptional Education*. 27(2):24-27.
- Majorek M, Tüchelmann T, Heusser P. 2004. Therapeutic Eurythmymovement therapy for children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a pilot study. *Complementary therapies in Nursing and Midwifery*. 10(1):46-53
- Mahmoodi Aghdam S, Khademi Kalantari KH, Akbarzadeh Baghban AR, Rezayi M, Rahimi A, Naimee S. 2013. Effect of sustained traction on physical improvements of patients with severe knee osteoarthritis (Persian). *Journal of Modern Rehabilitation*.7(3):24-32.
- Maramis, 2004, *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, Airlangga University Press, Surabaya. Hal. 385.
- L Street, NW. Introduction to Intellectual Disabilities. (2006). *The Arc*. 311-314.
- Ray D, Bratton S, Rhine T, Jones L. 2001. The effectiveness of play therapy: responding to the critics. *International Journal of Play Therapy*. 10(1):85-108.
- Ryan N, Marr CM, McGladdery AJ. 2005. Survey of cardiac arrhythmias during submaximal and maximal exercise in Thoroughbred racehorses. *Equine Veterinary Journal*.; 37(3):265-68.



- Shojaee S, Hemati Alamdarloo Gh. 2006. Effect of exercise in the morning to reduce aggression in educable mentally retarded children (Persian). *Research on Exceptional Children*. 22(4): 855-70.
- Sarli A, Shahbazi M, Bagherzadeh F. 2014. Investigating the effectiveness of perceptual-motor tasks on visual and auditory attention of children with attention deficit hyperactivity disorder. *Motor Behavior*. 6(15):59-72.
- Salehpoor M, Salesi M, Hemati Alamdarloo Gh. 2015. The effect of exercise on anxiety of adolescents with intellectual disability. *Physical Therapy Journal*.5(1):25-32.
- Soetjningsih, 1998, *Tumbuh Kembang Anak*, EGC, Jakarta. Hal. 105, 191.
- Somantri, 2007, *Psikologi Anak Luar Biasa*, Refika Aditama, Bandung. Hal.103–105.
- Shiva Piri, Mehdi Roozbahani and Atefeh Avazpoor. 2015. The Effect of Rhythmic Games on the Social Development of Educable Mentally Retarded students. *Journal of Educational and Management Studies*, 223-227.
- Tedjasaputra, M. S 2001, *Betunagrahitaain, Mainan, dan Permainan*. Grasindo, Jakarta.
- Veysi E, Hemati Alamdarloo Gh. 2015. A developmental comparison of emotional/behavioral problems in students with intellectual disability (Persian). *Middle Eastern Journal of Disability Studies*.
- Wong, D. L, 2004, *Pedoman Klinis Keperawatan Pediatrik*, EGC, Jakarta. Hal: 194-197, 651.
- Yalon-Chamovitz, S., Selanikyo, E., Artzi, N., Prigal, Y., and Fishman, R. 2010 Occupational Therapy and Intellectual and Developmental Disability Throughout the Life Cycle: The Israeli. *Journal of Occupational Therapy*. 19, 83-88.