

Penanganan Anak Tunagrahita dalam Bentuk Terapi Okupasi Bina Diri

Rafael Lisinus Ginting, Carenina Z Y T, Fadhilah Amanda Putri, Indri Yosela Siagian*,
Irene Dian Pratiwi, Lidya Feronika Nababan, Maria Chyntia Panjaitan, Putri Domianda,
Triani Ananta Br Sembiring
Universitas Negeri Medan, Indonesia

*Corresponding Author: kel2anakberkebutuhankhusus@gmail.com
Dikirim: 11-12-2023; Direvisi: 20-12-2023; Diterima: 22-12-2023

Abstrak: Anak tunagrahita merupakan sebagai kemampuan anak tunagrahita yang memiliki IQ sama atau lebih rendah dari 70, memiliki keterbatasan dalam penyesuaian diri dengan lingkungan, tidak memikirkan hal yang abstrak dan berbelit-belit. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penanganan anak tunagrahita dalam bentuk terapi okupasi/bina diri. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang berusaha mendeskripsikan suatu latar, objek atau peristiwa tertentu secara rinci dan mendalam, kemudian dilanjutkan dengan aktivitas pengumpulan dan analisis data yang lebih menyempit dan terarah pada suatu topik tertentu lokasi penelitian di Sekolah SLB. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi okupasi/bina diri merupakan salah satu bentuk penanganan yang efektif untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita. Terapi okupasi/bina diri dapat membantu anak tunagrahita untuk mengembangkan keterampilan dalam merawat diri, mengelola diri, tumbuh secara pribadi, berkomunikasi, dan bersosialisasi. Terapi okupasi/bina diri juga salah satu bentuk penanganan yang penting untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita. Terapi ini dapat membantu anak tunagrahita untuk mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk hidup mandiri dan beradaptasi dengan lingkungan masyarakat.

Kata Kunci: Penanganan; Tunagrahita; Bina Diri

Abstract: Tunagrahita children are those who have an IQ equal to or lower than 70, have limitations in adjusting to the environment, do not think about abstract and convoluted things. This study aims to examine the handling of children with tunagrahita in the form of occupational therapy / self-help. This research uses descriptive qualitative research methods. The results showed that occupational therapy/self-help is one form of effective treatment to increase the independence of children with disabilities. Occupational therapy can help children with disabilities to develop skills in self-care, self-management, personal growth, communication, and socialization. Occupational therapy is also an important form of treatment to increase the independence of children with disabilities. This therapy can help children with disabilities to develop the skills needed to live independently and adapt to the community environment.

Keywords: Handling; Tunagrahita; Self Development

PENDAHULUAN

Anak tunagrahita merupakan sebagai kemampuan anak tunagrahita yang memiliki IQ sama atau lebih rendah dari 70, memiliki keterbatasan dalam penyesuaian diri dengan lingkungan, tidak memikirkan hal yang abstrak dan berbelit-belit. Layanan pendidikan berorientasi untuk mengembangkan kemampuan anak tunagrahita untuk mencapai pembelajaran dan dapat hidup di lingkungan masyarakat

secara mandiri. Pada tahun 1989, Undang-Undang Pendidikan Nasional menyatakan bahwa anak-anak dengan disabilitas fisik dan mental dianggap sebagai anak normal. Pada tahun 2003, UU tersebut diubah dengan memasukkan anak-anak berkebutuhan khusus, karena mereka membutuhkan perhatian khusus dalam proses perkembangan dan pembelajaran. Anak berkebutuhan khusus memiliki tantangan dalam aspek fisik dan psikologis seperti autisme dan Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (ADHD), yang membutuhkan perhatian, perhatian, dan dukungan emosional.

Tunagrahita merupakan masalah dunia dengan implikasi yang besar terutama padanegara-negara berkembang. Menurut PBB, hingga tahun 2014 diperkirakan sekitar 500 juta orang di dunia mengalami kecacatan dan 80% dijumpai di negara-negara berkembang. Prevalensi Amerika Serikat, setiap tahun sekitar 3000-5000 anak penyandang tunagrahita dilahirkan. Pada tahun 2016 Badan Pusat Statiska (BPS) menerbitkan survey ketanagakerjaan nasional (sakernas). Hal ini mengemukakan analisis yang lebih dalam tentang kondisi penyandang disabilitas di pasar tenaga kerja Indonesia. Anak tunagrahita adalah anak yang berkebutuhan khusus salah satunya, yang berkecerdasannya dibawah rata-rata. Dalam bahasa Indonesia, yang terdiri dari otak, ingatan, lemah pikiran, retardasi, mental, terbelakang mental, cacat grahita, dan tunagrahita. Dalam bahasa asing dikenal dengan mental retardation, mental subnormality, mentally handicapped, feebleminded, dan mental deficienc. Pemahaman yang jelas tentang siapa dan bagaimanakah anak tunagrahita adalah hal yang penting untuk menyelenggarakan layanan pendidikan dan kejalanan yang tepat. Bad struktur dan fungsi tubuh pada umumnya anak tunagrahita kurang dari anak normal. Mereka baru dapat berjalan dan berbicara pada usia yang lebih tua dari anak normal.

Bina diri merupakan suatu proses latihan yang diberikan pada anak tunagrahita agar dapat mengembangkan kemampuan yang dimilikinya, seperti mengurus diri, merawat diri, menolong diri, keterampilan berkomunikasi, keterampilan bersosialisasi, serta keterampilan dalam mengisi waktu luang (Sudrajat dan Rosida, 2013: 61). Sudarsini (2017: 45) mengemukakan program bina diri merupakan suatu Latihan yang berbentuk bimbingan maupun pelatihan kepada anak berkebutuhan khusus terutama siswa tunagrahita menyangkut pada pemenuhan kebutuhan dasarnya secara mandiri sehingga bisa dijadikan bekal untuk beradaptasi di lingkungan masyarakat. Melalui pengadaan Latihan bina diri diharapkan siswa tunagrahita mendapatkan bekal untuk mampu melaksanakan tugas sesuai usia perkembangannya. Penelitian ini bertujuan untuk mencegah hambatan dan masalah pada anak tunagrahita dengan memberikan terapi okupasi (OT) sebagai upaya terakhir. Terapi okupasi adalah alat yang diperlukan untuk membantu anak-anak meningkatkan kesehatan mereka secara keseluruhan dengan meningkatkan aktivitas fisik dan fokus pada tugas-tugas tertentu. Penelitian yang dilakukan oleh Mochamad Heri menemukan bahwa anak yang tidak memiliki autisme tidak dapat mencapai nilai sempurna sebesar 80%, sedangkan anak yang memiliki autisme hanya dapat mencapai nilai 19,5%. Penelitian ini juga menemukan bahwa perkembangan kemampuan motorik pada anak usia dini sangat dipengaruhi oleh bagaimana kita mengatur, melatih, dan meningkatkan kemampuan motorik mereka melalui aktivitas dan tantangan yang teratur. Intervensi yang berlangsung selama satu bulan dan 13 hari ini berhasil meningkatkan kemampuan motorik anak usia dini serta meningkatkan kepercayaan diri dan kreativitas mereka. maka penelitian ini perlu



merumuskan judul Penanganan Anak Tunagrahita Dalam Bentuk Terapi Okupasi/Bina Diri.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang berusaha mendeskripsikan suatu latar, objek atau peristiwa tertentu secara rinci dan mendalam, kemudian dilanjutkan dengan aktivitas pengumpulan dan analisis data yang lebih menyempit dan terarah pada suatu topik tertentu. Fokus penelitian ini difokuskan pada masalah belajar pada siswa berkebutuhan khusus (ABK) pada Tuna rungu dan Tuna Grahita pada siswa Sekolah Luar Biasa (SLB). Jenis dan sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder yang sifatnya kualitatif. Data primer yaitu data hasil wawancara dengan informan. Sedangkan data sekunder adalah data dokumentasi dan hasil observasi sebelum dan sesudah berada di lokasi penelitian. Teknik Pengumpulan Data terdiri atas wawancara, observasi, dan dokumentasi.

IMPLEMENTASI KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Konsep perawatan diri sangat penting sebagai metode pengajaran dan pelatihan untuk meningkatkan kesehatan mental anak-anak dalam tahap kehidupan mereka. Hal ini tidak hanya penting bagi anak-anak normal, tetapi juga bagi mereka yang berkebutuhan khusus, seperti mereka yang memiliki keterbatasan intelektual. Bina diri merupakan kombinasi dari kegiatan pembelajaran dan pelatihan oleh guru profesional dalam pendidikan anak, yang berfokus pada perencanaan dan pemrograman bagi anak berkebutuhan khusus dan koordinasi motorik untuk melakukan kegiatan dan aktivitas kehidupan sehari-hari secara optimal tanpa mempengaruhi orang lain. Spesifikasinya mengenai ruang lingkup dari program bina diri menurut Inderajati Sidi (2002:1) mencakup komponen kemampuan sebagai berikut: (1) Merawat diri, seperti makan, minum dan kebersihan. (2) Mengurus diri, seperti berpakaian dan berhias. (3) Menolong diri, seperti menjaga keselamatan dan mengatasi bahaya. (4) Berkomunikasi, seperti berkomunikasi lisan, tulisan, isyarat dan gambar. (5) Adaptasi, seperti dengan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Kemandirian adalah kemampuan untuk mengelola individu dalam mengelola dirinya sendiri yang ditandai kemampuan untuk tidak bergantung pada orang lain, terutama orang tua, mengambil keputusan secara mandiri dan konsekuen terhadap keputusan tersebut, serta mengetahui tentang benar dan salah, penting dan tidak penting. Kemandirian berarti suatu sifat/sikap/kondisi seseorang maupun subyek tertentu yang tanpa ketergantungan kepada orang lain. Kemandirian adalah keadaan dapat berdiri sendiri tanpa tergantung orang lain. Dalam masa perkembangan anak-anak usia 8-11 tahun, kemandirian diarahkan dengan rasa percaya diri. Mandiri adalah berdiri sendiri atas modal kepercayaan pada diri sendiri, dan kemandirian adalah usaha untuk melepaskan diri dari orangtua dengan maksud untuk menemukan dirinya melalui proses mencari identitas ego, yaitu berdiri.



Karakteristik Anak Tuna Grahita

Ada beberapa karakteristik yang dapat dipelajari, Menurut Astaty (apriyanto, 2014: 34-35) karakteristik anak yang mengalami tunagrahita yang dapat dipelajari meliputi:

1. Kecerdasan Kapasitas belajar anak terbelakang sangat terbatas. Terlebih lagi kapasitas mengenai hal-hal yang abstrak. Mereka lebih banyak belajar dengan membeo (rote learning) daripada dengan pengertian. Dari hari ke hari dibuatnya kesalahan-kesalahan yang sama. Perkembangan. mentalnya mencapai puncak pada usia masih muda.
2. Sosial Dalam pergaulan, mereka tidak dapat mengurus, memelihara, dan memimpin dirinya sendiri. Waktu masih muda harus senantiasa dibantu, setelah dewasa kepentingan ekonominya bergantung pada orang lain Mereka mudah terperosok kedalam tingkah laku yang tidak baik.
3. Fungsi-fungsi mental lain Mereka mengalami kesukaran memusatkan perhatian, minatnya sedikit dan cepat beralih perhatian, pelupa, sukar membuat asosiasi asosiasi, sukar membuat kreasi baru. Mereka cenderung menghindari dan berfikir.
4. Dorongan dan emosi Anak yang memperlihatkan dorongan untuk mempertahankan dirinya. Kehidupan dan penghayatan terbatas.
5. Kepribadian Anak tuna grahita jarang yang mempunyai kepribadian yang dinamis, menawan, berwibawa, dan berpandangan luas. Kepribadian mereka pada umumnya mudah goyah.
6. Organisme Baik struktur tubuh maupun fungsi organismenya, anak tuna grahita pada umumnya kurang dari anak normal. Sikap dan gerakannya kurang sigap. Mereka juga kurang mampu melihat persamaan dan perbedaan.

Proses Latihan Bina Diri

Latihan bina diri disini adalah program khusus untuk meningkatkan kemandirian siswa dalam hal merawat diri sendiri, seperti bagaimana menuangkan air, toilet training, menempatkan diri ketika ada di tempat umum, kalo berjalan harus disamping kiri atau kanan, membedakan toilet putri dan putra, dan lainnya. Latihan ini biasanya disampaikan oleh guru pendamping pembelajaran karena memang untuk kualifikasi guru lulusan bimbingan dan konseling sendiri, dan berbagai program dan pengajaran merangkap oleh guru yang sama. Penggunaan ketika metode tersebut menarik untuk dibahas. Pertama, metode demonstrasi menurut Syah (2000:208) ialah metode yang menggunakan alat peraga untuk memperjelas suatu pengertian atau untuk memperlihatkan sesuatu proses atau cara kerja suatu benda yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang akan disampaikan. Jadi metode ini dilakukan dengan adanya alat peraga yang diperlihatkan, misalnya bagaimana memasang tali sepatu, atau bagaimana memasukan pakaian, dan lain sebagainya. Dengan metode ini wajar jika dapat mempermudah setiap detail langkah yang harus dipahami maupun diikuti oleh para siswa tunagrahita.

Penanganan Anak Tuna Grahita

Penanganan anak tuna grahita membutuhkan hal-hal yang khusus atau spesifik. Menurut (Pratiwi, 2013) hal-hal khusus yang perlu dipersiapkan orang tua dengan anak tuna grahita adalah:



1. Penelitian ini mengungkapkan bahwa orang tua yang memiliki anak dengan perilaku yang buruk dapat mempengaruhi perilaku anak-anak mereka dengan mengurangi ego mereka sendiri dan menumbuhkan lingkungan yang positif. Hal ini sangat penting bagi anak-anak yang sering kali dipengaruhi oleh fluktuasi emosi orang tua mereka. Orang tua yang memiliki anak dengan perilaku yang buruk dapat membantu anak-anak mereka mengembangkan lingkungan yang positif dan mendukung.
2. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa orang tua yang menyediakan lingkungan yang sehat dan mengayomi bagi anak-anak mereka dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan dan pengetahuan mereka sendiri. Hal ini dapat dicapai dengan menyediakan lingkungan yang sehat, lingkungan belajar yang kondusif, dan motivasi untuk terlibat dalam kegiatan yang ramah anak.
3. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa orang tua yang memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar dan bersosialisasi dengan dunia dapat membantu meningkatkan perilaku anak. Hal ini dapat dicapai melalui pengalaman belajar yang lebih bermakna, lingkungan belajar yang mendukung, dan motivasi untuk terlibat dalam kegiatan yang ramah anak.
4. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa orang tua memainkan peran penting dalam mendorong permainan dan perkembangan anak. Guru dan orang tua lainnya di sekolah dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan mereka melalui permainan, yang dapat menjadi salah satu bentuk sosialisasi. Anak-anak yang bermain permainan yang menyenangkan dan menarik dapat mengembangkan keterampilan sosial mereka dan mengembangkan ikatan yang kuat dengan orang tua mereka.

Keterampilan utama yang harus dipelajari anak Tunagrahita

1. Perawatan diri
Ini melibatkan kemampuan untuk merawat diri sendiri, seperti makan, tidur, berolahraga, dan merawat diri sendiri.
2. Manajemen diri
Ini melibatkan kemampuan untuk mengelola diri sendiri secara efektif, termasuk kebutuhan pribadi seperti makanan, pakaian, dan tempat tinggal.
3. Pertumbuhan pribadi
Hal ini melibatkan pemeliharaan pertumbuhan pribadi, seperti pertumbuhan pribadi, perawatan diri, dan aktivitas pribadi.
4. Komunikasi
Hal ini mencakup pemberian informasi yang jelas dan ringkas serta kemampuan untuk berbagi ide, seperti nama, alamat rumah, atau identitas lainnya.
5. Sosialisasi
Hal ini melibatkan sikap bersahabat dengan orang lain, tema, atau komunitas, seperti empati, rasa hormat, memahami norma-norma sosial, dan kemampuan untuk mendukung, merawat, dan membantu orang lain.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa peran guru dalam mengajar anak-anak melibatkan berbagai metode seperti metode pengajaran, materi, evaluasi, mengajar



tanpa guru, interaksi, membangun kerja sama, mengizinkan anak-anak untuk bermain dan makan bersama, dan mengajarkan anak-anak untuk mengendalikan perilaku mereka. Lingkungan guru sangat penting dalam mengajar, karena sering kali ramai karena anak-anak masih kecil. Guru berkomunikasi dengan anak-anak dan memberikan panduan tentang rutinitas kerja yang benar. Kebutuhan psikologis guru dipenuhi dengan memberikan dukungan saat dibutuhkan, memberikan semangat, dan memberikan motivasi. Kebutuhan sosial guru dipenuhi dengan memberikan partisipasi anak untuk membantu mereka mencapai tujuan mereka. Bimbingan dan metode pengajaran dicapai melalui metode pengajaran yang sesuai.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, R. F., Asmiati, N., & Elsa Dikeu Septian. (2021). Keterampilan bimbingan merawat diri pada anak dengan hambatan intelektual usia 12 tahun di kp. binuang randu, kec. binuang, kab. serang-banten. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 10–16.
- Aprianto, Kapit Tatak, Ach Rasyad, and Zulkarnain Zulkarnain. (2019). “Pendampingan Partisipatori Dalam Meningkatkan Kemandirian Masyarakat Tunagrahita.” *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan* 4, no. 6: 795–802.
- Heri, M., Astriani, N. M. D. Y., Purwantara, K. G. T., & Sari, P. D. K. (2020). Terapi Okupasi Memasang Tali Sepatu terhadap Motorik Halus pada Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(1), 239–247. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i1.1771>
- Hikmah, A. (2018). Penanganan Anak Tunagrahita Mampu Didik Dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 31(7), 3056–3063.
- Jaja, S. (2015). Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Kemampuan Bina Diri Menutup Mulut Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Edueksos, III*, 1–8.
- Kurniawan, Emil. "Pengaruh program bina diri terhadap kemandirian anak tunagrahita." *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5.2 (2012): 616-628.
- Maranata, G., Sitanggang, D. R., Pakpahan, S. H., & Herlina, E. S. (2023). Penanganan Bagi Anak Berkebutuhan Khusus , (Tuna Grahita). *KHIRANI: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 87–94.
- Penelitian, A., Bc, S. L. B., Wartawan, Y., Bandung, K., Bc, S. L. B., Wartawan, Y., Kunci, K., & Bina, L. (2022). *DALAM MENINGKATKAN KEMANDIRIAN Aep Kusnawan , Sitta Resmiati Muslimah , Ajrina Amalia S . Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung*. 2, 7–15.
- Raharjo, R. C., & Sudarto, Z. (2016). Model Pembelajaran Langsung Terhadap Kemampuan Bina Diri Siswa Tunagrahita Ringan. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 1–10.
- Rahmawati, S. W., & Jagakarsa, U. T. (2018). Penanganan Anak Tuna Grahita (Mental Retardation) dalam Program Pendidikan Khusus. *Jurnal Psiko Utama*, May, 5–27.



- Rezqi, Y. A. (2022). Pelaksanaan Terapi Okupasi Dan Dampaknya Terhadap Motorik Halus Anak Tunagrahita Di Autis Center Kota Bengkulu. *Journal Development and Research in Education*, 2(2), 9–19.
- Sari, S. F. M., Binahayati, B., & Taftazani, B. M. (2017). Pendidikan Bagi Anak Tuna Grahita (Studi Kasus Tunagrahita Sedang Di Slb N Purwakarta). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 217–222. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14273>
- Sudarsini.2017.Fisioterapi.Malang:GunungSamudera
- Sudrajat, D., & Rosida, L. (2013). Pendidikan Bina Diri Anak Berkebutuhan Khusus. PT Luxima Metro Media.
- Sugiyono. (2000). Psikologi Pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Yendrizal Jafri, Esa Putri Nabella, N. (2019). Terapi Okupasi Bina Diri Terhadap Kemandirian Pada Anak Tunagrahita. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 2(1), 105–110.

