**BAB II**

**KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN**

**PERTANYAAN PENELITIAN**

1. **KAJIAN PUSTAKA**
2. **Konsep Anak Tunagrahita**
3. **Pengertian Anak Tunagrahita**

Anak tunagrahita adalah mereka yang kecerdasannya jelas berada di bawah rata-rata. Di samping itu mereka mengalami keterbelakangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Mereka kurang cakap dalam memikirkan hal-hal yang abstrak, yang sulit, dan berbelit-belit. Mereka kurang atau terbelakang atau tidak berhasil bukan untuk sehari dua hari atau sebulan atau dua bulan, tetapi untuk selama-lamanya, dan bukan hanya dalam satu dua hal tetapi hampir segala-galanya, lebih-lebih dalam pelajaran seperti: mengarang, menyimpulkan isi bacaan, menggunakan simbol-simbol, berhitung, dan dalam semua pelajaran yang bersifat teoretis. Dan juga mereka kurang/terhambat dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Anak tunagrahita banyak macamnya, ada yang disertai dengan buta warna, disertai dengan kerdil badan, disertai dengan berkepala panjang, disertai dengan bau badan tertentu, dan sebagainya; tetapi ada pula yang tidak disertai apa-apa. Mereka semua mempunyai persamaan yaitu kurang cerdas dan terhambat dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan jika dibandingkan dengan teman sebayanya.

7

Anak tunagrahita memiliki keterbatasan dalam kemampuan intelegensi, akibatnya kemampuan belajar dan beradaptasi sosial berada di bawah rerata normal. Hal ini seperti diungkapkan Munzayanah (2000 : 14) :

“Anak cacat mental atau anak tunagrahita adalah anak yang mengalami gangguan dalam perkembangan daya pikir serta seluruh kepribadiannya sehingga mereka tidak mampu hidup dengan kekuatan sendiri di dalam masyarakat meskipun dengan cara hidup sederhana”.

Soemantri (1996 : 12) mengemukakan bahwa “tunagrahita atau terbelakang mental merupakan kondisi dimana perkembangan kecerdasannya mengalami hambatan sehingga tidak mancapai tahap perkembangan yang optimal”.

Anak tunagrahita secara peristilahan dikatakan sebagai anak dengan *Intellectual Developmental Disability* (untuk selanjutnya ditulis IDD). *American Association of Mental Retardation* (AAMR) atau yang sekarang berganti nama menjadi *American Assosiation of Intellectual Developmental Disability (AAIDD)* dalam (Hallahan 2009: 147) mendefinisikan

*“mental retardation is a disability characterized by significant limitations both in intellectual functioning and in adaptive behavior as expressed in conceptual, social and practical adaptive skills. This disability originates before age 18”* . Anak yang mengalami retardasi mental adalah memenuhi dua kriteria kelemahan, yakni rendahnya fungsi kecerdasan dan keterampilan adaptif. Kelainan ini terjadi sebelum masa perkembangan yaitu usia 18.

Salah satu di antara klasifikasi tunagrahita adalah tunagrahita kategori ringan. Daniel P. Hallahan (2009 : 149), mengemukakan *“mild intellectual disability is a classification used to specify an individual whose IQ is approximately 50-70”.* Klasifikasi tungarhita ringan digunakan pada individu dengan spesifikasi rentang IQ 50-70.

Tunagrahita sebagai salah satu kategori penyandang hambatan mental/ *intellectual disability* memiliki hambatan dalam dua aspek. Aspek tersebut menurut *American Assosiation of Intellectual Develompental* Disability (AAIDD) dalam (Hallahan 2009 : 147) adalah sebagai berikut:

“*by significant limitation both in intellectual functioning and in adaptive behavior as expressed in conceptual, social and practical adaptive skills”.* Fungsi intelektual dan adaptif tingkah laku adalah dua aspek yang menghambat perkembangan mereke. Perkembangan di bidang mental tidak sejalan dengan perkembangan usia kronologisnya.

Selanjutnya menurut The New American Webster (Amin, 1995:37) mengatakan bahwa “kecerdasan anak tunagrahita ringan paling tinggi sama dengan kecerdasan anak normal usia 12 tahun”.

Dari beberapa pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahita adalah anak yang perkembangan kecerdasannya mengalami hambatan sehingga berdampak pada ketidakmampuan dalam bidang intelektual, kurang cakap dalam berpikir abstrak, kesulitan dalam penyesuian diri dengan lingkungan, sehingga mereka tidak mampu hidup secara wajar di dalam masyarakat meskipun dengan cara yang sederhana.

1. **Penyebab anak tunagrahita**

Menurut Munzayanah (2000 : 14) terjadinya tunagrahita atau retardasi mental dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya adalah bahwa penyebab tunagrahita (retardasi mental) digolongkan menjadi 2 kelompok, yaitu:

1. Kelompok Biomedik yang meliputi:
2. Pre Natal (sebelum kelahiran), dapat terjadi karena:
3. Infeksi pada ibu sewaktu mengandung.
4. Gangguan metabolisme.
5. Irradasi sewaktu umur kehamilan antara 2–6 minggu.
6. Kelainan kromosom.
7. Malnutrisi.
8. Natal (saat kelahiran), antara lain berupa:
9. *Anoxia* (kekurangan oksigen).
10. *Asphysia* (gangguan nafas).
11. Prematuritas dan Postmaturitas.
12. Kerusakan otak.
13. Post Natal (setelah kelahiran), dapat terjadi karena:
14. Malnutrisi.
15. Infeksi.
16. Trauma.
17. Kelompok Sosiokultural, Psikologik atau Lingkungan

Kelompok etiologi ini dipengaruhi oleh proses psikososial dalam keluarga. Dalam hal ini ada 3 macam teori, yaitu:

1. Teori Stimulasi

Pada umumnya penderita tunagrahita (retardasi mental) disebabkan kekurangan rangsang atau kesempatan perhatian dari keluarga.

1. Teori Gangguan

Kegagalan keluarga dalam memberikan proteksi yang cukup terhadap stress pada masa kanak-kanak sehingga mengakibatkan gangguan pada proses mental.

1. Teori Keturunan

Teori ini mengemukakan bahwa hubungan antara orang tua dan anak sangat lemah akan mengalami disorganisasi, sehingga apabila anak mengalami stress akan bereaksi dengan cara yang bermacam-macam untuk dapat menyesuaikan diri. Atau dengan kata lain ”*security system*” sangat lemah dalam keluarga.

Sehubungan dengan hal ini Davis (Munzayanah 2000 : 14) mengemukakan tiga macam teori yaitu :

1. Teori stimulasi,

Pada umumnya penderita retardasi mental yang tergolong ringan, disebabkan karena kekurangan rangsang atau kekurangan kesempatan dari keluarga.

1. Teori gangguan,

Pada umumnya kegagalan keluarga dalam memberikan proteksi yang cukup terhadap stres pada masa anak-anak, sehingga menyebabkan gangguan pada proses mental.

1. Teori keturunan,

Pada umumnya mengemukakan bahwa hubungan antara orang tua dan anak sangat lemah akan mengalami disorganisasi, sehingga apabila anak mengalami stres akan beraksi dengan cara yang bermacam-macam untuk dapat menyesuaikan diri.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penyebab terjadinya tunagrahita dari faktor sosio kultural adalah kekurangan rangsang atau kekurangan kesempatan dari keluarga, stress pada masa kanak-kanak, hubungan antara orang tua dan anak sangat lemah.

1. **Klasifikasi Anak Tunagrahita**

Pengklasifikasian tunagrahita di anggap sangat penting agar kita dapat melayaninya sesuai dengan kebutuhan dan klasifikasinya terutama dalam pelayanan bidang pendidikan. Berdasarkan pemahaman tersebut, Kosasih (2012 : 143) mengemukakan bahwa ada tiga klasifikasi anak tunagrahita menurut skala Binet dan Weschler yaitu :

1. Tunagrahita ringan

Tunagrahita ringan disebut juga moron (*debil*). Menurut skala Binet, Kelompok ini memiliki IQ antara 68-52, sedangkan skala Weschler (WISC) memiliki IQ 69-55. Anak tunagrahita masih dapat belajar membaca, menulis dan berhitung sederhana dengan bimbingan dan didikan yang baik, anak tunagrahita ringan akan dapat memperoleh penghasilan untuk dirinya sendiri.

1. Tungrahita Sedang

Tunagrahita sedang disebut juga embsil. Kelompok ini memiliki IQ 51-36 pada skala Binet dan 54-40 menurut skala Weschler (WICH). Anak tunagrahita sedang sangat sulit bahkan tidak dapat belajar secara akademik seperti belajar menulis, membaca dan berhitung walaupun mereka bisa belajar menulis secara sosial. Misalkan menulis namanya sendiri (mandi, berpakaian, makan, minum) dan mengerjakan pekerjaan rumah tangga (menyapu, membersihkan prabotan rumah tangga dan sebagainya). Dalam kehidupan sehari-hari, anak tunagrahita sangat membutuhkan pengawasan yang terus menerus.

1. Tunagrahita berat

Kelompok tunagrahita ini sering disebut idiot. Kelompok ini dapat dibedakan lagi antara antara anak tunagrahita berat dan anak tunagrahita sangat berat. Tunagrahita berat (*Severe*) memiliki IQ antara 32-20 menurut skala Binet dan antara 39-52 menurut skala Weshler (WISC). Tunagrahita sangat berat (*Profound*) memiliki IQ dibawah 19 menurut skala Binet dan IQ dibawah 24 menurut Weschler (WICH) anak tunagrahita berat memerlukan bantuan perawatan secara total, baik itu dalam hal berpakaian, mandi, ataupun makan. Bahkan, mereka memerlukan perlindungan dari bahaya sepanjang hidupnya.

Sebagaimana dikemukakan Kemis & Rosnawati (2013: 11-15) berpendapat bahwa klasifikasi anak tunagrahita itu terdapat beberapa penggolongan yaitu :

Penggolongan anak tunagrahita untuk keperluan pembelajaran sebagai berikut:

1. *Educable*

Anak pada kelompok ini masih mempunyai kemampuan dalam akademik setara dengan anak regular pada kelas 5 sekolah dasar.

1. *Trainable*

Mempunyai kemampuan dalam mengurus diri sendiri, pertahanan diri, dan penyesuaian social. Sangat terbatas kemampuannya untuk mendapatkan pendidikan secara akademik.

1. *Custodial*

Dengan pemberian latihan yang terus menerus dan khusus, dapat melatih anak rentang dasar-dasar cara menolong diri sendiri dan kemampuan yang bersifat komunikatif.

Klasifikasi anak tunagrahita untuk keperluan pembelajaran sebagai berikut yaitu :

1. Taraf perbatasan *(borderline)* dalam pendidikan disebut sebagai lamban belajar *(slow learner)* dengan IQ 70-85.
2. Tunagrahita mampu didik *(educable mentally retarded*) dengan IQ 50-75 atau 75.
3. Tunagrahita mampu latih (*trainable mentally retarded)* IQ 30-50 atau 35-55.
4. Tunagrahita butuh rawat *(dependet or profoundly mentally retarded)* IQ dibawah 24-30.

Klasifikasi anak tunagrahita secara *medis-biologis* sebagai berikut :

1. Tunagrahita taraf perbatasan (IQ : 68-85)
2. Tunagrahita ringan (IQ: 36-51)
3. Tunagrahita sedang (IQ: 36-51)
4. Tunagrahita sangat berat (IQ: kurang dari 20)

Penggolongan anak tunagrahita secara *sosio psikologis* berdasarkan kriteria *prikometrik* yaitu :

1. Tunagrahita ringan (mild mental retardation = IQ: 55-69)
2. Tunagrahita sedang (moderate mental retardation dengan IQ: 40-54)
3. Tunagrahita berat (severse mental retardation) dengan IQ: 20-39
4. Tunagrahita sangat berat (profound mental retardation) dengan IQ 20 ke atas.

Penggolongan anak tunagrahita secara *social-psikologis* menurut kriteria perilaku adaptif tidak berdasarkan taraf intelegensi, tetapi berdasarkan kematangan social, yaitu :

1. Ringan
2. Sedang
3. Berat
4. Sangat berat

Sedangkan secara klinis, tunagrahita dapat digolongkan atas dasar tipe atau ciri-ciri jasmaniah sebagai berikut:

1. *Sindroma down/mongoloid*
2. *Hydrocephalus* yaitu ukuran kepala besar yang berisi cairan
3. *Microcephalus* yaitu ukuran kepala terlalu kecil dan *makrocephalus* yaitu ukuran kepala terlalu besar

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa klasifikasi anak tunagrahita terbagi atas 3 yaitu tunagrahita ringan (mampu didik) yaitu anak tunagrahita dimana mereka mampu dalam bidang pendidikan mereka bisa dididik untuk membaca, menulis, berhitung dengan skor IQ (50-75 atau 70), tunagrahita sedang (mampu latih) yaitu anak tunagrahita yang tidak mampu dalam bidang pendidikan namun ia bisa dilatih dalam bidang bina dirinya dan tunagrahita berat (mampu rawat) yaitu anak tunagrahita yang sebaiknya diberikan perawatan, penjagaan yang ketak karena anak tipe ini sama sekali hanya bisa dirawat

1. **Pengertian Anak Tunagrahita sedang**

Anak tunagrahita sedang biasa disebut dengan anak mampu latih, artinya anak masih mampu dilatih keterampilan sesuai kemampuan yang dimilikinya dengan latihan secara rutin. Kemampuan yang dimiliki anak tunagrahita sedang adalah kemampuan keterampilan yang sifatnya sederhana. Murid tunagrahita sedang disebut juga *embesil*. Kelompok ini memiliki inteligensi antara 30-50 berdasarkan skala binet. Mereka yang termasuk dalam kelompok tunagrahita sedang memiliki kemampuan intelektual umum dan adaptasi perilaku di bawah tunagrahita ringan. Mereka dapat belajar keterampilan sekolah untuk tujuan-tujuan fungsional, mencapai suatu tingkat "tanggung jawab sosial" dan mencapai penyesuaian sebagai pekerja dengan bantuan.

Murid tunagrahita sedang mampu memperoleh keterampilan mengurus diri (*self help*) seperti: berpakaian, berganti pakaian, mandi, menggunakan WC, makan, menjaga kebersihan gigi dan rnulut, melindungi diri dari bahaya umum di rumah, sekolah dan lingkungan dapat mengadakan adaptasi sosial di rumah dan di lingkungannya, saling berbagi, menghormati hak milik, dan kerja sama; dapat belajar keterampilan dasar akademis (membaca tanda-tanda, berhitung yang sederhana, mengenal nomor-nomor sampai dua angka atau lebih); dan bekerja pada tempat kerja terlindung (*shel tered workshop*) atau pekerjaan rutin di bawah pengawasan.

Pada umumnya murid tunagrahita sedang dapat diketahui sewaktu bayi atau selagi kecil karena keterlambatan perkembangannya dan kadang-­kadang dapat terlihat dari penampilan fisiknya, prevalensi (perkiraan jumlah) murid tunagrahita sedang kira-kira 20% dari jumlah murid tunagrahita (Amin, 1995).

Murid tunagrahita sedang bisa mencapai perkembangan *mental age* (MA) sampai kurang 7 tahun. Dalam kehidupannya, murid tunagrahita sedang membutuhkan pengawasan yang terus-menerus.

Apriyanto (2012:19) Mengemukakan pengertian anak tunagrahita sedang adalah:

Anak tunagrahia sedang atau anak mampu latih adalah anak yang memiliki kemampuan untuk belajar keterampilan sekolah untuk tujuan fungsional, untuk mencapai suatu tingkatan tanggung jawab sosial, rentang IQ yang dimiliki yaitu dari 49-35.

Sedangkan Kosasih (2012:143) memformulasikan pengertian anak tunagrahita sedang adalah:

Tunagrahita sedang disebut juga embesil individu adalah kelompok ini memiliki IQ 51-36 pada skala Binet dan 54-40 pada skala Weschler (WICH) dan sangat suli bahkan tidak dapat belajar secara akademik seperti belajar menulis, membaca dan berhitung.

Selanjutnya Meimulyani (2013:15) berpendapat bahwa:

Anak tunagrahita sedang adalah anak yang tidak jauh berbeda dengan anak tunagrahita ringan, mampu diajak berkomunikasi. Namun, Kelemahannya mereka tidak begitu mahir dalam menulis, membaca, dan berhitung.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahitas sedang adalah individu yang fungsi intelektualnya dibawah rata-rata dan tingkat penyesuaian sosialnya rendah yang terjadi pada masa perkembangan dan kelompok ini tidak jauh berbeda dengan anak tunagrahita ringan namun kelemahannya mereka tidak begitu mahir dalam menulis, membaca, dan berhitung, sehingga dalam proses pembelajarannya anak lebih mengarah pada belajar sambil bermain.

1. **Karakteristik Anak Tunagrahita Sedang**

Karakterisik anak tunagrahita sedang dianggap penting untuk diketahui agar dalam pemenuhan kebutuhan pelayanan pendidikan yang hendak diberikan pada anak tunagrahita terutama dalam proses belajar mengajar dikelas dapat dilayanan sesuai kebutuhan dan karakteristik anak.

Kemis (2013: 17) Mengemukakan karakteristik anak tunagrahita sedang adalah:

1. Lamban dalam mempelajari hal-hal yang baru
2. Kesulitan dalam menggerenalisasikan dan mempelajari hal-hal yang baru baru
3. Kemampuan bicaranya sangat kurang bagi anak tunagrahita berat
4. Cacat fisik dan perkembangan gerak
5. Kurang dalam kemampuan menolong diri sendiri
6. Tingkah laku dan interaksi yang tidak lazim
7. Tingkah laku kurang wajar yang terus menerus.

Selanjutnya Meimulyani (2013: 15) berpendapat bahwa:

Karakteristik anak tunagrahita sedang yaitu tidak jauh berbeda dengan anak tunagrahita ringan. Anak Tunagrahita sedang pun mampu diajak berkomunikasi. Namun, kelemahannya mereka tidak begitu mahir dalam menulis, membaca, dan berhitung.

Sedangkan Apriyanto (2012:36) berpendapat bahwa:

Karakteristik anak tunagrahita sedang adalah anak tunagrahita hamper tidak bisa mempelajari pelajaran akademik. Namun mereka masih bisa dilatih pembelajarannya dengan belajar dengan santai serta belajar sambil bermain dan kelompok ini memiliki potensi untuk mengurus diri sendiri dan dilatih untuk mengerjakan sesuatu secara rutin, dapat dilatih berkawan, mengikuti kegiatan dan menghargai hak milik orang lain.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahita sedang memiliki karakteristik mereka mampu latih (mereka tidak begitu mahir untuk menulis, membaca, berhitung) Namun, bisa dilatih untuk kemampuan bina dirinya), sehingga dalam proses pembelajarannya yaitu dengan belajar santai dan belajar sambil bermain.

1. **Tinjauan tentang Pembelajaran Merawat Diri**
2. **Pengertian merawat diri**

Merawat diri mempunyai pengertian yang sama dengan beberapa istilah, seperti *actives of daily living* yang sering disingkat dengan ADL, merawat diri *self care* (Suhaeri E, 1972). Materi tersebut mempunyai arti hampir sama, yaitu pelajaran yang menyangkut kegiatan jasmaniah, yang dilakukan sehari-hari secara rutin, perbedaannya hanya terlatak pada penekanannya. Keragaman individu dari anak berkebutuhan khusus membawa dampak pada kebutuhan anak secara beragam pula. Salah satu kebutuhan ABK yaitu ADL atau Bina Diri. Berdasarkan fakta lapangan tidak semua ABK memerlukan pembelajaran atau pelatihan Bina Diri, misalnya anak tunarungu wicara dan anak tunalaras karena baik secara fisik, intelektual, juga sensomotorik tidak terganggu sehingga tidak ada hambatan bagi mereka untuk melakukan kegiatan rutin harian kecuali hambatan berkomunikasi bagi ATR dan hambatan penyesuaian sosial-emosi bagi anak tunalaras. Tujuan bidang kajian Bina Diri secara umum adalah agar anak berkebutuhan khusus dapat mandiri dengan tidak/kurang bergantung pada orang lain dan mempunyai rasa tanggung jawab. Sedangkan tujuan khususnya adalah: 1). Menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam tatalaksana pribadi (mengurus diri, menolong diri, merawat diri). 2). Menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam berkomunikasi sehingga dapat mengkomunikasikan keberadaan dirinya. 3).Menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam hal sosialisasi.

Dalam menyusun rencana kegiatan pendidikan Bina Diri diarahkan pada tiga peran, yaitu:

1. Pendidikan Bina Diri sebagai proses belajar dalam diri. Anak harus diberikan kesempatan untuk belajar secara optimal, kapan saja dan dimana saja. Implikasinya terwujud dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk mendengarkan, melihat, mengamati, dan melakukannya.
2. Pendidikan Bina Diri sebagai proses sosialisasi. Pendidikan Bina Diri bukan hanya untuk mencerdaskan dan membuat anak terampil, tetapi juga membuat anak menjadi manusia yang bertanggung jawab.
3. Pendidikan Bina Diri sebagai proses pembentukan dan pengembangan diri anak ke arah kemandirian.

Program khusus Bina Diri terdiri dari beberapa aspek pengembangan yang satu sama lainnya berhubungan dan ada keterkaitan (Suhaeri :1992), yaitu:

1. Merawat diri : makan-minum, kebersihan badan, menjaga kesehatan
2. Mengurus diri : berpakaian, berhias diri
3. Menolong diri: menghindar dan mengendalikan diri dari bahaya
4. Berkomunikasi: komunikasi non-verbal, verbal, atau tulisan
5. Bersosialisasi: pernyataan diri, pergaulan dengan anggota keluarga, teman, dan anggota masyarakat
6. Penguasaan pekerjaan: pemeliharaan alat, penguasaan keterampilan, mencari informasi pekerjaan, mengkomunikasikan hasil pekerjaan dengan orang
7. Pendidikan seks: membedakan jenis kelamin, menjaga diri dan alat reproduksi, menjaga diri dari sentuhan lawan jenis.

Pelajaran ADL terkenal terutama dalam konteks pembelajaran pada anak tunadaksa, tetapi ada pula ahli yang membahas ADL untuk anak tunagrahita istilah mengurus diri atau merawat diri digunakan dalam konteks pembelajaran apada anak tunagrahita berat, tetapi sering pula mencakup pembelajaran anak tunagrahita sedang. Perbedaan yang jelas antara menolong diri dan merawat diri tampak pada rincian yang dikemukakan oleh Hallahan dan Kauffman (1986 : 71) :

Menolong diri mencakup : kebelakang, makan sendiri, berpakaian dan menghias diri. Sedangkan merawat diri mencakup makan, minum memakai gelas, memakan aneka makanan, tertib makan, mengenakan dan menaggalkan baju dengan pengawasan, mengkancing, menarik ritsluiting, mengeringkan tangan dan muka, mandi, jadwal pergi kebelakang, memberi tahu ingin kebelakang dan menggunakan wc dibawah pengawasan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa merawat diri adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhannya sendiri begitu juga dalam hal berpakaian untuk memenuhi kebutuhannya sehari-hari.

1. **Tujuan pembelajaran merawat diri**

Tujuan merawat diri untuk anak tunagrahita Depdikbud (1997 : 1) adalah: Mengembangkan sikap dan kebiasaan-kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari untuk dapat mengurus diri sendiri sehingga mereka dapat menyesuaikan diri dalam kehidupan bermasyarakat. Sesuai dengan kondisi anak tunagrahita maka tujuan merawat diri dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Agar anak dapat memiliki keterampilan dalam mengurus dirinya sendiri.
2. Agar anak dapat menjaga kebersihan mulut dan kesehatan dirinya dengan kemampuan merawat diri.
3. Agar anak dapat tumbuh rasa percaya diri karena telah mampu mengurus dirinya sendiri tanpa bantuan orang lain.
4. Agar anak tidak canggung dalam beradaptasi dengan lingkungannya karena telah mampu/memiliki bekal dengan kemampuan mengurus kepentingannya sendiri.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahita harus memiliki kemampuan dalam mengurus dirinya sendiri agar tidak tergantung kepada orang lain, selain itu anak tnagrahita juga harus selalu menjaga kebersihan mulut dan kesehatan dirinya agar dapat tumbuh rasa percaya diri dan tidak canggung ketika beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

1. **Kurikulum pembelajaran merawat diri**

Pembelajaran merawat diri disebut juga pelajaran merawat diri sendiri atau bina diri yang dalam Kurikulum Pendidikan Luar Biasa masuk Mata Pelajaran Program Khusus Kemampuan Merawat Diri, Sekolah Dasar Luar Biasa Tunagrahita Sedang, Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, Jakarta Tahun 1997. Ruang lingkup kurikulum merawat diri pada SDLB Tunagrahita menurut Depdikbud (1997 : 1) meliputi: usaha membersihkan dan merapikan diri; kebersihan lingkungan dan kesehatan; berbusana; makan dan minum; dan menghindari bahaya. Suranto dan Soedarini (2002 : 8) menyatakan ruang lingkup kemampuan merawat diri dirinci sebagai berikut:

1. Lingkup proses belajar adalah kegiatan belajar mengajar (KBM) untuk mengubah tingkah laku sebagai masukan (*entery behavior*), menuju kemampuan yang diharapkan setelah berakhirnya proses belajar (*out put behavior*) atau kemampuan dengan bantuan menuju kemampuan tanpa bantuan.
2. Lingkup mata pelajaran adalah apa yang harus diajarkan serta sejauh mana keluasan dan kedalamannya. Materi ini meliputi:
3. Kebersihan badan antara lain;
   1. Cuci tangan.
   2. Cuci muka.
   3. Cuci kaki.
   4. Sikat gigi.
   5. Mandi.
   6. Cuci rambut.
   7. Menggunakan kamar kecil atau WC
4. Makan dan Minum meliputi;
5. Makan menggunakan tangan.
6. Makan menggunakan sendok.
7. Makan menggunakan sendok dan garpu.
8. Minum menggunakan gelas.
9. Minum menggunakan cangkir
10. Minum menggunakan sedotan
11. Berpakaian antara lain mengenakan
12. Baju kaos
13. Celana atau rok
14. Kemeja
15. Kaos kaki dan sepatu
16. Berhias meliputi
17. Merapikan rambut dengan sisir dan memakai minyak rambut.
18. Memakai bedak.
19. Memakai aksesoris.
20. Keselamatan diri, antara lain;
21. Menghindari bahaya benda tajam atau runcing.
22. Menghindari bahaya api dan listrik.
23. Menghindari bahaya lalu lintas.
24. Menghindari bahaya binatang.
25. Adaptasi lingkungan, antara lain;
26. Perseorangan.
27. Hidup bersama orang lain

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa merawat diri/mengurus diri terbagi atas beberapa bagian yaitu yang pertama kebersihan badan, makan dan minum, berpakaian, berhias, keselamatan diri dan adaptasi lingkungan. Lingkup mata pelajaran tentang merawat diri tersebut harus diajarkan kepada murid tunagrahita sebagai kegiatan belajar mengajar untuk mengubah tingkah laku sebagai masukan menuju kemampuan yang diharapkan setelah berakhirnya proses belajar.

1. **Prinsip-prinsip dalam pembelajaran dalam merawat diri**

Amin (1994 : 202) secara khusus mengemukakan prinsip-prinsip belajar kelompok bina diri antara lain:

1. Anak diberi kebebasan untuk memilih mata pelajaran yang sesuai dengan minatnya.
2. Penyajian materi harus selalu mengikuti irama dan dinamika proses belajar.
3. Proses belajar hendaknya selalu diulang sesuai kebutuhan anak secara individu.
4. Peran guru atau orang dewasa yang mengantar anaknya untuk dapat menemukan sendiri kesalahannya.

Beberapa pedoman yang perlu ditaati agar latihan merawat diri sendiri dapat berhasil adalah sebagai berikut:

1. Perhatikan apakah anak sudah siap (matang) untuk menerima latihan, kenalilah anak dan terimalah ia dengan segala kekurangannya.
2. Belajar dalam keadaan santai (rileks). Segala sesuatu dikerjakan dengan tegas tanpa ragu-ragu tetapi dengan lemah lembut. Bersikaplah tenang dan manis walau anak melakukan kesalahan berkali-kali. Hindari suasana ribut pada waktu memberikan latihan, agar anak secara jasmani maupun rohani terhindar dari gangguan.
3. Latihan hendaknya diberikan dengan singkat dan sederhana, tahap demi tahap. Usahakan agar pada waktu latihan, anak melihat dan mendengarkan apa yang kita inginkan.
4. Tunjukkan pada anak cara melakukan sesuatu yang benar, berikan contoh-contoh yang mudah dimengerti anak. Jangan banyak kata-kata karena akan membingungkan anak. Satu macam latihan hendaknya diulang-ulang sampai anak mampu melakukannya sendiri dengan benar walau memerlukan waktu yang lama. Bantulah anak hanya bila perlu saja.
5. Pada waktu melakukan sesuatu, iringilah dengan percakapan, dan gunakan kata-kata yang sederhana.
6. Tetapkanlah disiplin/aturan dan jangan menyimpang dari ketetapan utama, waktu dan tempat, karena akan membingungkan anak.
7. Berilah pujian bila usaha yang dilakukan anak berhasil baik. Tidak perlu memberi pujian yang berlebihan bila memang usaha yang dikerjakan anak belum begitu berhasil. Tolong anak agar lain kali berusaha lebih baik lagi.
8. Tidak perlu merasa kecewa bila tidak tampak kemajuan pada anak walau latihan sudah lama, hentikan latihan agar anak tidak frustasi dan merasa gagal.
9. Fleksibilitas. Jika metode latihan tetap tidak berhasil setelah latihan cukup lama, analisalah persoalan dengan cermat. Mungkin terdapat kesulitan pada anak dalam mengikuti metode tersebut. Jika demikian, metode perlu disusun kembali sesuai dengan batas kemampuan dan kondisi anak.
10. Sangat penting bahwa guru menggunakan kata-kata atau istilah yang sama, juga isyarat dan metode mengajar yang sama agar anak tidak bingung mengikuti latihan yang diajarkan.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak diberi kebebasan untuk memilih mata pelajaran yang sesuai dengan minatnya selain itu penyajian materi harus selalu mengikuti irama dan dinamika proses belajar dan hendaknya selalu diulang sesuai kebutuhan anak secara individu selain itu peran guru dan orang dewasa sangat penting yang mengantar anaknya untuk dapat menemukan sendiri kesalahannya.

Mumpuniarti (2007 : 53) menyatakan prinsip-prinsip belajar yang fungsional bagi penyandang hambatan mental yang perlu diperhatikan adalah:

1. Prinsip pendidikan berbasis kebutuhan individu; yaitu memperhatikan kebutuhan setiap individu dan berdasarkan asesmen yang dapat berisi deskripsi kondisi saat ini, tujuan, layanan dan evaluasi.
2. Analisis penerapan tingkah laku; kegiatan dilaksanakan *step by step* atau tahap demi tahap dengan waktu tertentu, jika belum tecapai maka diperpanjang waktunya, kegiatan atau tugas lebih diurai lagi.
3. Prinsip relevan dengan kehidupan sehari-hari dan keterampilan yang fungsional di keluarga dan masyarakat. Hal ini untuk mengoptimalkan kemandirian mereka.
4. Prinsip berinteraksi maknawi secara terus-menerus dengan keluarga; kerjasama dengan orangtua yang maknawi untuk menyampaikan ketercapaian siswa yang konkret.
5. Prinsip *decelerating behavior*; mengurai tingkah laku yang tidak dikehendaki dengan cara menjauhkan situasi pembangkit, mencegah supaya tingkah laku yang tidak dikehendaki tidak muncul, bila muncul diacuhkan, hukuman supaya tidak diulang, pembiasaan pada tingkah laku yang baik dan memberi sambutan (pujian).
6. Prinsip *accelerating behavior*; untuk membangun kebiasaan dan kemampuan.

Berdasarkan prinsip-prinsip di atas maka ada tiga faktor penting yang harus dimiliki oleh guru atau pendidik yaitu kesabaran, keuletan dan kasih saying pada anak tunagrahita ringan tersebut, agar anak tunagrahita ringan lebih semangat untuk mempelajari pembelajaran dan merasa dihargai, juga tidak cepat merasa bosan.

1. **Pengertian Analisis Tugas**

Analisis tugas adalah suatu deskripsi rinci dari setiap tingkah laku yang akan dilakukan atau yang akan dikerjakan. Oleh karena itu analisa tugas menggambarkan suatu rangkaian atau urutan satuan tugas kecil tingkah laku. Setiap langkah dari analisis tugas merupakan komponen yang harus dikerjakan satu demi satu.

Oleh karena itu setiap langkah dalam analisis tugas merupakan kesatuan utuh dari keseluruhan tingkah laku, maka analisis tugas harus didefinisikan secara jelas, tepat dan akurat sehingga setiap langkah dari analisis tugas dapat dicapai murid.

Anda telah mempelajari bahwa siswa dengan keterbelakangan mental mengalami kesulitan dengan metakognisi. Untuk berhasil, mereka harus memiliki tugas dan kegiatan jelas diuraikan dan disajikan kepada mereka sehingga mereka tidak perlu membuat penilaian tentang apa yang harus dilakukan berikutnya atau apakah pilihan lain harus dipertimbangkan. Strategi pembelajaran untuk memastikan jenis belajar yang sangat sistematis disebut analisis tugas menurut Friend (2005 : 309). Pikirkan tentang bagaimana tugas-tugas kompleks yang ada di sekolah. Anda dapat menyelesaikan tugas tersebut dengan mudah, tapi siswa dengan keterbelakangan mental tugas-tugas seperti itu yang menakutkan. Dalam analisis tugas, tanggung jawab profesional adalah untuk memecahkan setiap tugas atau kegiatan dari mengikuti peraturan kelas untuk menggunakan musik instrumen-menjadi langkah-langkah kecil dan kemudian mengajarkan langkah-langkah untuk siswa. Dengan membantu siswa untuk belajar setiap langkah kecil dari setiap proses pelaksanaannya.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa analisis tugas adalah suatu cara pembelajaran yang menekankan pada penguasaaan pada setiap tahap-tahap atau langkah-langkah pelaksanaan dari suatu kegiatan. Setiap langkah secara berurutan harus dikuasai sesuai dengan urutan yang benar, sebelum satu dikuasai maka tahap berikutnya belum dapat dilakukan. Setiap tahap pelaksanaanya langsung dipraktekkan oleh murid maupun dengan menggunakan alat peraga.

1. **Tujuan Analis Tugas**

Didalam menentukan urutan tugas setiap satuan kegiatan yang akan dilatihkan atau diajarkan hendaknya mempertimbangkan 2 (dua) hal yaitu :

1. Tujuan behavorial hendaknya dirumuskan secara spesifik dan dinyatakan dalam bentuk tugas (kata kerja). Dalam merumuskan urutan relatif sama, tetapi jumlah dari urutan satuan tugas itu mungkin akan berbeda tergantung kepada kemampuan murid.
2. Kemampuan awal hendaknya menentukan jumlah urutan satuan tugas dari setiap tingkah laku yang dinyatakan dalam tujuan behavorial akan tergantung kepada yang dikuasai murid prasyarat dari tingkah laku, maka urutan langkah analisis tugas menjadi sedikit.
3. **Langkah-langkah Penerapan analisis tugas memakai kemeja lengan pendek**

Adapun langkah-langkah penerapan analisis tugas dalam memakai baju kemeja berkancing antara lain sebagi berikut Depdikbud (1997 : 7) :

* 1. Mengambil kemeja lengan pendek
  2. Memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kanan kemeja lengan pendek
  3. Memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kiri kemeja lengan pendek
  4. Rapikanlah kerah baju kemeja
  5. Samakanlah ke dua ujung kemeja lengan pendek
  6. Peganglah kancing bagian atas dari dengan tangan kanan
  7. Pegang lubang kancing bagian atas dengan tangan kiri
  8. Masukkanlah kancing ke dalam lubang kancing
  9. Lakukanlah hal yang sama dengan kancing-kancing di bawahnya
  10. Rapikanlah baju setelah dikancing

Adapun langkah-langkah penggunaan analisis tugas menurut Friend (2005 : 310) sebagai berikut :

Anda telah mendapatkan arah untuk melakukan perjalanan dari lokasi anda saat ini ke alamat asing? atau anda mengikuti langkah-langkah yang tercantum di manual kamera digital baru anda untuk mengetahui bagaimana mengubah resolusi pada gambar dan cara manual mengatur fokus? setiap contoh adalah jenis analisis tugas, yaitu memecah tugas-tugas kompleks menjadi banyak langkah yang lebih kecil sehingga setiap langkah dapat dipelajari secara terpisah, yang akhirnya sukses di tugas yang kompleks.

Analisis tugas sering membantu dalam mengajar siswa dengan keterbelakangan mental. Adapun langkah-langkah dalam mengikat tali sepatu yaitu:

Mengikat tali sepatu

* menjepit tali.
* tarik tali.
* menggantung ujung tali dari sisi yang sesuai sepatu.
* mengambil tali di tangan yang sesuai.
* mengangkat tali di atas sepatu.
* menyeberangi renda kanan atas yang kiri untuk membentuk sebuah tepee.
* membawa renda kiri menuju siswa.
* tarik renda kiri melalui lubang.
* tarik tali dari satu sama lain.
* menekuk renda kiri untuk membentuk lingkaran.
* tekan pembatas simpul bersama tangan kiri.
* membawa renda hak atas jari-jari dan di sekitar putaran.
* mendorong renda kanan melalui lubang.
* tarik lilitan dari satu sama lain.

Analisis tugas dapat digunakan untuk banyak hal seperti keterampilan, tetapi juga dapat digunakan untuk membantu anda berpikir tentang mengajarkan keterampilan akademis atau organisasi. Langkah-langkah apa yang mungkin anda masukkan dalam analisis tugas menulis kalimat atau bersiap-siap untuk meninggalkan kelas pada akhir pembelajaran?

Untuk menempatkan langkah bersama-sama, para siswa ini dapat menguasai lebih banyak dan lebih tugas-tugas kompleks. Instruksi khusus atas menguraikan langkah-langkah untuk menggunakan analisis tugas dan termasuk contoh itu yang digunakan. Perlu diingat bahwa siswa dengan keterbelakangan mental mungkin perlu praktek langkah-langkah untuk tugas lebih dari siswa lain. Untuk pekerjaan akademis, komputer dengan melacak lebih dan-praktek perangkat lunak (misalnya, untuk fakta-fakta matematika atau suara konsonan) membuat jumlah latihan yang tersedia hampir tak terbatas. Untuk kegiatan seperti berikut rutinitas kelas atau bergerak di sekitar sekolah, teman sebaya, paraprofesional, atau relawan mungkin bisa membantu.

1. **Kerangka Pikir**

Murid tunagrahita sedang (mampu latih) hampir tidak bisa mempelajari pelajaran yang bersifat akademik. Mereka pada umumnya belajar secara membeo. Perkembangan bahasanya pun lebih terbatas dari pada tunagrahita ringan. Mereka hampir selalu bergantung pada orang lain, tetapi dapat membedakan bahaya dan bukan bahaya. Mereka masih mempunyai potensi untuk belajar memelihara diri dan menyesuaikan diri terhadap lingkungannya, dan dapat mempelajari beberapa pekerjaan yang mempunyai arti ekonomi. Pada umur dewasa mereka baru mencapai kecerdasan yang sama dengan anak umur tujuh sampai delapan tahun.

Dengan demikian anak tunagrahita sedang perlu diberi bekal keterampilan merawat dirinya sendiri supaya dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Anak tunagrahita sedang hanya mampu dilatih dengan pendekatan kesabaran dan berulang-ulang tentang berbagai aspek kehidupan, khususnya kebutuhan yang menyangkut dirinya sendiri, serta kebutuhan lainnya dengan baik sehingga anak mampu memenuhi kebutuhan sendiri tanpa harus bergantung pada orang lain yang ada disekitarnya, seperti : saudara, orang tua, dan teman. Sebaliknya jika pendidikan merawat diri sendiri yang dilakukan dalam melatih murid tunagrahita sedang tidak berhasil, maka anak cenderung untuk selalu menggantungkan diri pada orang lain.

Pendidikan merawat diri sendiri yang berhasil ditandai dengan adanya program yang jelas, usaha guru yang ulet, sabar dan adanya evaluasi yang terus menerus untuk melihat keberhasilan tahap demi tahap.

Pembelajaran Bina Diri meliputi kemampuan merawat diri, bisa juga disebut menolong diri sendiri atau mengurus diri sendiri. Kemampuan merawat diri didapatkan tidak langsung diwariskan dari orangtua. Murid tunagrahita sedang kemampuan berpikirnya sangat terbatas, dan mereka mengalami kesulitan dalam mempelajari merawat dirinya. Apa yang oleh anak normal pada umumnya dapat dipelajari secara insidental atau melalui pengamatan, maka untuk anak tunagrahita ringan harus melalui proses pembelajaran dan dengan usaha yang keras. Pembelajaran tersebut dimulai dengan program yang mudah atau ringan, sederhana, sistematis, khusus dan dalam taraf yang selalu diulang-ulang. Kemampuan merawat diri mencakup beberapa hal yang berkaitan dengan kepentingan anak sehari- hari antara lain; makan dan minum, kebersihan dan kerapian diri yang meliputi kebersihan badan, berpakaian, berhias diri, keselamatan diri dan adaptasi sosial atau lingkungan. Dengan pembelajaran merawat diri sendiri atau bina diri diharapkan murid tunagrahita ringan dapat mengurus dirinya atau merawat dirinya tanpa bergantung pada orang lain.

Untuk mengantisipasi hal tersebut diatas, maka salah satu upaya yang dapat diberikan bagi murid tunagrahita sedang dalam hal merawat diri adalah memberikan cara merawat diri melalui penerapan analisis tugas agar kemampuan merawat diri murid tunagrahita sedang dapat meningkat.

Kemampuan memakai kemeja lengan pendek murid tunagrahita sedang masih rendah

Langkah-langkah penerapan analisis tugas :

* 1. Mengambil kemeja lengan pendek
  2. Memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kanan kemeja lengan pendek
  3. Memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kiri kemeja lengan pendek
  4. Rapikanlah kerah baju kemeja
  5. Samakanlah ke dua ujung kemeja lengan pendek
  6. Peganglah kancing bagian atas dari dengan tangan kanan
  7. Pegang lubang kancing bagian atas dengan tangan kiri
  8. Masukkanlah kancing ke dalam lubang kancing
  9. Lakukanlah hal yang sama dengan kancing-kancing di bawahnya
  10. Rapikanlah baju setelah dikancing

Kemampuan memakai kemeja lengan pendek murid tunagrahita sedang meningkat

Gambar 1. Skema Kerangka Pikir

1. **Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan kajian teori dan kerangka pikir di atas maka pertanyaan penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah kemampuan murid tunagrahita sedang kelas dasar I di SLB Negeri Makassar sebelum penerapan analisis tugas ?
2. Bagaimanakah kemampuan murid tunagrahita sedang kelas dasar I di SLB Negeri Makassar sesudah penerapan analisis tugas ?
3. Bagaimanakah peningkatan kemampuan merawat diri murid tunagrahita sedang kelas dasar I di SLB Negeri dalam memakai baju kemeja berkancing ?