**BAB II**

**TINJAUAN PUSTAKA KERANGKA PIKIR DAN PERTANYAAN PENELITIAN**

1. **TINJAUAN PUSTAKA**
2. **Konsep anak tunagrahita**
3. **Pengertian anak tunagraita**

Dalam dunia pendidikan ditemukan anak-anak yang memiliki kecerdasan di atas rata-rata dan cepat dalam belajar. Disamping itu ada juga anak-anak pada umumnya memiliki kecerdasan dibawah rata-rata dan memiliki hambatan dalam penyesuaian diri dengan lingkungan sekitarnya, anak jenis ini adalah disebut 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.

10

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.

Menurut pendapat di atas bahwa anak yang mengalami retardasi mental adalah anak yang memiliki dua kriteria kelemaha, yakni rendahnya fungsi kecerdasan dan keterampilan adaptif dan terjadi pada masa perkembangan

Selanjutnya Kemis (2013 : 10 ) bahwa pengertian anak tunagrahita adalah sebagai berikut :

1. Kelainan yang meliputi fungsi intelektual umum di bawa rata-rata (sub-average), yaitu IQ 84 ke bawah sesuai tes
2. Kelainan yang muncul sebelum usia 16 tahun
3. Kelainan yang menunjukkan hambatan dalam perilaku adaptif

Menurut Amin (1995 : 19 ) menyatakan bahwa tunagrahita adalah :

Seseorang dikatakan tunagrahita apabila kecerdasannyajelas-jelas di bawah rata-rata dan berlangsung pada masa perekembangan serta terhambat dalam adaptasi tingkah laku terhadap lingkungan sosialnya

Dari beberapa pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahita adalah anak yang perkembangan kecerdasannya mengalami hambatan sehingga berdampak pada ketidakmampuan dalam bidang intelektuanya jelas-jelas di bawah rata-rata dan berlangsung pada masa perkembangan serta terhambat dalam adaptasi tingkah laku terhadap lingkungan sosialnya, sehingga mereka tidak mampu hidup secara wajar di dalam masyarakat meskipun dengan cara yang sederhana.

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

**c. Pengertian anak tunagrahita sedang**

6

Anak tunagrahita terbagi dalam tiga klasifikasi yang mempunyai ciri-ciri khas dan tingkat ketunagrahitaan yang berbeda diantaranya anak tunagrahita ringan, anak tunagrahita sedang dan anak tunagrahita berat. Adapun jenis anak tunagrahita yang akan saya teliti adalah anak tunagrahita sedang.

Anak tunagrahita sedang adalah individu yang fungsi intelektualnya 40-54 dan adaptasi perilaku yang terjadi pada masa perkembanganya namun mereka dapat memperoleh keterampilan dalam kehidupan sehari hari baik dalam keterampilan mengurus diri maupun ketrampilan dasar akademik.

Amin (1995 : 23 ) mengemukakan pengertian anak tunagrahita sedang adalah

Mereka yang termasuk dalam kelompok tunagrahita sedang memiliki kemampuan intelektual umum dan adaptasi perilaku di bawa tunagrahita ringan. Mereka dapat belajar keterampilan sekolah untuk tujuan-tujuan fungsional, mencapai suatu tingkat’’tanggung jawab sosial’’ dan mencapai penyesuaian sebagai pekerja dengan bantuan.

Dari pendapat di atas dapat di simpulkan anak tunagrahita sedang termasuk dalam kelompok yang memiliki kemampuan intelektual umum dan adapatasi perilaku di bawa rata-rata. Anak tunagrahita dapat belajar keterampilan sekolah untuk tujuan fungsional, mencapai tanggung jawab social untuk penyesuaian dalam hal pekerjaan.

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).

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 sulit bahkan tidak dapat belajar secara akademik seperti belajar menulis, membaca dan berhitung.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahita sedang adalah individu yang fungsi intelektualnya dibawah rata-rata dan adaptasi perilaku yang terjadi pada masa perkembanganya namun mereka dapat memperoleh keterampilan dalam kehidupan sehari hari baik dalam keterampilan mengurus diri maupun ketrampilan dasar akademik untuk tujuan-tujuan fungsional mencapai suatu tanggung jawab sosial dalam penyesuaian diri sebagai pekerja dengan bantuan.

1. **Penyebab anak tunagrahita sedang**

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang menjadi tunagrahita, baik itu faktor dari dalam maupun dari luar, penyebab ketunagrahitaan perlu untuk di ketahui agar supaya dapat dihindari hal-hal yang dapat memicu lahirnya anak dengan ketunagrahitaan dapat di hindari atau di minimalisir

Tunagrahita sedang dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Adapun sebab-sebab tunagrahita menurut Kemis (2013:15) yaitu :

1. Generik

Kerusakan/kelainan *biokimiawi,abnormalitas kromosomal*

1. Sebelum lahir (*Pre Natal*)
2. *Infeksi rubella* (cacar)
3. Faktor *Rhesus* (Rh)
4. Kelahiran (*Pre Natal*) yang di sebabkan oleh kejadian yang terjadi pada saat kelahiran.
5. Setelah kelahiran (*post natal*) akibat infeksi misalnya *meningitis* (peradangan pada selaput otak) dan problema nutrisi yaitu kekurangan gizi seperti kekurangan protein
6. Faktor sosio-kultural atau social budaya lingkungan
7. Gangguan metabolism/nutrisi
8. *Phenyketonuria*
9. *Gargolisme*
10. *Cretinisme*

Dari pendapat disimpulkan tunagahita sedang disebabkan oleh beberapa faktor yang disebabkan oleh kerusakan kelainan genetic,faktor sebelum lahir yaitu infeksi rubella dan faktor rhesus, faktor kelahiran, faktor sosio-kultural atau social budaya lingkungan dan gangguan metabolisme

Lebih lanjut Kemis (2013: 16) menjelaskan bahwa penyebab tunagrahita sedang sebagai berikut :

1. Infeksi dan/atau *intoxikasi*
2. Rudapaksa dan/atau sebab fisik lain
3. Gangguan *metabolisme* ,pertumbuhan atau gizi atau nutrisi
4. Penyakit otak yang nyata (kondisi setelah lahir /*post natal*)
5. Akibat penyakit atau pengaruh sebelum lahir (pre natal) yang tak di ketahui
6. Akibat kelainan kromosomal
7. Gangguan waktu kehamilan *(gestational disorders)*
8. Gangguan *pasca-psikiatrik* /gangguan jiwa berat *(post-phychiatrik disorders)*
9. Pengaruh lingkungan
10. Kondisi-kondisi lain yang tak tergolongkan

Berdasarkan pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa penyebab tunagrahita sedang adalah adanya infeksi, adanya sebab lain, adanya gangguan *metabolisme,*adanya penyakit otak yang nyata (kondisi setelah lahir),adanya akibat penyakit atau pengaruh sebelum lahir yang tak di ketahui, adanya pengaruh lingkungan seta kondisi lain yang tak tergolongkan.

Sudrajat & Rosida (2013 : 21) menjelaskan bahwa tunagrahita dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu :

1. Genetik

 Kerusakan/kelainan biokimiawi, abnormalitas kromosomal

1. Sebelum lahir (pre-natal)
2. Infeksi rubella (cacar)
3. Faktor Rhesus (Rh)
4. Kelahiran (pre-natal) yang disebabkan oleh kejadian yang terjadi pada saat kelahiran
5. Setelah lahir (post-natal) akibat infeksi misalnya : meningitis (peradangan pada selaput otak) dan problema nutrisi yaitu kekurangan gizi seperti kekurangan protein
6. Faktor sosio-kultural atau sosial budaya lingkungan
7. Gangguan metabolism/nutrisi
8. Phenylketonuria
9. Gargoylisme
10. Cretinisme

Terdapat berbagai faktor yang dapat menyebabkan seseorang menjadi tunagrahita dalam Amin (1995 : 62) para ahli dari berbagai ilmu telah berusaha membagi faktor-faktor penyebab ini menjadi beberapa kelompok. Strauss mengelompokkan faktor-faktor tersebut menjadi dua gugus yaitu :

*Endrogen dan eksogen*. Suatu faktor yang dimasukkan ke dalam gugusan endrogen apabila letaknya pada sel keturunan, faktor ini diturunkan. Sedangkan yang termasuk faktor eksogen adalah hal-hal di luar sel keturunan, misalnya infeksi dan virus yang menyerang otak,benturan,radiasi, dan sebagainya; faktor ini tidak diturunkan.

Amin (1995 : 62) menjelaskan faktor penyebab tunagrahita sebagai berikut

Bahwa dalam kalangan lain membagi faktor-faktor ini atas faktor lingkungan dan faktor individual yaitu yang bekerja dengan lapangan sosiologi biasanya memasukkan hal-hal yang terjadi sesudah sebagai faktor lingkungan; yang terjadi sebelum lahir termasuk faktor individualsedangkan yang bekerja dengan lapangan biologiscenderung memasukkan semua hal yang terjadi di luar bibit benih (gene) sebagai *faktor lingkungan,* adapunyang mereka masukkan ke dalam *faktor individual* hanyalah faktor-faktor yang terdapat dalam benih’’

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penyebab anak tunagrahita adalah sebelum lahir *(Pre natal)* yang di mana sebelum lahir itu karena faktor keturunan,infeksi dan keracunan, Setelah lahir *(Post Natal)* yaitu trauma dan pengaruh zat radio aktif , serta terdapat masalah pada saat kelahirannya dan pada masa perkembangan yaitu faktor lingkungan dimana tingkat social ekonomi rendah mempengaruhi penyebab ketunagrahitaan karena ketidakmampuan orang tua memberikan stimulus yang diperlukan selama masa-masa perkembangan anaknya.

1. **Karakteristik anak tunagrahita sedang**

Karakteristik 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 dilayanani 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.
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.

Berdasarkan pendapat di atas dapat di simpulkan krakteristik anak tunagrahita sedang yaitu lamban dalam mempelajari hal-hal yang baru,kesulitan, kemampuan bicaranya sangat kurang,cacat fisik dan pekembangan gerak, kurang dalam kemampuan menolong diri sendiri, tingkah laku dan interaksi yang tidak lazim dan tingkah lakunya kurang wajar.

 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.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan karakteristik anak tunagrahita sedang tidak jauh beda dengan anak tunagrahita ringan, anak tunagrahita sedang dapat diajak berkomunikasi namun kelemahannya mereka tidak mahir dalam menulis,membaca dan berhitung.

Amin (1995 : 39) menyatakan bahwa karakteristik anak tunagrahita sedang adalah :

Anak tunagrahita sedang hampir tidak bisa mempelajari pelajaran-pelajaran akademik. Mereka pada umumnya belajar secara membeo. Perkembangan bahasanya lebih terbatas dari pada anak tunagrahita ringan. Mereka hamper selalu bergantung pada perlindungan orang lain, tetapi dapat membedakan bahaya dan yang bukan membahayakan. Mereka masih mempunyai potensi untuk belajar memelihara diri dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan, dan dapat mempelajari beberapa pekerjaan yang mempunyai arti ekonomi.

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 bina diri**
2. **Pengertian bina diri**

Bina diri adalah suatu pembinaan dan pelatihan tentang kegiatan kehidupan sehari-hari yang diberikan pada anak berkebutuhan khusus yang bersekolah di sekolah luar biasa (SLB) maupun di sekolah inklusif/sekolah regular yang menyelenggarakan layanan pendidikan untuk anak berekebutuhan khusus. Bina diri yang dimaksud adalah kemampuandalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan yang dilakukan dari mulai tidur sampai tidur kembali, kegiatan tersebut antara lain merawat,mengurus dan memelihara diri yang merupakan kegiatan rutin dan mendasar yang harus dikuasai oleh manusia.

Pembelajaran bina diri ini dibelajarkan atau dilatihkan berebda-beda disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan yang dimiliki anak (Sudrajat & Rosida, 2013 : 56 )

Bina 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 terletak 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 di 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.

Sudrajat & Rosida (2013 :76 ) mengemukakan pengertian bina diri bahwa :

Binadiri merupakan salah satu mata pelajaran yang khusus dimasukan pada anak-anak yang memiliki gangguan mental/tunagrahita. Pelajaran bina diri dimasudkan agar anak dapat memliki kecakapan diri khususnya untuk keperluan diri sendiri dapat melaksanakan sendiri tanpa menggantungkan pada orang lain. Materi bina diri yang diberikan meliputi 1) usaha membersihan dan merapikan diri, 2) berbusana, 3) minum dan makan, 4) menghindari bahaya.

 Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bina diri merupakan mata pelajaran yang khusus untuk anak yang memiliki gangguan mental. Materi bina diri yang diberikan meliputi usaha membersihkan dan merapikan diri, berbusana,minum dan makan dan menghindari bahaya

Menurut Depdikbud suatu kajian yang aplikatif untuk anak-anak tunagrahita dalam membangun diri, berkomunikasi dengan orang lain, dan beradaftasi dengan lingkungan.

Pendidikan bina diri merupakan suatu alternative bagi pengembangan potensi anak tunagrahita karena bila dilihat dari segi intelektual sangat terbatas.

Menurut Sudrajat & Rosida ( 2013 : 54 ) mengemukakan defenisi bina diri sebagai berikut :

Bina diri merupakan serangkaian kegiatan pembinaan dan latihan yang dilakukan oleh guru yang professional dalam pendidikan khusus, secara terencana dan terprogram terhadap individu yang membutuhkan layanan khusus, yaitu individu yang mengalami gangguan koordinasi gerak-gerak motorik, sehingga mereka dapat melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari, dengan tujuan meminimalisasi dan atau menghilangkan ketergantungan terhadap bantuan orang lain dalam melakukan aktivitasnya aktivitas kehidupan sehari-hari, mulai dari aktivitas bangun tidur sampai tidur kembali. Kegiatan ini dikenal dengan istilah ADL *(Actifity of Daily Living)*

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.

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

1. **Tujuan pembelajaran bini diri**

Tujuan merawat diri untuk anak tunagrahita 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 sebagai berikut Depdikbud (1997 : 1) :

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.

Menurut sudrajat & Rosida (2013 : 57) menjelaskan bahwa tujuan bina diri adalah :

Tujuan bina diri ini diberikan pada anak berkebutuhan khusus agar mereka mampu dan tidak bergantung pada bantuan orang lain, serta dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan mampu bersosialisasi dengan lingkungan serta menjadi bekal dalam kehidupannya dimasa yang akan dating.

Dalam buku pedoman guru Keterampilan Guru Keterampilan Khusus Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Segi Kehidupan Sehari-hari untuk SLB C. tujuan pendidikan bina diri yaitu :

1. Agar siswa dapat hidup secara wajar dan mampu menyesuaikan diri di tengah-tengah kehidupan keluarga.
2. Agar siswa dapat menyesuaikan diri dalam pergaulan dengan teman-temannya yang sebaya, baik di sekolah maupun di dalam masyarakat.
3. Agar siswa dapat menjaga kebersihan tanpa bantuan orang lain.
4. Agar siswa dapat mengurus keperluan hidupnya sendiri serta dapat memecahkan masalahnya sendiri.
5. Agar siswa dapat membantu orang tua dalam mengurus rumah tangga, baik dalam kebersihan, ketertiban, maupun dalam usaha pemeliharaan.
6. Agar siswa mampu berpartisipasi dalam menciptakan kehidupan keluarga yang sejahtera.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak tunagrahita harus memiliki kemampuan dalam mengurus dirinya sendiri agar tidak tergantung kepada orang lain dan dapat membantu dalam mengurus rumah tanggah sehingga menciptakan kehidupan keluarga yang sejahtera, selain itu anak tunagrahita juga harus selalu menjaga kebersihan dan kesehatan dirinya agar dapat tumbuh rasa percaya diri dan tidak canggung ketika beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

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

Setelah memahami tentang pengertian bina diri dan tujuan bina diri, maka selanjutnya akan membahas tentang prinsip dasar bina diri

Amin (1995 : 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.

Berdasarkan pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa prinsip-prinsip belajar kelompok bina diri adalah anak di beri kebebasan,adanya penyajian materi yang mengikuti irama dan dinamika proses belajar, proses belajar selalu diulangi sesuai kebutuhan anak.

Sudrajat & Rosida (2013 : 58 ) prinsip dasar bina diri :

1. Prinsip fungsional bina diri

Adalah layanan yang diberikan dalam bentuk latihan-latihan fungsi otot dan sendi. Tujuannya adalah meningkatkan fungsi gerak otot dan sendi agar mencapai kemampuan garak yang optimal sesuai dengan standar geral ROM

1. Prinsip suportif bina diri

Adalah latihan atau pembinaan untuk meningkatkan motivasi, dan percaya diri bahwa dirinya mempunyai kemampuan yang dapat dikembangkan. Tujuannya adalah menanamkan rasa percaya diri, dan motivasi sehingga mempunyai keyakinan bahwa gangguan/kecacatan yang dialaminya tidak menjadi hambatan untuk berprestasi.

1. Prinsip evaluasi bina diri

Adalah kegiatan layanan atau pembinaan secara terstruktur dan berkelanjutan diadakan evaluasi tentang keberhasilan yang telah dicapai, dengan standar perkembangan atau kemampuan standar normal.

1. Prinsip activiry of daily living

Peminaan atau latihan yang diberikan mengacu kepada segala aktifitas yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan mulai dari bangun tidur sampai tidur kembali.

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 sayang pada anak tunagrahita ringan tersebut, agar anak tunagrahita ringan lebih semangat untuk mempelajari pembelajaran dan merasa dihargai, juga tidak cepat merasa bosan.

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.

1. **Kurikulum pembelajaran bina diri**

Program bina diri merupakan suatu program pembinaan yang berkesinambungan agar siswa dapat mengembangkan potensinya seoptimal mungkin. Program bina diri secara prinsip dikembangkan untuk membantu anak berkebutuhan khusus agar dapat hidup lebih wajar dan mandiri. Untuk membantu peserta didik mandiri diperlukan program yang membantu peserta didik belajar dan bias melakukan dengan wajar dan baik. Dalam pengembangan program bina diri menurut Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat bahwa : ‘’model program yang dikembangkan oleh guru tidak terkait pada salah satu model tetapi lebih fleksibel, misalnya untuk peserta didik tunagrahita dapat digunakan model tematik, analisis tugas atau silabus mata pelajaran, secara klasikal, tetapi untuk program secara individual (PPI) , atau melalui program yang dikerjasamakan dengan orang tua peserta didik. (Sudrajat & Rosida 2013 : 59 )

Pembelajaran bina 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 panduan pelaksanaan kurikulum pandidikan khusus menurut Dinas Pendidikan Bidang Pendidikan Luar Biasa

Program khusus bina diri mempunyai tujuan sebagai berikut, mengenal cara bina diri (mengurus diri, merawat diri, menolong diri,berkomunikasi dan beradaptasi), melakukan sendiri bina diri secara minimal dalam hal, mengurus diri, merawat diri,meolong diri, berkomunikasi dan beradaptasi (Sudrajat & Rosida 2013:61)

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa bina 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. **Tinjauan tentang kemandirian**

**a. Pengertian kemandirian**

Salah satu aspek psikososial yang dengan gigih harus diperjuangkan oleh setiap remaja tunagraita adalah memperoleh kemandirian. Kemandirian untuk mengurus diri dan kemandirian dalam menghasilkan suatu materi berbekal keterampilan yang sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuannya yang dapat memiliki kepercayaan pada diri sendiri sehingga perilaku yang timbul berasal dari kekuatan dorongan dalam diri sendiri dan tidak berpengaruh pada orang lain. Kemandirian untuk anak tunagrahita yaitu diharapkan anak dapat mengurus diri sendiri dan bertanggungjawab.

Menurut Barus dalam Hadi ( 2005 : 268) mengemukakan bahwa kemandirian adalah :

Menunjukkan pada kemampuan psikososial yang mencakup kebebasan untuk bertindak,tidak tergantung pada orang lain, tidak terpengaruh lingkungan, dan bebas mengatur kebutuhan sendiri. Kebebasan untuk mengambil inisiatif, kemampuan mengatasi hambatan dan melakukan sendiri segala sesuatu tanpa bantuan orang lain.

Kemandirian diartikan sebagai suatu sikap yang ditandai dengan adanya kepercayaan diri dan terlepas dari kebergantungan (Chaplin, 1995), selanjutnya Benson dan Grove (2000) menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan kemandirian adalah kemampuan individu untuk memutuskan sendiri dan tidak terus menerus berada di bawah kontrol orang lain.

Berdasarkan pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak yang mandiri adalah anak yang mampu melakukan aktivitasnya sendiri tanpa banyak bergantung dengan orang lain.

1. **Aspek-aspek kemandirian**

Seseorang di katakan mandiri jika memenuhi aspek kemandirian baik dari aspek emosi,perbuatan, dan nilai.

Menurut Barus dalam Hadi (2005 : 269-276) mengemukakan aspek-aspek kemandirian sebagai berikut :

1. Otonomi emosi (*emotional autonomy*)

Aspek kemandirian yang berhubungan dengan perubahan kedekatan/keterkaitan hubungan emosional individual, terutama sekali dengan orangtua. Pemudaran hubungan emosional anak dengan orang tua pada masa remaja terjadi sangat cepat. Percepatan pemudaran hubungan itu terjadi seiring dengan semakin mandirinya remaja dalam mengurus diri sendiri. Proses ini secara tidak langsung memberikan peluang bagi remaja untuk mengembangkan kemandirian emosional.

Selanjutnya steinberg dan Silverberg dalam Hadi (2005 : 270) menyebutkan empat aspek kemandirian emosional yaitu sebagia berikut

1. Sejauh mana remaja mampu melakukkan *de-idealized* terhadap oarng tua
2. Sejauhmana emaja mampu memandang orang-orang sebagai orang dewasa *lazimnya (parent as people)*
3. Sejauhmanaremaja bergantung pada kemampuannya sendiri tanpa mengharapkan bantuan orang tua (*non- dependency*)
4. Sejauhmana remaja merasa*individuated* didalam hubungannya dengan orang tua.
5. Otonomi berbuat aau bertindak (*behavioral autonomy*)

Kemampuan untuk membuat keputusan secara bebas dan menindaklanjutinya. Mandiri dalam perilaku berarti bebas untuk bertindak/berbuat sendiri tanpa terlalu bergantung pada bimbingan orang lain. Kemandirian berbuat, khususnya kemampuan mandiri secara fisik sebenarnya sudah dimulai sejak usia anak dan meningkat dengan sangat tajam sepanjang usia remaja.

1. Otonomi nilai (*value autonomy*)

Kebebasan untuk memaknai seperangkat prinsip tentang benar dan salah, yang wajib dan yang hak, apa yang penting dan apa yang tidak penting. Di antara ketiga komponen kemandirian, kemandirian nilai merupakan proses yang paling kompleks. Tidak jelas bagaimana proses berlangsung dan pencapaiannya, terjadi melalui proses internalisasi yang pada lazimnya tidak disadari, dan umumnya berkembang paling akhir dan paling sulit dicapa secara sempurna dibandingkan kedua tipe kemandirian lainnya.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kemandirian meliputi kemandirian emosi, kemandirian perbuatan atau tindakan dan kemandirian nilai.

1. **Tinjauan analisis tugas**
2. **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.

Sudrajat & Rosida (2013 : 101) menyatakan bahwa analisi tugas adalah :

Tehnik memecahkan suatu tugas atau kegiatan menjadi langkah-langkah kecil yang berurutan dan mengajarkan tiap langkah itu hingga anak dapat mengerjakan seluruhnya.

Analisis tugas merupakan salah satu teknik mengajar yang baik sekali digunakan untuk mengajarkan anak tunagrahita. Sudrajat & Rosida (2013 : 102)

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 baju berkancing**

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

1. Mengambil baju berkancing
2. Memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kanan baju berkancing
3. Memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kiri baju berkancing
4. Merapikan kerah baju
5. Menyamakan ke dua ujung baju berkancing
6. Memegang kancing bagian atas dengan tangan kanan
7. Memegang lubang kancing bagian atas dengan tangan kiri
8. Memasukkan kancing baju ke dalam lubang kancing
9. Melakukan hal yang sama dengan kancing-kancing berikutnya
10. Merapikan 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 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. 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 mengurus 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 mengurus 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. 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 sedang dapat mengurus dirinya atau merawat dirinya tanpa bergantung pada orang lain.

Berdasarkan keadaan yang terjadi di lapangan ini peneliti melihat program kegiatan menolong diri sendiri belum dapat diajarkan secara optimal. Materi ajar mengurus diri sendiri sudah diajarkan namun tidak disertai saran atau pendekatan pembelajaran yang tepat dan efektif. Dengan menggunakan analisis tugas memperagakan apa yang ditetapkan sebagai materi ajar, akan memudahkan anak dalam belajar.

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 kemandirian memakai baju berkancing murid tunagrahita sedang dapat meningkat.

Untuk lebih jelasnya mengenai kerangka pikir dalam penelitian ini dapat dilihat pada skema kerangka pikir penelitian berikut :

Kemandirian memakai baju berkancing murid tunagrahita sedang masih rendah

Penerapan analisis tugas :

1. Mengambil baju berkancing
2. Memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kanan baju berkancing
3. Memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kiri baju berkancing
4. Merapikan kerah baju
5. Menyamakan ke dua ujung baju berkancing
6. Memegang kancing bagian atas dengan tangan kanan
7. Memegang lubang kancing bagian atas dengan tangan kiri
8. Memasukkan kancing baju ke dalam lubang kancing
9. Melakukan hal yang sama dengan kancing-kancing berikutnya
10. Merapikan baju setelah dikancing

Kemandirian memakai baju berkancing murid tunagrahita sedang dapat meningkat

**Gambar 2.1** **Skema Kerangka Pikir**