

BIMBINGAN PRIBADI MELALUI PROGRAM *ACTIVITY DAILY LIVING* (ADL) UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIRAN ANAK TUNAGRAHITA DI PKLK (PENDIDIKAN KHUSUS LAYANAN KHUSUS) GROWING HOPE BANDAR LAMPUNG

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Hukum (S.Sos)
Dalam Ilmu Dakwah Dan Ilmu Komunikasi

Oleh

STELLA GITALARAS BERLIANA PUTRI

NPM: 1941040344

Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Islam (BKI)



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI RADEN INTAN
LAMPUNG
1445 H/2023 M**

BIMBINGAN PRIBADI MELALUI PROGRAM *ACTIVITY DAILY LIVING* (ADL) UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIRAN ANAK TUNAGRAHITA DI PKLK (PENDIDIKAN KHUSUS LAYANAN KHUSUS) GROWING HOPE BANDAR LAMPUNG

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana Hukum (S.Sos)
Dalam Ilmu Dakwah Dan Ilmu Komunikasi

Oleh

STELLA GITALARAS BERLIANA PUTRI

NPM: 1941040344

Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Islam (BKI)

Pembimbing I : Subhan Arif, S.Ag, M.Ag

Pembimbing II: Umi Aisyah, M.Pd.I

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI RADEN INTAN
LAMPUNG
1445 H/2023 M**

ABSTRAK

Anak Tunagrahita yang berada di PKLK Growing Hope Bandar Lampung mengalami kurangnya kemandirian seperti, merawat diri, menolong diri sendiri, mengurus diri, tingkah laku dan interaksi yang tidak normal, apabila hal ini dibiarkan saja maka akan mempersulit dirinya sendiri yang membuatnya tidak bisa mandiri dan harus bergantung dengan orang lain. Maka dari itu dibutuhkan adanya bimbingan pribadi yang bertujuan untuk memberikan bantuan yang bersifat pribadi melalui program *activity daily living* untuk membangun kemandirian mereka. Kemudian, dalam penelitian ini peneliti tertarik untuk meneliti tentang proses bimbingan pribadi melalui program *activity daily living* untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di PKLK growing Hope bandar Lampung.

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif kuantitatif. Sumber data primer dalam penelitian ini berjumlah 8 orang, yang terdiri dari 5 anak tunagrahita yang terdapat dalam kelas *activity daily living*, 1 kepala sekolah, 1 psikolog, 1 wali kelas. Sedangkan sumber data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari buku, dokumen, internet, dan media cetak. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah model analisis Miles dan Huberman, yang terdiri dari reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan pribadi untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di PKLK Growing Hope Bandar Lampung telah dilaksanakan melalui 3 tahap, yaitu: 1) Tahap Awal (perencanaan), yaitu penyesuaian dengan guru, teman, dan lingkungan, serta penjelasan tentang materi pembelajaran bertujuan agar anak tunagrahita dapat memahami maksud dan tujuan dari pembelajaran yang mereka dapatkan. 2) Tahap Kerja (pelaksanaan), yaitu tahap inti pada program *activity daily living* disini menggunakan metode demonstrasi, pemberian tugas, simulasi, dan karyawisata. Di tahap kerja ini anak tunagrahita sudah masuk program inti dari program *activity daily living* seperti pembelajaran tentang merawat diri, mengurus diri, menjaga diri, menolong diri sendiri, berkomunikasi, dan bersosialisasi. 3) Tahap Akhir, yaitu penutup kegiatan yang didalamnya mencakup kegiatan evaluasi, keberhasilan dan hambatan, dan tidak lanjut (*follow up*) sebelum guru pembimbing atau psikolog melakukan tindak lanjut

mereka akan melakukan evaluasi terlebih dahulu sehingga mereka dapat mengukur kemampuan perkembangan anak tunagrahita. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pelaksanaan bimbingan pribadi melalui program *activity daily living* untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di PKLK Growing Hope Bandar Lampung telah berhasil dijalankan dan sesuai dengan kebutuhan anak tunagrahita.

Kata Kunci : *Bimbingan Pribadi, Activity Daily Living, Anak Tunagrahita*



ABSTRACT

Mentally Disabled Children who are at PKLK Growing Hope Bandar Lampung experience a lack of independence such as taking care of themselves, helping themselves, taking care of themselves, behavior and interactions that are not normal, if this is left alone it will make it difficult for themselves which makes them unable to be independent and have to depend on other people. Therefore, there is a need for personal guidance which aims to provide personal assistance through activity daily living programs to build their independence. Then, in this study the researchers were interested in researching the process of personal guidance through the activity daily living program to increase the independence of mentally retarded children at PKLK growing Hope, Bandar Lampung.

This type of research is field research (field research) which is descriptive quantitative in nature. The primary data sources in this study were 8 people, consisting of 5 mentally retarded children in the activity daily living class, 1 school principal, 1 psychologist, 1 homeroom teacher. Meanwhile, secondary data sources in this study were obtained from books, documents, the internet, and print media. Data collection techniques used are interviews, observation, and documentation. The data analysis technique used is the Miles and Huberman analysis model, which consists of data reduction, data presentation and drawing conclusions.

The results of this study indicate that the implementation of personal guidance to increase the independence of mentally retarded children at PKLK Growing Hope Bandar Lampung has been carried out through 3 stages, namely: 1) Initial Stage (planning), namely adjustment with teachers, friends, and the environment, as well as an explanation of learning material aims so that mentally retarded children can understand the intent and purpose of the learning they get. 2) the work stage (implementation), which is the core stage in the activity daily living program here using demonstration methods, assignments, simulations, and field trips. At this stage of work mentally retarded children have entered the core program of the activity daily living program such as learning about self-care, self-care, self-care, self-help, communication and socialization. 3) Final Stage, namely closing activities which include evaluation activities, successes and obstacles, and follow-up before the supervising teacher or psychologist carries out the follow-up they will conduct an evaluation first so that they can measure the developmental abilities of

mentally retarded children. The conclusion of this study is that the implementation of personal guidance through the activity daily living program to increase the independence of mentally retarded children at PKLK Growing Hope Bandar Lampung has been successfully carried out and in accordance with the needs of mentally retarded children.

Keywords: Personal Guidance, Activity Daily Living, Mentally Disabled Children



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah :

Nama : Stella Gitalaras Berliana Putri
NPM :1941040344
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul “Bimbingan Pribadi Melalui Program *Acitivity Daily Living* (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung” adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi atau saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk menggunakan footnote atau daftar pustaka. Apabila lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 24 Mei 2023
Penulis



Stella Gitalaras Berliana Putri
NPM. 1941040344

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Bimbingan Pribadi Melalui Program *Activity Daily Living* (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung

Nama : Stella Gitalaras Berliana Putri

NPM : 1941040344

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

Pembimbing I,

Pembimbing II

Subhan Arif, S.Ag., M.Ag

NIP.196807201996031002

Umi Aisyah, M. Pd. I

NIP.198909012018012003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M. Pd

NIP. 196909151994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721)703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“Bimbingan Pribadi Melalui Program *Acitivity Daily Living* (ADL) Untuk meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung”**, disusun Oleh **Stella Gitalaras Berliana Putri, NPM : 1941040344**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Islam**, Telah di Ujikan dalam Sidang Munaqosah di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, UIN Raden Intan Lampung Pada Hari/ Tanggal : **Kamis, 20 Juli 2023, Pukul 09.00-10.30 WIB** diruang Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

TIM MUNAQOSAH

Ketua Sidang : Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M. Pd (.....)

Sekretaris : Noffiyanti, MA (.....)

Penguji I : Dr. H. Rosidi, MA (.....)

Penguji II : Subhan Arif, S.Ag., M.Ag (.....)

Penguji III : Umi Aisyah, M.Pd.I (.....)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi**



Dr. Abdul Syukur, M.Ag
NIP. 196511011995031001

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.
Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”
(QS. Al Insyirah [94] : 5-6)

"Tidak peduli seberapa lama anak belajar, yang paling penting adalah
kita terus menyemangatnya untuk tidak berhenti mencoba." –
Robert John Meehan



PERSEMBAHAN

Segala puji syukur kehadiran Allah swt, yang maha menguasai dan maha mengatur segala kehidupan dimuka bumi ini, dengan rahmat dan ridho-Nya Allah swt, hamparkan ilmu dimuka bumi ini yang begitu luas untuk menjadi petunjuk bagi hamba-hambanya yang selalu bersyukur, Sholawat beriringkan salam saya haturkan kehadiran manusia tauladan sepanjang masa dan suri tauladan yang penuh dengan rahmatallil'amin yakni Nabi Muhammad saw.

Dengan ketulusan hati peneliti persembahkan karya ilmiah sederhana ini kepada:

1. Kedua orang tua, yang sangat saya sayangi dan cintai. Bapak Ibnu Hajar dan Ibu Mira Agustina dengan segenap jiwa raganya yang tiada lelah bahkan dengan sabar dan ikhlas mendidik dan membesarkan anakmu ini. Terimakasih juga kepada wali saya Bapak Dr. H Yulius dan Ibu Hj. Septi Nilla Rohami dengan segala kasih sayang dan perhatian nya telah menjaga dan merawat saya, segala bentuk do'a dan kebaikan lainnya yang tidak bisa saya balas. Karena setiap keberhasilan saya ada doa-doa mustajab yang telah dikabulkan oleh Allah.
2. Kembaranku Stelly Gitalaras Berlian Putri yang selalu memberi semangat serta motivasi bagi keberhasilan saya selama studi
3. Almamater tercinta yang memberikan banyak ilmu serta pengalaman yang tak ternilai harganya, UIN Raden Intan Lampung

RIWAYAT HIDUP

Stella Gitalaras Berliana Putri lahir 26 September 2001 di Jl. Pulau Pisang, Harapan Jaya Desa Korpri Jaya Kec. Sukarame, Bandar Lampung. Anak pertama dari pasangan Bapak Ibnu Hajar dan Ibu Mira Agustina dan memiliki kembaran yang bernama Stelly Gitalaras Berliany Putri.

Riwayat Pendidikan mulai dari:

1. TK Negeri Pembina Cikarang Utara, pada tahun 2006 -2007
2. SDN 09 Cikarang Utara, pada tahun 2007-2013
3. SMP Negeri 3 Cikarang Utara, pada tahun 2013-2016
4. SMA Negeri 1 Cikarang Utara, pada tahun 2016-2019
5. Pada tahun 2019 penulis diterima dan aktif di Perguruan Tinggi UIN Raden Intan Lampung, dengan mengambil Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam pada Falkutas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.

Penulis juga bergabung dalam Organisasi PIK-Sahabat UIN Raden Intan Lampung, Pada tahun 2022 penulis melakukan KKN didesa Sumberrejo Sejahtera Kec, Kemiling, Bandar Lampung. Dan pada tahun yang sama penulis melaksanakan Praktik Kerja Lapangan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung.

Bandar Lampung, 24 Mei 2023
Penulis

Stella Gitalaras Berliana Putri
NPM. 1941040344

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan taufik serta hidayah Nya sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini. Shalawat serta salam kita junjung agungkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya, dan semoga kita mendapatkan syafaatnya di hari akhir nanti.

Adapun judul skripsi ini **Bimbingan Pribadi melalui program *Acitivity Daily Living* (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita** Skripsi ini disusun untuk melengkapi salah satu syarat guna menempuh gelar Sarjana Ilmu Sosial dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung. Dalam penulisan skripsi ini masih banyak kesalahan dan kekurangan, hal tersebut semata-mata karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, mohon kiranya kritis dan saran sifatnya membangun dari pembaca.

Penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, kami ucapkan terimakasih yang sebesar besarnya kepada semua pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini. Secara khusus kami ucapkan terima kasih kepada

1. Bapak Dr. Abdul Syukur, M.Ag selaku Dekan Fakultas Syari'ah UIN Raden Intan Lampung
2. Ibu Dr. Hj Sri Ilham Nasition, M.Pd selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung
3. Bapak Subhan Arif, S.Ag, M.Ag selaku pembimbing I, yang selalu membantu, mengarahkan dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Umi Aisyah M.Pd.I selaku sekertaris jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, sekaligus pembimbing II yang selalu membantu, mengarahkan dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak/ Ibu Dosen dan Staf dan Karyawan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan kemudahan dalam menyediakan referensi yang dibutuhkan
6. Pengelola Perpustakaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Perpustakaan Pusat Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan informasi, data, dan referensi.
7. Teman-temanku Kelas BKI F, terimakasih untuk suka dan duka yang sudah tercipta dan semoga ini akan menjadi kenangan yang indah dan tidak akan terlupakan.
8. Sahabatku Adella Fatika Sari, Dely Fitriani, Ita Oktarina yang telah menemani dalam suka duka selama studi.

Atas bantuan berbagai pihak yang telah disebutkan maupun yang belum disebutkan penulis mengucapkan terima kasih dan semoga kebaikan Kembali kepada kalian semua. Aamiin. Kemudian penulis juga menyadari adanya kekurangan terhadap skripsi yang penulis telah susun ini, hal tersebut karena keterbatasan kemampuan, waktu dan referensi yang dimiliki. Oleh karena itu, untuk kiranya dapat memberikan saran dan kritik guna melengkapi skripsi ini.

Semoga skripsi ini dapat berguna, bermanfaat serta menambah wawasan mahasiswa/i khususnya fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi juga dapat menjadi wawasan referensi bagi masyarakat dalam bidang Ilmu Sosial.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Bandar Lampung, 24 Mei 2023
Penulis

Stella Gitalaras Berliana Putri
NPM. 1941040344

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
SURAT PERNYATAAN	vi
HALAMAN PERSETUJUAN.....	vii
HALAMAN PENGESAHAN	viii
MOTTO.....	ix
PERSEMBAHAN.....	x
RIWAYAT HIDUP	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xvii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	5
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	10
G. Kajian Penelitian yang Relevan.....	11
H. Metode Penelitian.....	13
I. Sistematika Pembahasan	21

BAB II BIMBINGAN PRIBADI MELALUI PROGRAM *ACTIVITY DAILY LIVING* (ADL) UNTUK KEMANDIRIAN ANAK TUNAGRAHITA

A. Bimbingan Pribadi Melalui Program <i>Acitivity Daily Living</i> (ADL)	23
1. Pengertian Bimbingan Pribadi dan <i>Acitivity Daily Living</i> (ADL)	23
2. Tujuan Bimbingan Pribadi dan <i>Acitivity Daily Living</i> (ADL)	24
3. Aspek-Aspek Bimbingan Pribadi	27
4. Bentuk Layanan Bimbingan Pribadi.....	28
5. Prinsip <i>Acitivity Daily Living</i> (ADL).....	28
6. Proses Bimbingan Pribadi Melalui Program <i>Acitivity Daily Living</i> (ADL).....	29

7. Ruang Lingkup Bimbingan Pribadi dan <i>Acitivity Daily Living</i> (ADL).....	33
B. Kemandirian Anak Tunagrahita.....	35
1. Pengertian Anak Tunagrahita.....	35
2. Kemandirian Anak Tunagrahita.....	35
3. Karakteristik dan Permasalahan Anak Tunagrahita.....	37
4. Upaya Kemandirian Anak Tunagrahita.....	39

BAB III GAMBARAN UMUM PKLK (PENDIDIKAN KHUSUS LAYANAN KHUSUS) GROWING HOPE BANDAR LAMPUNG

A. Profil PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	43
1. Sejarah Berdirinya PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	43
2. Profil singkat PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	45
3. Visi dan Misi PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	45
4. Jadwal Kegiatan PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	45
5. Sarana dan Prasarana PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	47
6. Struktur Kepengurusan PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	48
7. Data Siswa Dan Siswi Di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	49
8. Data Staf Pengelola PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.....	50
B. Proses Pelaksanaan Bimbingan Pribadi Melalui Program <i>Acitivity Daily Living</i> (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita di	

PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung	54
1. Gambaran Bimbingan Pribadi Melalui Program <i>Activity Daily Living</i> (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita di PCLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung	54
2. Proses Bimbingan Pribadi Melalui Program <i>Acitivity Daily Living</i> (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita di PCLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung	59

**BAB IV ANALISIS BIMBINGAN PRIBADI MELALUI
PROGRAM *ACITIVITY DAILY LIVING* (ADL)
UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN
ANAK TUNAGRAHITA DI PCLK
(PENDIDIKAN KHUSUS LAYANAN KHUSUS)
GROWING HOPE BANDAR LAMPUNG**

Analisis Pelaksanaan Bimbingan Pribadi Melalui Program <i>Activity Daily Living</i> (ADL) Untuk Menningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita di PCLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung	83
---	----

BAB V PENUTUP

A. Simpulan.....	97
B. Saran.....	98

**DAFTAR RUJUKAN
LAMPIRAN-LAMPIRAN**



DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Struktur Kepengurusan PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung	49
---	----



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Profil PKLK Growing Hope Bandar Lampung.....	44
Tabel 2	Kondisi Meublier Dalam Kelas Di PKLK Growing Hope Bandar Lampung.....	46
Tabel 3	Data Siswa Dan Siswi Di PKLK Growing Hope Bandar Lampung.....	50
Tabel 4	Data Anak Tunagrahita Yang Masuk Kelas Acitivity Daily Living Di PKLK Growing Hope Bandar Lampung.....	51
Tabel 5	Data Staf Pengelola PKLK Growing Hope Bandar Lampung.....	52
Tabel 6	Gambaran Hasil Assesment Aanak Tunagrahita PKLK Growing Hope Bandar Lampung.....	56
Tabel 7	Gambaran Evaluasi Sebelum Dan Sesudah Anak Tunagrahita Melakukan Program Acitivity Daily Living Di PKLK Growing Hope Bandar Lampung.....	45



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Observasi

Lampiran 2. Pedoman Wawancara

Lampiran 3. Surat Keterangan Judul Skripsi

Lampiran 4. Surat Keterangan Perubahan Judul Skripsi

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Dari DINAS PENANAMAN
MODAL PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PEMERINTAHAN KOTA BANDAR LAMPUNG

Lampiran 6. Surat Penelitian Dari Growing Hope Bandar Lampung

Lampiran 7. Dokumentasi Kegiatan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Penelitian memandang perlu untuk terlebih dahulu menjelaskan tentang istilah-istilah yang terkandung dalam skripsi yang berjudul “Bimbingan Pribadi Melalui Program *Activity of daily living* (ADL) untuk meningkatkan Kemandirian anak Tunagrahita (Studi kasus Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope Bandar Lampung”, Untuk menghindari kesalah pahaman atau salah pengertian dari judul serta perlu ditegaskan beberapa istilah, maka secara singkat akan dijelaskan beberapa kata yang terkait dengan maksud judul tersebut, yakni sebagai berikut:

Menurut Hibana S. Rahman bahwa layanan bimbingan pribadi adalah layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa untuk menemukan dan mengembangkan diri pribadinya sehingga menjadi pribadi yang mantap dan mandiri serta mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki.

Dewa Ketut Sukardi berpendapat bahwa layanan bimbingan pribadi berarti bimbingan dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi pergumulan-pergumulan dalam hatinya sendiri dalam mengatur dirinya sendiri di bidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran nafsu seksual, dan sebagainya.¹

Bimbingan Pribadi yang di maksud penulis adalah bimbingan yang di lakukan kepada siswa agar dapat mandiri dan tidak bergantung pada orang lain dan mempunyai rasa tanggung jawab menemukan dan mengembangkan dirinya agar lebih mampu mengoptimalkan potensi dirinya.

Menurut Sukrisno Program adalah kata, ekspresi, /pernyataan yang disusun dan dirangkai menjadi satu kesatuan prosedur, yang berupa urutan langkah, untuk menyelesaikan masalah yang

¹ Dewa Ketut, Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2002).34

diimplementasikan dengan menggunakan bahasa pemrograman sehingga bisa dieksekusi oleh komputer.

Menurut Wiryanto Dewobroto, Program ialah hasil penyusunan detail langkah-langkah solusi (*algoritma*) masalah tersebut.² Program yang dimaksud penulis adalah suatu rangkaian prosedur yang di buat agar bisa menjadi acuan dalam menjalankan suatu program.

Menurut Agung, ADL adalah pengukuran terhadap aktivitas yang dilakukan rutin oleh manusia setiap hari. ADL meliputi aktivitas yang penting untuk perawatan pribadi meliputi makan, eliminasi, transferring, pergi ke kamar mandi, berpakaian dan mandi.³

Istilah ADL (*Activity Daily Living*) atau aktivitas kehidupan sehari-hari dalam dunia pendidikan anak berkebutuhan khusus dikenal dengan istilah Bina Diri yang mengacu pada suatu kegiatan bersifat pribadi yang memiliki dampak dan berkaitan dengan *human relationship*. Disebut pribadi karena mengandung pengertian bahwa keterampilan-keterampilan yang diajarkan atau dilatihkan menyangkut kebutuhan individu yang harus dilakukan sendiri tanpa dibantu oleh orang lain bila kondisinya memungkinkan.⁴

ADL (*Activity Daily Living*) yang di maksud penulis adalah aktivitas keseharian anak berkebutuhan khusus yang biasa dikenal Bina Diri yang mengacu pada suatu kegiatan bersifat pribadi yang memiliki dampak dan berkaitan dengan *human relationship*. Meningkatkan menurut Bahasa Indonesia istilah meningkatkan adalah “menaikan, mempertinggi, memperhebat, mengangkat diri, dan memegahkan diri.” Secara filsafat istilah meningkatkan

² Muhaimin, Suti'ah, dan Sugeng Listyo Prabowo, *Manajemen Pendidikan*, Jakarta: Kencana, 2009).56

³ Agung Iskandar. *Uji Keandalan dan Kesahihan Indeks Activity of Daily Living Barthel untuk Mengukur Status Fungsional Dasar pada Lanjut Usia diRSCM*. Tesis. Jakarta: Program Studi Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Diakses pada tanggal 8 Mei 2019.

⁴ BJ, Sadock VA. *Comprehensive Textbook Of Psychiatry*, 7th ed, Philadelphia: Williams & Wilkins, 2009).77

adalah “menaikkan taraf dan sebagainya, mempertinggi, memperkuat produksi dan sebagainya.”

Menurut Sawiwati istilah meningkatkan adalah “sebuah cara atau usaha yang dilakukan untuk mendapatkan keterampilan atau kemampuan menjadi lebih baik.” Berdasarkan pengertian istilah meningkatkan diatas, dapat disimpulkan bahwa dalam makna kata meningkatkan tersirat adanya unsur proses yang bertahap, dari tahap rendah, tahap menengah dan tahap akhir atau tahap puncak.⁵

Meningkatkan yang dimaksud penulis adalah suatu usaha yang dilakukan untuk mendapatkan atau mencapai kemampuan agar menjadi lebih baik.

Menurut Watson, “kemandirian berarti kebebasan untuk mengambil inisiatif, mengatasi hambatan, melakukan sesuatu dengan tepat, gigih dalam usaha, dan melakukan sendiri segala sesuatu tanpa mengandalkan bantuan dari orang lain.”

Steinberg menjelaskan kemandirian adalah kemampuan individu untuk bertingkah laku secara seorang diri dan kemandirian remaja dapat dilihat dengan sikap remaja yang tepat berdasarkan pada prinsip diri sendiri sehingga bertingkah laku sesuai keinginannya, mengambil keputusan sendiri, dan mampu mempertanggung jawabkan tingkah lakunya. Kemandirian merupakan suatu sikap otonomi dimana remaja relatif bebas dari pengaruh penilaian, pendapat dan keyakinan orang lain. Kondisi otonomi tersebut remaja diharapkan akan lebih bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri.⁶

Kemandirian yang di maksud penulis adalah kemampuan individu untuk bertingkah laku secara seorang diri dan kemandirian remaja dapat dilihat dengan sikap remaja yang tepat berdasarkan pada prinsip diri sendiri sehingga bertingkah laku sesuai keinginannya, mengambil keputusan sendiri, dan mampu mempertanggung jawabkan tingkah lakunya.

⁵ Sawiwati, *Peningkatan Prestasi Belajar Siswa Kelas III SDN 3 Makarti Jaya Tentang Ciri-Ciri Makhluk Hidup Melalui Metode Demontrasi*, Skripsi Sarjana Pendidikan, (Palembang: Perpustakaan UT, 2009).71

⁶ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung, PT. Remaja Rosdakarya, 2014).14

Menurut WHO (*World Health Organization*) anak tunagrahita adalah anak yang memiliki dua komponen esensial, yaitu fungsi intelektual secara nyata berada dibawah rata-rata dan adanya ketidakmampuan dalam menyesuaikan dengan norma yang berlaku di masyarakat. Sedangkan menurut *American Association on Mental Deficiency* (AAMD) mendefinisikan tunagrahita sebagai kelainan yang meliputi fungsi intelektual umum di bawah rata-rata, yaitu IQ 84 ke bawah berdasarkan tes dan muncul sebelum usia 16 tahun.

Menurut Wardani, tunagrahita adalah anak yang memiliki kecerdasan intelektual (IQ) secara signifikan berada di bawah rata-rata (normal) yang disertai dengan ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dan semua ini berlangsung pada masa perkembangan.⁷

Anak Tunagrahita yang dimaksud penulis adalah anak yang memiliki dua komponen esensial, yaitu fungsi intelektual secara nyata berada dibawah rata-rata dan adanya ketidakmampuan dalam menyesuaikan dengan norma yang berlaku di masyarakat. Anak dengan ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dan semua ini berlangsung pada masa perkembangan.

Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope adalah Lembaga pendidikan yang bergerak dibidang penanganan Anak Berkebutuhan Khusus *Intellectual disability* dan *autism* dari jenjang Prasekolah, SD, SMP dan SMA terletak di Palmsville Residence, Jl. Pulau Buton No.1-3, Bandar Lampung adalah tempat anak tunagrahita mendapatkan pembelajaran salah satunya *Activity Daily Living* untuk meningkatkan kemandiriannya. Laboratorium yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan siswa berdasarkan hasil pemeriksaan assesment, antara lain laboratorium: *Activities Daily Living* (ADL), Ketrampilan Sosial, Motorik Kasar, Motorik Halus, Baca Tulis Hitung (Calistung), Pertanian, Menjahit, Komputer, Batik, dan Tata Boga.

⁷ Wardani. *Pengantar Pendidikan Luar Biasa*. (Jakarta: Universitas Terbuka 1996).10

Berdasarkan penegasan judul diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini membahas mengenai pelaksanaan Bimbingan Pribadi melalui program *Activity Daily Living*) untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita agar mereka bisa melakukan kegiatan merawat diri, mengurus diri, menolong diri, bersosialisasi seperti anak normal lainnya. Dengan demikian peneliti ingin menelaah lebih jauh mengenai “Bimbingan Pribadi Melalui Program ADL (*Activity Daily Living*) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita”.

B. Latar Belakang

Bimbingan pribadi adalah suatu proses bimbingan bagi individu-individu dalam memecahkan masalah-masalah pribadi seperti masalah hubungan dengan sesama individu, permasalahan perbedaan sifat, kemampuan serta penyesuaian diri baik dalam lingkungan pendidikan maupun dalam masyarakat sekitar dan penyelesaian konflik.⁸

Dengan bimbingan pribadi melalui program *Activity Daily Living* (ADL) yang mengandung pengertian bahwa keterampilan-keterampilan yang diajarkan atau dilatihkan menyangkut kebutuhan individu yang harus dilakukan sendiri tanpa dibantu oleh orang lain bila kondisinya memungkinkan. Beberapa istilah yang biasa digunakan untuk menggantikan istilah Bina Diri yaitu “*Self Care*”, “*Self Help Skill*”, atau “*Personal Management*”. Istilah-istilah tersebut memiliki esensi sama yaitu membahas tentang mengurus diri sendiri berkaitan dengan kegiatan rutin harian.⁹

لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرْجٌ
وَلَا عَلَى أَنْفُسِكُمْ أَنْ تَأْكُلُوا مِنْ بُيُوتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ آبَائِكُمْ أَوْ بُيُوتِ

أُمَّهَاتِكُمْ ﴿٦٦﴾

⁸ Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. (Jakarta: PT. Rineka Cipta,2002),132

⁹ *Program Khusus Bina Diri dan Bina Gerak*. (Jakarta: Depdikbud).2

“Tidak ada halangan bagi tunanetra, tunadaksa, orang sakit, dan kalian semua untuk makan bersama dari rumah kalian, rumah bapak kalian atau rumah ibu kalian” (Q.S An Nur [24]: 61).

Ayat diatas menjelaskan bahwasanya penyandang disabilitas dan mereka yang bukan disabilitas harus diperlakukan secara sama dan diterima secara tulus tanpa diskriminasi dalam kehidupan sosial.

ABK (anak berkebutuhan Khusus) adalah anak yang memiliki perbedaan dengan anak-anak secara umum lainnya. Anak ini dikatakan berkebutuhan khusus jika ada sesuatu yang kurang atau bahkan lebih dalam dirinya. ABK adalah anak yang memerlukan penanganan khusus sehubungan dengan gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Mereka yang digolongkan pada anak yang berkebutuhan khusus dapat dikelompokkan berdasarkan gangguan atau kelainan pada aspek fisik/motorik, kognitif, bahasan & bicara, pendengaran, pengelihatian, serta sosial dan emosi.¹⁰

Kemandirian anak dalam melakukan aktivitas merupakan bagian yang teramat penting dalam upaya mendidik anak. Pada anak perlu dilatih untuk secara mandiri bersosialisasi dengan lingkungan sekitar sehingga mampu mengembangkan berbagai potensi yang dimilikinya. Upaya untuk melatih kemandirian anak memerlukan dukungan dari berbagai pihak. Selain guru di sekolah, Orang tua adalah pendidik yang sangat banyak memberikan hubungan terhadap pendidikan anak, karena anak cenderung meniru setiap yang dilakukan oleh orang-orang yang ada di sekitarnya. Hal ini membuktikan bahwa lingkungan keluarga memiliki hubungan penting dalam menumbuh kembangkan anak.¹¹

Dalam mempersiapkan anak tunagrahita agar memiliki kemandirian dan mampu menjalankan kehidupan sehari-hari tanpa bantuan orang lain, diperlukan suatu pembelajaran tentang

¹⁰ Suyanto, S. *Konsep dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, (Jakarta: Departemen pendidikan Nasional, 2005).22

¹¹ Rahman Hibana S. *Konsep Dasar Pendidikan anak Usia Dini*. (Yogyakarta. Grafindo Litera Media, 2005).19

mengurus diri sendiri yang mudah diterima dan sekaligus menarik. Kemandirian memberikan pembelajaran dalam menolong diri sendiri, seperti membersihkan tangan, kaki, wajah, mencuci rambut, menggosok gigi, mengambil makan dan makan sendiri tanpa disuapi, minum sendiri, berpakaian sendiri, bukanlah hal mudah bagi anak tunagrahita lebih-lebih yang mengalami *double handicaped*, sangatlah sulit untuk dapat memiliki kemampuan menolong diri sendiri. Bagi anak tunagrahita yang tremor tidaklah mudah, memasukkan makanan ke dalam mulut memerlukan perjuangan keras, demikian juga memasukkan kancing baju harus dengan konsentrasi penuh dan kerja keras dan kadang berpeluh untuk dapat selesai semua kancing baju yang dipakai.¹²

Activity of Daily living (ADL) atau aktivitas kegiatan harian yang lebih familiar dalam dunia pendidikan anak berkebutuhan khusus dikenal dengan istilah “Bina Diri”. ADL/ Bina Diri mengacu pada suatu kegiatan yang bersifat pribadi, tetapi memiliki dampak berkaitan dengan human relationship. Disebut pribadi karena mengandung pengertian bahwa keterampilan-keterampilan yang diajarkan atau dilatihkan menyangkut kebutuhan individu yang harus dilakukan sendiri tanpa bantuan orang lain bila kondisinya memungkinkan. Oleh karena itu, bagi anak tunagrahita keterampilan ini perlu mendapat bimbingan secara bertahap dan berkesinambungan sesuai dengan tahapan perkembangan dan kemampuan anak tunagrahita dengan harapan: (1) Anak dapat mengembangkan kemampuan sesuai dengan potensi yang dimiliki. (2) Guru dapat memusatkan pada pengembangan kompetensi Bina Diri anak didik dengan menyediakan berbagai kegiatan, sumber belajar, dan bahan ajar sesuai dengan kemampuan anak didik dan kondisi lingkungan sekolah. (3) Orang tua dan masyarakat dapat berperan aktif dalam pelaksanaan program ADL/Bina Diri di sekolah agar dapat ditindaklanjuti di rumah. (4) Sekolah dapat menyusun program

¹² Depdiknas. *Panduan guru menolong diri sendiri anak tunagrahita*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Luar Biasa, 2002).33

ADL/Bina Diri sesuai dengan keadaan peserta didik dan sumber belajar minimal yang tersedia.¹³

Program khusus ADL/Bina Diri terdiri dari beberapa aspek pengembangan dimana satu sama lain saling berhubungan dan ada keterkaitannya antara lain: Merawat diri (makan- minum, kebersihan badan, menjaga kesehatan). Mengurus diri (berpakaian, berhias diri). Menolong diri (menghindar dan mengendalikan diri dari bahaya). Berkomunikasi (Verbal, non verbal, isyarat, gambar). Bersosialisasi (pernyataan diri, pergaulan dengan anggota keluarga, teman, dan anggota masyarakat). Pendidikan seks (membedakan jenis kelamin, menjaga diri dan alat reproduksi, menjaga diri dari sentuhan lawan jenis).¹⁴

Tujuannya agar anak tunagrahita bisa memiliki kemampuan: (1) Mengenal cara-cara melakukan Bina Diri (merawat diri, mengurus diri, menolong diri, berkomunikasi, bersosialisasi, dan pendidikan seks). (2) Melakukan Sendiri kegiatan ADL/Bina Diri dalam hal (merawat diri, mengurus diri, menolong diri, berkomunikasi, bersosialisasi, dan pendidikan *seks*).

Pada akhirnya di PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope anak Tunagrahita melalui pembelajaran program khusus ADL/Bina Diri anak mampu melakukan sendiri kegiatan ADL/Bina Diri minimal dapat memenuhi kebutuhan dirinya dan menyesuaikan diri dengan lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Berdasarkan hasil observasi wawancara dengan salah satu konselor PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope ADL (*Activity Daily Living*) sebelum anak tunagrahi bisa melakukan program ADL harus melakukan proses terlebih dahulu yaitu, 1) *Assesment*: Observasi secara alamiah, menemukan hal-hal yang sudah dan belum dimiliki anak dalam berbagai hal dan menemukan kebutuhan anak, 2) Keselamatan (*safety*), 3) kehati-hatian (*poise*), 4) Kemandirian (*independent*),

¹³ Design, G. *Program Pendidikan Anak Usia Dini Non-Formal*, (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 2007).95

¹⁴ Solehuddin. *Konsep Dasar Pendidikan Prasekolah*, (Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, 2000).14

5) Percaya diri (*confident*), 6) Tradisi yang berlaku disekitar anak berada (*traditional manner*), 7) Sesuai dengan usia (*in appropriate*), 8) Modifikasi; alat dan cara dan 9) Analisa tugas (*task analysis*). Setelah melakukan beberapa proses diatas barulah program ADL (*Acivity Daily Living*) bisa dilaksanakan oleh konselor dan diterapkan oleh anak tunagrahita.¹⁵

Jumlah anak tunagrahita di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope ada 28 anak, setiap kelas terdiri dari 5-6 anak setiap kelasnya. Di dalam setiap kelas ditangani oleh 1-2 orang wali kelas yang sudah memiliki keahlian dalam ADL (*Activity Daily Living*). Terdapat pula laboratorium yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan siswa berdasarkan hasil pemeriksaan *assesment*, antara lain laboratorium: *Activities Daily Living* (ADL), Ketrampilan Sosial, Motorik Kasar, Motorik Halus, Baca Tulis Hitung (*Calistung*), Pertanian, Menjahit, Komputer, Batik, dan Tata Boga.

Berangkat dari pernyataan diatas hal yang menarik dalam penelitian ini untuk diteliti lebih dalam yaitu bagaimana penerapan ADL (*Activity Daily Living*) untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita agar mereka bisa lebih mandiri dalam mengurus dirinya, menolong dirinya, bersosialisasi dengan masyarakat, dan Pendidikan seks sejak dini. Sehingga membuat peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tersebut guna mengkaji lebih lanjut dan kemudian dituangkan dalam bentuk skripsi dengan judul “Bimbingan Pribadi Melalui Program *Activity Daily Living* (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung”.

C. Fokus Dan Sub Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan kepada pelaksanaan bimbingan pribadi melalui program *Activity Daily Living* (ADL) di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope untuk

¹⁵ Observasi Penulis, di PKLK (Pendidikanan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung. 15 Maret 2023

meningkatkan kemandirian anak tunagrahita melalui program *Activity Daily Living* (ADL) yang di berikan oleh konselor.

Dalam fokus penelitian ini terdiri atas sub fokus penelitian yaitu mengenai pelaksanaan Bimbingan Pribadi Melalui Program *Activity Daily Living* (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.

D. Rumusan Masalah

Dari beberapa uraian yang dikemukakan pada latar belakang, maka penulis dapat merumuskan masalah yang akan menjadi acuan dalam penelitian ini yaitu:

“Bagaimana Proses Bimbingan Pribadi Melalui Program *Activity Daily Living* (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung”?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah: Untuk mengetahui Bimbingan Pribadi Melalui Program *Activity Daily Living* (ADL) Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran pengetahuan, informasi dan sekaligus referensi yang berupa bacaan ilmiah. Khususnya pengetahuan tentang cara meningkatkan kemandirian anak tunagrahita dengan program *Activity Daily Living* (ADL) di PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi pengetahuan terhadap orang tua yang memiliki anak tunagrahita agar bisa lebih mengarahkan dan membimbing mereka untuk menjadi lebih mandiri, menjaga, mengurus, diri mereka sendiri sejak dini dan memberitahukan kepada orang tua bahwa program *Acitivity Daily Living* (ADL) ini selain guru atau pembimbing orang tua juga berperan penting dalam keberhasilan program ini di PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung.

G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Berkaitan dengan judul skripsi ini yaitu tentang upaya meningkatkan kemandirian terhadap anak tunagrahita PKLK (Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung, sebenarnya sudah banyak diteliti oleh peneliti yang lain selain itu didalam penelitian ini dibutuhkan referensi yang diantaranya penelitian terdahulu yang relevan sebagai bentuk pengkayaan dan penguat untuk penelitian ini. Penulis menemukan karya ilmiah yang mempunyai kemiripan variabel dengan penelitian ini. Yaitu penelitian yang dilakukan Oleh:

1. Penelitian yang pertama adalah dengan judul “Bimbingan Anak Tunagrahita dalam Meningkatkan Belajar Di SLB Dharma Bhakti Kemiling Bandar Lampung” oleh Febri Eka Wati. Bimbingan merupakan proses pemberian bantuan dalam meningkatkan belajar anak yang memiliki keterbelakangan mental yang berbeda dengan anak normal lainnya agar anak dapat berkembang mempunyai kemampuan yang mereka miliki dan mampu melakukan segala hal termasuk belajar. Bimbingan anak tunagrahita dalam membantu anak yang mengalami hambatan perkembangan mental dan psikologis karenanya kemampuan belajar pada anak tunagrahita lebih lamban dibandingkan dengan anak-anak pada umumnya. Maka pendekatan bimbingan belajar mutlak diperlukan lebih serius yang nanti nya akan membantu perkembangan menjadi lebih baik. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

bagaimana metode bimbingan anak tunagrahita dalam meningkatkan belajar di SLB Dharma Bhakti Dharma Pertiwi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui metode bimbingan anak tunagrahita dalam meningkatkan belajar di SLB Dharma Bhakti Dharma Pertiwi Kemiling Bandar Lampung.

Pada penelitian diatas terdapat persamaan penelitian penulis dengan penelitian yang dilakukan oleh Febri Eka Wati Adapun hasil penelitian ini bahwa metode bimbingan yang dilakukan oleh guru pembimbing di SLB Dharma Bhakti Dharma Pertiwi adalah dengan teknik individual dan kelompok. Teknik individual dengan menggunakan pembelajaran secara individual didalam kelas atau diluar kelas sedangkan teknik kelompok dengan menggunakan *play terapy* bermain dan belajar secara kelompok dan kegiatan kelompok agar mereka saling mengetahui satu sama lain.

2. Skripsi dengan judul “Program Khusus Bina Diri dalam Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di SDLBN Patrang Jember” oleh Ummal Choirih. Program khusus bina diri merupakan program khusus yang digunakan untuk melatih atau membina kemampuan siswa berkebutuhan khusus dalam kehidupan sehari-hari berupa kegiatan yang dilakukan dari bangun tidur hingga sampai tidur kembali.

Pada penelitian diatas terdapat persamaan penelitian penulis dengan penelitian yang dilakukan oleh Ummal Choirih untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) program khusus bina diri yang diselenggarakan di SLBN Patrang sangat efektif dan setiap materi yang diajarkan para siswa diperkenalkan dengan peralatan dan benda-benda terkait serta diperagakan secara langsung untuk memudahkan siswa. 2) Faktor pendukung dalam bina diri ialah: Mood atau keadaan hati siswa, lingkungan sekitar serta orang tua wali murid. Adapun Faktor penghambat ialah: keterlambatan inteligensi, sifat mudah lupa, mood atau keadaan hati siswa serta orang tua yang kurang mengerti anak.

3. Oleh dengan judul “Pembelajaran Bina Diri Anak Tunagrahita DiSekolah” Universitas Lambang Mangkurat, Banjarmasin. Pembelajaran bina diri bagi anak tunagrahita bukanlah semata-mata tugas orang tua, tapi juga merupakan tugas guru di sekolah. Pembelajaran bina diri merupakan mata pelajaran kekhususan bagi anak tunagrahita yang didalamnya memuat banyak komponen, diantaranya mengurus diri, merawat diri, melindungi diri, dan lain-lain. Oleh karena itu, Guru sebagai pelaksana kurikulum berkewajiban untuk mengajarkan bina diri sesuai dengan kebutuhan dan potensi anak tunagrahita agar anak tunagrahita dapat menjalankan aktivitasnya dengan baik tanpa banyak bergantung dengan orang-orang disekitarnya terutama pada orang tua di rumah.

Pada penelitian diatas terdapat persamaan penelitian penulis dengan penelitian yang dilakukan oleh Mirnawati, M, Pd bina diri anak tunagrahita di sekolah. Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian diatas adalah peneliti fokus meneliti pada penerapan ADL (*Activity Daily Living*) untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita. Sedangkan penelitian diatas fokus pada bina diri anak tunagrahita disekolah.

Berdasarkan penelitian yang terdahulu diatas, dari ketiga penelitian terdahulu yang membedakan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis baik dari fokus penelitian maupun subyek dan obyeknya, kemudian lokasi penelitian yang dilakukan berbeda dengan penelitian penulis lakukan adapun persamaannya yaitu sama sama menggunakan metode kualitatif dalam melakukan penelitian.

H. Metode Penelitian

Untuk mempermudah dalam proses penelitian dan memperoleh hasil data dan informasi yang valid, maka dalam penelitian ini akan menguraikan metode penelitian yang akan digunakan. Menurut Babbie E, metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk memperoleh data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Cara ilmiah mempunyai karakteristik yang

rasional, sistematis, dan empiris¹⁶. Agar penyusunan proposal ini dapat berjalan sesuai yang diharapkan maka diperlukan metode penelitian yang sesuai dengan permasalahan yang dibahas dengan teknik penulisan karya ilmiah. Dalam melakukan penulisan karya ilmiah, penulis menggunakan metode penelitian kualitatif.

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian lapangan (*field research*) yang bermaksud untuk mengetahui permasalahan yang ada di lokasi penelitian yang bersumber data utamanya berasal dari lapangan¹⁷. Dalam prosesnya, penelitian ini mengangkat data dan permasalahan yang ada di lapangan dalam hal ini adalah Bimbingan Pribadi Melalui Program ADL (*Acitively Daily Living*) untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita. Adapun lokasi penelitian yang dilakukan penulis adalah Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope.

b. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif karena berusaha untuk menuturkan pemecahan masalah yang ada dengan menggambarkan, meringkas berbagai kondisi, situasi, atau fenomena realitas sosial yang ada di masyarakat yang menjadi objek penelitian, dan berupaya menarik realitas kepermukaan sebagai suatu ciri, karakter, sifat, atau gambaran tentang kondisi, situasi, ataupun fenomena tertentu¹⁸. Penelitian deskriptif bertujuan untuk pemecahan masalah secara sistematis dan factual mengenai fakta-fakta dan sifat populasi. Sehingga dalam penelitian ini yang digunakan sifat penelitian adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif karena data yang

¹⁶ Etta Mamang Sangadji, Sopiah, *Metode Penelitian Pendekatan Praktis Dalam Penelitian*, (Yogyakarta: Andi, 2010). 102

¹⁷ M. Ahmad Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*, (Yogyakarta: Subangsh, 1975).

¹⁸ Afrizal, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Pres, 2014), 87

diperoleh secara langsung dari objek penelitian, yaitu Bimbingan Pribadi Melalui Program *Acitivily Daily Living* (ADL) di Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope Bandar Lampung.

2. Sumber Data

Menurut Lofland and Lofland sumber data utama dalam penelitian adalah tindakan dan kata-kata selebihnya adalah dokumen dan data tambahan lainnya. Sumber data dalam penelitian ini dapat dibedakan menjadi 2 yaitu:

a. Sumber data primer

Sumber data primer yaitu sumber data pokok yang didapatkan untuk kepentingan penelitian atau sumber data yang diperoleh dari lapangan yang berkaitan dengan objek penelitian¹⁹. Sumber data ini diperoleh secara langsung melalui wawancara, pendapat dari individu atau kelompok, kejadian atau hasil pengujian, observasi dan juga dokumentasi.

Dalam penelitian ini, pemilihan informan menggunakan teknik penelitian *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu. Untuk memperoleh data, peneliti mengambil beberapa orang yang tetap untuk di jadikan informasi dengan kriteria sebagai berikut:

1. Anak Tunagrahita PKLK Growing Hope Bandar Lampung yang berusia 9-11 Tahun
2. Anak Tunagrahita PKLK Growing Hope Bandar Lampung yang berada dikelas III, IV, dan V
3. Anak Tunagrahita PKLK Growing Hope Bandar Lampung yang mengikuti kelas *Acitivily Daily Living*

Berdasarkan kriteria diatas dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer 5 anak tunagrahita yang

¹⁹ Wiratna Sujarweni, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press,2014).42

melakukan program ADL (*Acitively Daily Living*), kemudian kepala sekolah PKLK Growing Hope Bandar Lampung, kemudian 1 orang Wali Kelas untuk menerapkan ADL (*Activity Daily Living*), dan 1 orang konselor atau psikoloq dengan demikian keseluruhan yang menjadi sumber data dari penelitian ini berjumlah 8 orang.

b. Sumber data Sekunder

Sumber data skunder adalah data yang telah dikumpulkan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.²⁰ Sumber data sekunder juga merupakan sumber data tambahan atau data pelengkap yang sifatnya untuk melengkapi data-data utama. Dalam penelitian ini data sekunder akan didapat mengenai sejarah Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope, visi misi, sarana dan prasana struktur kepengurusan, daftar anak didik dan lain sebagainya yang berkenaan dengan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

3. Metode Pengumpulan Data

Ada beberapa teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini dimana masing-masing teknik mempunyai kelebihan dan kekurangan sendiri-sendiri, sehingga penggunaan beberapa teknik pengumpulandata secara bersama-sama diharapkan akan dapat saling melengkapi satu samalain. Dalam penelitian metode atau alat yang digunakan peneliti untuk menghimpun data antara lain wawancara, observasi, dan dokumentasi.

a. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja, melalui pengamatan dan pencatatan gejala-gejala yang diselidiki. Selain itu, observasi harus dilakukan beberapa priode waktu. Walaupun tidak ada ketetapan waktu khusus pada

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta,2017),137

saat pengamatan, akan tetapi semakin lama dan semakin sering dilakukan akan memantapkan reabilitas hasil pengamatan.²¹

Untuk memperoleh data dilapangan maka peneliti akan melakukan pengamatan secara langsung di lapangan. Peneliti mengumpulkan keterangan dengan melihat, mengamati, kalau perlu merekam dan mencatat perilaku dan ucapan-ucapan dari informan yang relevan. Ada 2 jenis observasi antara lain: observasi partisipan dan observasi non partisipan. Dalam observasi partisipan peneliti terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian.²²

Jenis observasi yang penulis gunakan adalah observasi partisipasi karena peneliti diizinkan langsung berinteraksi dengan anak tunagrahita di Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope bagaimana proses penerapan ADL (*Activity Daily Living*), proses pembelajaran mereka, dan bisa berinteraksi langsung dengan anak tunagrahita. Metode observasi digunakan untuk melengkapi data yang tidak diperoleh dari metode wawancara dan dokumentasi.

b. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara berkomunikasi, dan sistematis antara pewawancara (*interviewer*) dengan individu yang diwawancarai (*interviewee*). Wawancara berfungsi untuk memahami berbagai potensi, sikap, pikiran, perasaan, pengalaman, harapan, dan masalah, serta memahami

²¹ Gantina Komalasari, dkk, *Asesmen Tenik Nontes dalam Pesprektif BK Komperhensif*, (Jakarta: PT Indeks, 2017),43

²² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta,2017),310

potensi dan kondisi lingkungannya baik lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerjanya.²³

Wawancara terdiri dari dua jenis yaitu wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Wawancara terstruktur yaitu wawancara yang digunakan apabila peneliti telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang akan diperoleh sehingga peneliti telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya pun telah dipersiapkan. Wawancara tidak terstruktur yaitu wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.²⁴

Dalam penelitian ini menggunakan wawancara tidak terstruktur dimana peneliti menyiapkan pedoman namun hanya berupa garis-garis besar dan dikembangkan ketika wawancara berlangsung. Metode dalam pengumpulan data ini penulis tunjukan kepada komunikator yakni konselor yang terlibat. Peneliti secara langsung bertatap muka dengan 1 orang guru khusus untuk menerapkan ADL (*Activity Daily Living*), dan 1 orang konselor atau psikoloq dan 5 anak tunagrahita yang melakukan Bimbingan Pribadi Melalui Program ADL (*Acitivily Daily Living*) untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah teknik mencari data mengenai hal-hal variabel yang berupa catatan atau dokumen, surat kabar dan sebagainya. Metode

²³ Gantina Komalasari,dkk, *Asesmen Teknik Nontes dalam Pespektif BK Komperhensif*,(Jakarta: PT Indeks, 2017)55-57

²⁴ Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial*, (Yogyakarta: Gelora Aksara Pratama, 2009),67-68

dokumentasi menjadi pendukung dari penggunaan metode observasi dan wawancara pada penelitian²⁵. Sehingga hasil penelitian akan lebih dapat dipercaya karena didukung dengan dokumen-dokumen yang sesuai dengan data yang dibutuhkan. Data yang diambil dalam penelitian ini meliputi data anak tunagrahita, gambaran umum, profil Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope, struktur organisasi, program Pendidikan, sarana dan prasarana, dokumen dan laporan dari bagian tata usaha.

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data secara kualitatif dengan menggunakan model analisis data interaktif. Teknik analisis data dimulai dengan menelaah data yang tersedia baik bersifat primer maupun sekunder yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi lapangan serta mengkaji referensi-referensi yang berkaitan dengan penelitian data atau informasi yang diperoleh dari lokasi penelitian akan dianalisis setelah dibuat catatan lapangan.²⁶

Teknik penelitian tersebut meliputi beberapa hal yaitu:

a. Pengumpulan Data

Pada analisis model pertama dilakukan pengumpulan data hasil wawancara, hasil observasi dan berbagai dokumentasi berdasarkan kategori yang sesuai dengan masalah penelitian yang kemudian dikembangkan penajaman datanya melalui pencarian dan selanjutnya²⁷.

Dengan demikian, data berupa catatan lapangan sebagai hasil amatan, deskripsi, wawancara, catatan harian pribadi, foto, pengalaman pribadi, jurnal, cerita

²⁵ Jalaludin Rahmat, *Metode Penelitian Komunikasi*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002), 97

²⁶ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 224

²⁷ Ibid, h. 224

sejarah, riwayat hidup, surat-surat, agenda, simbol-simbol yang melekat dan dimiliki banyak hal lain sebagai hasil amatan pendengaran.

b. Reduksi Data

Adalah merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu dan yang dilaksanakan selama berlangsungnya proses penelitian dan mengatur data sedemikian sehingga dapat ditarik kesimpulan akhir.

c. Penyajian Data

Penyajian data adalah rangkaian informasi yang memungkinkan kesimpulan riset dapat dilakukan dengan melihat penyajian data, maka peneliti akan dapat mengerti apa yang terjadi serta memungkinkan untuk mengerjakan sesuatu pada analisa oleh tindakan lain yang berdasarkan pengertian tersebut.

Miles dan Human mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan penyajian data adalah menyajikan sekumpulan informasi yang terus memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Dalam penyajian data kualitatif ini menggunakan teks yang bersifat naratif, selain itu juga dapat berupa grafik, matrik, bagan dan jaringan. Sehingga memudahkan dalam menggambarkan rincian secara keseluruhan dan pengambilan kesimpulan.²⁸

d. Penarikan Kesimpulan

Dari penyajian data yang sudah tersusun maka selanjutnya penelitian data yaitu menarik kesimpulan, Penarikan kesimpulan untuk melihat apakah penelitian Bimbingan Pribadi Melalui Program *Acivity Daily Living* (ADL) untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita

²⁸ Elvinora Ardianto, *Metodologi Penelitian Untuk Public Relations*, (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2016),193.

di Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope Bandar Lampung sudah tercapai atau belum.

I. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini disusun dalam suatu laporan penelitian yang terdiri atas lima bab. Setiap bab memiliki beberapa sub-sub bab yang sesuai dengan tema-tema pembahasan yang dibutuhkan agar dapat mempermudah dalam pemahaman dengan pembahasan yang sistematis dan terarah, maka penulisan ini disusun sebagai berikut:

Pada bagian awal meliputi: halaman judul, halaman pernyataan keaslian, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman motto, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar table, daftar grafik dan lampiran.

Bab I adalah sebagai pendahuluan, Bab ini terdiri dari beberapa sub bab yaitu penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian, dan sistematika pembahasan. Hal ini dimaksudkan sebagai kerangka awal dalam megantarkan isi pembahasan kepada bab selanjutnya.

Bab II adalah landasan teori. Dalam bab ini berisi kajian teori tentang landasan teori. Landasan teori ini terdiri dari dua sub bab yaitu sub bab pertama tentang bimbingan pribadi melalui program *Acitivity Daly Living* (ADL), meliputi pengertian bimbingan pribai dan *Acitivity Daily Living* (ADL), tujuan bimbingan pribadi dan *Acitivity Daily Living* (ADL), aspek-aspek bimbingan pribadi, betuk layanan bimbingan pribadi, prinsip-prinsip ADL (*Acitivity Daily Living*), ruang lingkup bimbingan pribadi dan *Acitivity Daily Living* (ADL). Untuk sub bab kedua tentang kemandirian anak tunagrahita, meliputi pengertian anak tunagrahita, kemandirian anak tunagrahita, karakter dan permasalahan anak tunagrahita, Proses Bimbingan Pribadi melalui program *Acitivity Daily Living* (ADL), dan upaya kemandirian anak tunagrahita.

Bab III adalah gambaran umum penelitian. Bab ini berisi tentang gambaran umum Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope gambaran umum ini terdiri dari dua sub

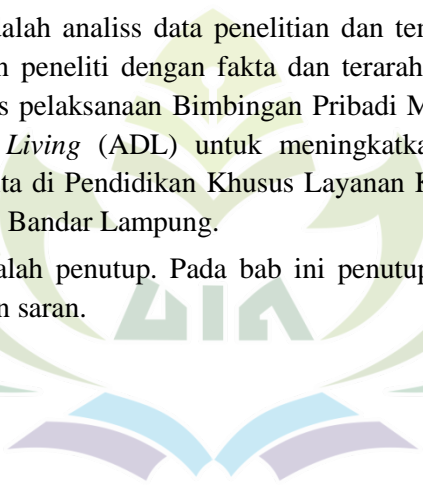
bab yaitu sub bab pertama tentang profil Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope yang meliputi sejarah berdirinya rutan, profil singkat PKLK, visi dan misi, program kerja, tujuan dan sarana rutan, sarana dan prasarana, struktur kepengurusan, daftar anak tunagrahita di Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope. Sementara untuk sub bab kedua proses pelaksanaan bimbingan pribadi Di Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope yang meliputi tentang gambaran Bimbingan Pribadi melalui program *Acitivity Daily Living* (ADL), pelaksanaan bimbingan pribadi di Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope Bandar Lampung.

Bab IV adalah analiss data penelitian dan temuan penelitian yang dilakukan peneliti dengan fakta dan terarah. Bab ini berisi tentang analisis pelaksanaan Bimbingan Pribadi Melalui Program *Acitivity Daily Living* (ADL) untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di Pendidikan Khusus Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope Bandar Lampung.

Bab V adalah penutup. Pada bab ini penutup berisi tentang kesimpulan dan saran.

Daftar rujukan

Lampiran



BAB II

BIMBINGAN PRIBADI MELALUI PROGRAM *ACTIVITY DAILY LIVING* (ADL) UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN ANAK TUNAGRAHITA

A. Bimbingan Pribadi dan *Activity Daily Living* (ADL)

1. Pengertian Bimbingan Pribadi dan *Activity Daily Living* (ADL)

Bimbingan pribadi yang di kemukakan oleh Abu Ahmadi adalah bimbingan pribadi yang diberikan kepada pribadi, agar mampu menghadapi dan memecahkan permasalahan pribadi secara mandiri. Hal ini sejalan dengan pengertian bimbingan pribadi menurut Dewa Ketut Sukardi yang mengungkapkan bahwa bimbingan pribadi merupakan usaha bimbingan dalam menghadapi dan memecahkan masalah pribadi, seperti penyesuaian diri, menghadapi konflik, dan pergaulan.²⁹

Dari pendapat diatas, bimbingan pribadi adalah suatu proses bimbingan bagi individu-individu dalam memecahkan masalah-masalah pribadi seperti masalah hubungan dengan sesama individu, permasalahan perbedaan sifat, kemampuan serta penyesuaian diri baik dalam lingkungan pendidikan maupun dalam masyarakat sekitar dan penyelesaian konflik.

Activity of Daily living (ADL) atau aktivitas kegiatan harian yang lebih familier dalam dunia pendidikan anak berkebutuhan khusus dikenal dengan istilah “Bina Diri”. ADL/ Bina Diri mengacu pada suatu kegiatan yang bersifat pribadi, tetapi memiliki dampak berkaitan dengan human relationship. Disebut pribadi karena mengandung pengertian bahwa keterampilan-keterampilan yang diajarkan atau dilatihkan menyangkut kebutuhan individu yang harus

²⁹ Syamsu Yusuf LN & A. Juntika Nur Ikhsan. *Landasan Bimbingan Dan Konseling*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006),97

dilakukan sendiri tanpa bantuan orang lain bila kondisinya memungkinkan³⁰.

Program khusus ADL/Bina Diri terdiri dari beberapa aspek pengembangan dimana satu sama lain saling berhubungan dan ada keterkaitannya antara lain: Merawat diri (makan- minum, kebersihan badan, menjaga kesehatan). Mengurus diri (berpakaian, berhias diri). Menolong diri (menghindar dan mengendalikan diri dari bahaya). Berkomunikasi (*Verbal, non verbal*, isyarat, gambar). Bersosialisasi (pernyataan diri, pergaulan dengan anggota keluarga, teman, dan anggota masyarakat). Pendidikan seks (membedakan jenis kelamin, menjaga diri dan alat reproduksi, menjaga diri dari sentuhan lawan jenis)³¹.

Pada akhirnya Pendidikan anak Tunagrahita melalui pembelajaran program khusus ADL/Bina Diri anak mampu melakukan sendiri kegiatan ADL/Bina Diri minimal dapat memenuhi kebutuhan dirinya dan menyesuaikan diri dengan lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

2. Tujuan Bimbingan Pribadi dan *Activity Daily Living* (ADL)

Menurut Syamsu Yusuf dan A. Juantika Nurihsan tujuan dari bimbingan pribadi adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dengan teman sebaya, sekolah, tempat kerja, maupun masyarakat pada umumnya.³²
- b. Memiliki sikap toleransi terhadap umat beragama lain, dengan saling menghormati dan memelihara hak dan kewajibannya masing-masing.

³⁰ Darmawanti, Ira dan M. Jannah. *Tumbuh Kembang Anak Usia Dini dan Reaksi Dini pada Anak Berkebutuhan Khusus*. (Surabaya: Insight Indonesia, 2004).99

³¹ Kustawan, D. *Bimbingan dan Konseling bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. (Jakarta Timur: PT. LUXIMA METRO MEDIA, 2016).130

³² Syamsu Yusuf, LN dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya,2005) Hlm 17-18

- c. Memiliki pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fluktuatif antara yang menyenangkan dan tidak menyenangkan, serta mampu meresponnya secara positif sesuai dengan ajaran yang dianut.
- d. Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan, baik fisik maupun psikis.
- e. Memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain.
- f. Memiliki kemampuan menentukan pilihan secara sehat.
- g. Bersikap respek terhadap orang lain, menghormati atau menghargai orang lain, tidak melecehkan martabat atau harga dirinya.
- h. Memiliki rasa tanggung jawab yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas dan kewajibannya.
- i. Memiliki kemampuan berinteraksi sosial (human relationship), yang diwujudkan dalam bentuk persahabatan, persaudaraan atau silaturahmi terhadap sesama manusia.
- j. Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik baik yang bersifat internal maupun orang lain.
- k. Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif.³³

Tujuan bimbingan pribadi juga dapat dipahami di surah Al-Tahrim ayat 6 yaitu:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا قُوْا اَنْفُسَكُمْ وَاَهْلِيْكُمْ نَارًا وَقُوْدُهَا النَّاسُ
وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَٰئِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُوْنَ اِلٰهَ مَا اَمَرَهُمْ
وَيَفْعَلُوْنَ مَا يُؤْمَرُوْنَ ﴿٦﴾

³³ Sulistyarni & Moh. Jauhar. *dasar-dasar Konseling*. (Jakarta: Prestasi Pustakaraya,2004),6

“Wahai orang-orang yang beriman! Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan” (QS. Al-Tahrim [66]:6).

Berdasarkan tujuan-tujuan tersebut diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan pribadi bertujuan untuk memantapkan kepribadian agar dapat berkembang sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya dan dapat mengembangkan kemampuan individu tersebut serta dapat melakukan penyesuaian diri dengan norma yang ada disekelilingnya.

Secara umum, bidang kajian ADL (*Activity Daily Living*) bertujuan agar Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) dapat mandiri dengan tidak/kurang bergantung pada orang lain dan mempunyai rasa tanggung jawab. Sedangkan tujuan khususnya adalah:

- 1) Membantu meningkatkan kemampuan Anak Berkebutuhan Khusus dalam tatalaksana pribadi (mengurus diri, menolong diri, dan merawat diri). Dengan adanya program bina diri, diharapkan anak berkebutuhan khusus akan mandiri dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari sehingga tidak lagi selalu bergantung pada orang tua maupun orang-orang di sekitarnya.
- 2) Membantu meningkatkan kemampuan dan menumbuhkan Anak Berkebutuhan Khusus dalam berkomunikasi sehingga anak berkebutuhan khusus menjalin komunikasi dengan orang-orang disekitarnya, mampu mengkomunikasikan apa yang diinginkan maupun yang tidak diinginkan, mampu menjawab pertanyaan yang diajukan padanya, sehingga aktualisasi keberadaan dirinya diakui oleh orang-orang disekitarnya.

- 3) Membantu Menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan Anak Berkebutuhan Khusus bersosialisasi. Dengan memiliki kemampuan komunikasi yang baik, maka anak berkebutuhan khusus dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dengan baik. Karena kemampuan komunikasi sangat berhubungan dengan kemampuan bicara dan komunikasi.³⁴

3. Aspek-Aspek Bimbingan Pribadi

Bimbingan pribadi adalah jenis bimbingan yang membantu para siswa dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah pribadi. Diatas telah disebutkan bahwa masalah individu ada yang berkenaan dengan tuhan dan ada yang berkenaan dengan dirinya sendiri. Bidang pengembangan pribadi siswa mencakup keduanya, yakni mengembangkan aspek-aspek kepribadian siswa yang menyangkut dengan tuhan dan dirinya sendiri. Dalam situasi tertentu, kadang-kadang individu dihadapkan pada suatu kesulitan yang bersumber dari dalam dirinya sendiri. Masalah ini timbul karena individu merasa kurang berhasil dalam menghadapi dan menyesuaikan diri dengan hal-hal dalam dirinya. Konflik yang berlarut-larut, frustasi, dan neurosis merupakan sumber timbulnya masalah pribadi. Masalah pribadi juga timbul akibat individu gagal dalam mempertemukan antara aspek-aspek pribadi di satu pihak dan keadaan lingkungan di pihak lain.

Menurut Surya dan Winkel, aspek-aspek persoalan individu yang membutuhkan layanan bimbingan pribadi adalah: (a) kemampuan individu memahami dirinya sendiri, (b) kemampuan individu mengambil keputusan sendiri, (c) kemampuan individu memecahkan masalah yang menyangkut

³⁴ Astaty. *Bina Diri Untuk Anak Tunagrahita, Edisi kedua*. (Bandung: Amanah Offset, 2011).20

keadaan batinnya sendiri, misalnya persoalan-persoalan yang menyangkut hubungannya dengan Tuhan.³⁵

4. Bentuk Layanan Bimbingan Pribadi

Ada beberapa macam bentuk layanan bimbingan pribadi, yaitu pertama, layanan informasi. Informasi tentang tahap-tahap perkembangan dapat mencakup perkembangan dapat menjakup perkembangan: (a) fisik, (b) motorik, (c) bicara, (d) emosi, (e) sosial, (f) penyesuaian sosial, (g) bermain, (h) kreativitas, (i) pengertian, (j) moral, (k) seks, (l) perkembangan kepribadian. Sedangkan informasi tentang keadaan masyarakat dewasa ini dapat mencakup informasi tentang: (a) ciri ciri masyarakat maju, (b) makilm pengetahuan, dan (c) pentingnya IPTEK bagi kehidupan manusia.

Kedua, pengumpulan data. data yang dikumpulkan berkenaan dengan layanan bimbingan pribadi dapat mencakup: (a) identitas individu seperti nama lengkap, nama panggilan, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, agama, alamat, bahasa daerah, anak ke, orang tua dan lain-lain, (b) kejasmanian an kesehatan, (c) riwayat pendidikan, (d) prestasi, (e) bakat, (f) minat, dan lain-lain. Layanan orientasi bidang pengembangan pribadi mencakup: suasana, lembaga dan objek pengembangan pribadi seperti lembaga pengembangan bakat, pusat kebugaran, dan latihan pengembangan kemampuan diri, tempat rekreasi, dan lain sebagainya.³⁶

5. Prinsip *Acitivity Daily Living* (ADL) atau Bina Diri

Menurut Sudrajat dan Rosida, beberapa prinsip bina diri antara lain sebagai berikut:

- a. Prinsip fungsional, adalah layanan yang diberikan dalam bentuk latihan-latihan fungsi otot dan sendi. Tujuannya adalah meningkatkan fungsi gerak otot dan sendi agar

³⁵ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dan Madrasah*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2007),171

³⁶ Nurihsan, A. Juntika. *Landasan Bimbingan & Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. (Bandung:Refika Aditama, 2006).28

mencapai kemampuan gerak yang optimal sesuai dengan standar gerak.

- b. Prinsip suportif, 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 berprestasi³⁷.
- c. Prinsip evaluasi diri, adalah kegiatan layanan atau pembinaan secara terstruktur dan berkelanjutan diadakan evaluasi tentang keberhasilan yang telah dicapai dengan standar perkembangan atau kemampuan standar normal.
- d. Prinsip *Activity of Daily Living*, adalah pembinaan atau latihan yang diberikan mengacu kepada segala aktivitas yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari mulai dari bangun tidur sampai tidur kembali³⁸.

6. Proses Bimbingan Pribadi Melalui Program *Activity Daily Living* (ADL)

Menurut Abu Ahmadi bimbingan pribadi adalah bantuan yang diberikan kepada individu (peserta didik) agar dengan potensi yang dimiliki mampu mengembangkan diri secara optimal dengan jalan memahami diri, memahami lingkungan, mengatasi hambatan guna menentukan rencana masa depan yang lebih baik.³⁹ Bimbingan pribadi memiliki beberapa tahap yaitu, tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap evaluasi dan tidak lanjut.⁴⁰ Tujuan bidang kajian Bina Diri secara umum adalah:

³⁷ Crocker, dan Nelson. *Developmental Behavioral Pediatrics*, (Philadelphia, WB Saunders, 1983).23

³⁸ Dediknas. *Bina Diri*. (Jakarta: Depdiknas, 1997).21

³⁹ Abu Ahmadi. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. (Jakarta: PT. Rineka Citra. 1991),1.

⁴⁰ Hardi Santosa. *Program Bimbingan Dan Konseling Pribadi-Sosial Untuk Mengembangkan Perilaku Seksual Sehat Remaja*. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling "Psikopedagogia"*. (Online). Volume.2 No 1.

- a. Menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam tatalaksana pribadi (mengurus diri, menolong diri, merawat diri).
- b. Menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam berkomunikasi sehingga dapat mengkomunikasikan keberadaan dirinya.
- c. Menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam hal sosialisasi.

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

- a) 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.
- b) 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.
- c) Pendidikan Bina Diri sebagai proses pembentukan dan pengembangan diri anak kearah kemandirian.⁴¹

Program khusus Bina Diri terdiri dari beberapa aspek pengembangan dimana satu sama lainnya berhubungan dan ada keterkaitan, yaitu:

- a. Merawat diri: makan-minum, kebersihan badan, menjaga Kesehatan
- b. Mengurus diri: berpakaian, berhias diri
- c. Menolong diri: menghindar dan mengendalikan diri dari bahaya

⁴¹ Dewi Utama, *Pendidikan Bagi anak Tunagrahita*, (Bandung: Remaja Karya, 1989),65

- d. Berkomunikasi: komunikasi non-verbal, verbal, atau tulisan
- e. Bersosialisasi: pernyataan diri, pergaulan dengan anggota keluarga, teman, dan anggota masyarakat
- f. Penguasaan pekerjaan: pemeliharaan alat, penguasaan keterampilan, mencari informasi pekerjaan, mengkomunikasikan hasil pekerjaan dengan orang lain.
- g. Pendidikan seks: membedakan jenis kelamin, menjaga diri dan alat reproduksi, menjaga diri dari sentuhan lawan jenis.⁴²

Adapun strategi pelaksanaan program Bina Diri didasarkan atas pendekatan-pendekatan:

- a) Berorientasi pada kebutuhan anak dan dilaksanakan secara integrative dan holistik.
- b) Lingkungan yang kondusif. Lingkungan harus diciptakan sedemikian menarik dan menyenangkan, dengan memperhatikan keamanan dan kenyamanan anak dalam belajar.
- c) Menggunakan pembelajaran terpadu. Model pembelajaran terpadu yang beranjak dari tema yang menarik anak (*centre of interest*) dimaksudkan agar anak mampu mengenal berbagai konsep secara mudah dan jelas sehingga pembelajaran menjadi bermakna bagi anak.
- d) Mengembangkan keterampilan hidup.
- e) Menggunakan berbagai media dan sumber belajar. Media dan sumber belajar dapat berasal dari lingkungan alam sekitar atau bahan-bahan yang sengaja disiapkan.
- f) Pembelajaran yang berorientasi pada prinsip-prinsip perkembangan dan kemampuan anak. Ciri-ciri pembelajaran ini adalah:

⁴² Astati. *Bina Diri Untuk Anak Tunagrahita*, Edisi kedua. (Bandung: Amanah Offset, 2011).25

- 1.) Anak belajar dengan sebaik-baiknya apabila kebutuhan fisiknya terpenuhi, serta merasakan aman dan tentram secara psikologis.
- 2.) Siklus belajar anak berulang, dimulai dari membangun kesadaran, melakukan penjelajahan (*eksplorasi*), memperoleh penemuan untuk selanjutnya anak dapat menggunakannya.
- 3.) Anak belajar melalui interaksi sosial dengan orang dewasa dan teman sebayanya.
- 4.) Minat anak dan keingintahuannya memotivasi belajarnya.
- 5.) Perkembangan dan belajar anak harus memperhatikan perbedaan individual.
- 6.) Anak belajar dengan cara dari sederhana ke yang rumit, dan tingkat yang termudah ke yang sulit.

Metode yang digunakan meliputi: metode demonstrasi, pemberian tugas, simulasi, dan karyawisata. Penilaiannya berbentuk perbuatan karena yang dinilai adalah kemampuan dalam praktek melakukan kegiatan menolong diri sendiri, dan lisan karena sebelum praktek anak perlu mengenal alat, bahan, dan tempat yang digunakan.⁴³

Waktu penilaian dilaksanakan pada proses PBM dan akhir pelajaran. Sasarannya adalah kemampuan anak melaksanakan latihan mulai dari dengan bantuan sampai anak mampu melakukan sendiri/mandiri. Penilaian dilakukan berdasarkan kualitas yang berisi uraian/narasi yang menggambarkan kemampuan siswa setelah mengikuti kegiatan pelatihan, dan berdasarkan kuantitas dengan penjelasan agar tidak salah dalam menafsirkan skor. Misalnya skor 8 dalam pelajaran minum, berarti anak dapat memegang gelas, dan dapat minum.

⁴³ Dodo Sudrajat Dan Lilis Rosida, "*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*", (Jakarta: Pt. Luxima Metro Media, 2013) Hlm. 77

Hal ini sangat berkaitan dengan program ADL (*Activity Daily Living*) yang pada dasarnya menggunakan bimbingan pribadi dalam proses penerapannya. Dengan tujuan agar anak berkebutuhan khusus dapat mandiri dengan tidak bergantung pada orang lain dan mempunyai rasa tanggung jawab, menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam tatalaksana pribadi (mengurus diri, menolong diri, merawat diri), menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam berkomunikasi sehingga dapat mengkomunikasikan keberadaan dirinya, menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam hal sosialisasi.⁴⁴

7. Ruang Lingkup Bimbingan Pribadi dan *Activity Daily Living* (ADL) Atau Bina Diri

Menurut Winkel & Sri Hastuti bimbingan pribadi yang diberikan dijenjang pendidikan menengah dan pendidikan tinggi sebagian disalurkan melalui bimbingan kelompok dan sebagian lagi melalui bimbingan individual, serta mengandung unsur-unsur sebagai berikut:

- a. Informasi tentang fase atau tahap perkembangan yang dilalui oleh siswa remaja dan mahasiswa, antara lain tentang konflik batin yang dapat timbul dan tentang tata cara bergaul yang baik. Termasuk disini apa yang disebut dengan sex education, yang tidak hanya mencakup penerangan seksual, tetapi pula corak pergaulan antara jenis kelamin.
- b. Pengumpulan data yang relevan untuk mengenal kepribadian siswa, misalnya sifat-sifat yang tampak dalam tingkah laku, latar belakang keluarga dan keadaan kesehatan.⁴⁵

Program bina diri merupakan suatu program pembinaan yang berkesinambungan agar anak dapat mengembangkan potensinya seoptimal mungkin. Program bina diri pada

⁴⁴ M. Ramadhan, "*Pendidikan Keterampilan & Kecapakan Hidup Untuk Anak Berkebutuhan Khusus*", (Jogjakarta: Javalitera, 2012). 40

⁴⁵ A Hallen, *Bimbingan dan Konseling*, Ciputat Press, (Jakarta, 2002).34

dasarnya dibuat sebagai suatu upaya membantu anak agar hidup lebih wajar dan lebih mandiri. Adapun ruang lingkup program bina diri anatara lain sebagai berikut⁴⁶:

- a. Merawat diri, merupakan kegiatan sehari-hari yang sangat mendasar berhubungan dengan kesehatan diri seperti makan-minum, kebersihan badan, menjaga kesehatan
- b. Mengurus diri, merupakan kemampuan kegiatan sehari-hari yang berhubungan dengan penampilan dan kerapian diri, seperti cara berhias dan cara berpakaian.
- c. Menolong diri, merupakan kemampuan mengatasi berbagai masaah dalam kehidupan sehari-hari berhubungan dnegan pemecahan masalah yang dihadapi oleh anak, misalnya menghindari bahaya, melakukan kegiatan sehari-hari di rumah.
- d. Komunikasi, merupakan sarana yang paling penting dalam mengungkapkan keinginan dan memahami apa yang disampaikan oleh orang lain⁴⁷.
- e. Sosialisasi dan adaptasi, merupakan interaksi dengan lingkungan sekitar, misalnya bermain dengan teman, melakukan kerjasama dengan lingkungan keluarga, dll.
- f. Penguasaan pekerjaan, adalah kemampuan yang berhubungan dengan pemenuhan ekonomi.
- g. Pendidikan seks, merupakan suatu bentuk pemahaman tentang seks misalnya: membedakan jenis kelamin, menjaga diri dan alat reproduksi, menjaga diri dari sentuhan lawan jenis⁴⁸.

⁴⁶ Djamarah, S B dan Zain, A. *Strategi Belajar Mengajar*. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1997).73

⁴⁷ Djamarah, S B. *Psikologi Belajar*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2008).74

⁴⁸ Sugihartono, Dkk, *Psikologi Pendidikan*, (Yogyakarta: Uny Press, 2007).74

B. Kemandirian Untuk Anak Tunagrahita

1. Pengertian Anak Tunagrahita

Dalam dunia pendidikan ditemukan anak-anak yang memiliki kecerdasan secara signifikan berada di bawah rata-rata pada umumnya dan disertai dengan hambatan dalam tingkah laku penyesuaian diri dan termanifestasi selama periode perkembangan. Di Indonesia anak-anak tersebut dikenal dengan istilah Tunagrahita dan istilah-istilah lainnya adalah: *mentally retarded*, *mental retardation*, *intellectually disabled*, *mentally handicapped*.

Anak tunagrahita adalah anak yang memiliki intelegensi yang signifikan berada dibawah rata-rata, sehingga mengakibatkan ketidakmampuan dalam adaptasi perilaku yang muncul dalam masa perkembangan dan mempunyai hambatan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik. Hal ini disebabkan karena perkembangan otak dan fungsi sarafnya tidak sempurna.⁴⁹

Definisi tersebut menandakan bahwa dalam memandang ketunagrahitan tidak hanya berdasarkan satu aspek misalnya hanya segi kecerdasan saja yang rendah tetapi harus melihat hal-hal lain seperti adanya ketidak mampuan dalam tingkah laku penyesuaian dan masa terjadinya. Ketiga hal itu harus dimiliki oleh seorang anak barulah ia dikatakan tunagrahita.

2. Kemandirian Anak Tunagrahita

Menumbuhkan kemandirian pada individu sejak usia dini sangatlah penting karena dengan memiliki kemandirian sejak dini, anak akan terbiasa mengerjakan kebutuhannya sendiri. Menurut Yusuf, secara naluriah, anak mempunyai dorongan untuk berkembang dari posisi dependent (ketergantungan) ke posisi independent (bersikat mandiri). Anak yang mandiri akan bertindak dengan penuh rasa percaya diri dan tidak selalu mengandalkan bantuan orang dewasa dalam bertindak.

⁴⁹ Mohammad Efendi, *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*, (Jakarta: BumiAksara, 2006).88

Kemandirian diartikan sebagai suatu sikap yang ditandai dengan adanya kepercayaan diri dan terlepas dari ketergantungan, selanjutnya Benson dan Grove menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan kemandirian adalah kemampuan individu untuk memutuskan sendiri dan tidak terus menerus berada di bawah kontrol orang lain.⁵⁰

Kemandirian merupakan aspek penting dalam kehidupan, kemandirian ini perlu dilatih sejak dini agar anak tidak selalu bergantung dengan orang lain. Anak tunagrahita adalah salah satu anak yang memiliki kelainan dalam perkembangan mental yang disebabkan oleh rendahnya tingkat kecerdasan, anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam merawat diri. Hal ini perlu penanganan yang sesuai dengan kondisi dan kemampuan anak. Anak tunagrahita memerlukan Pendidikan khusus yang dapat mengembangkan kemampuan pada diri anak secara optimal. Penanganan ini dapat berupa melatih kemampuan merawat diri untuk melakukan aktifitas sehari-hari (*activity of daily living*) ADL dikenal dengan istilah bina diri yang mengacu pada kegiatan sehari-hari.⁵¹

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

a. Ciri-Ciri Kemandirian

Seorang anak dikatakan mandiri bila ia memperlihatkan ciri-ciri, yaitu: a) percaya diri yang didasari oleh kepemilikan akan konsep diri yang positif; b) bertanggung jawab pada hal-hal yang dikerjakannya dan hal ini dapat ditumbuhkan dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk memegang tanggung jawab; c) mampu menemukan pilihan dan mengambil keputusannya sendiri yang mana hal ini diperoleh dari adanya peluang untuk

⁵⁰ Benson, Nigel C & Simon Grove, *Mengenal Psikologi for Beginners*. (Bandung: Mizan, 2000).67

⁵¹ Eka Purnama Sari “Bimbingan Dan Konseling Dalam Membentuk Kemandirian Anak Berkebutuhan Khusus Di Tk Inklusif Dan Klinik Psikologi (Abk) Tunas Mandiri”, (Skripsi, Uin Raden Intan Lampung, 2018) 34

mengerjakan sesuatu, dan: d) mampu mengendalikan emosi dengan adanya kesempatan untuk berbuat dengan tidak banyak mendapatkan larangan.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemandirian

Kemandirian bukanlah semata-mata merupakan pembawaan yang melekat pada diri individu sejak lahir, melainkan dipengaruhi oleh hal-hal lain. Sehubungan dengan hal itu M. Ali dan Asrori menyatakan bahwa kemandirian berkembang selain dipengaruhi oleh faktor intrinsik (pertumbuhan dan kematangan individu itu sendiri) juga oleh faktor ekstrinsik (melalui proses sosialisasi di lingkungan tempat individu berada. Faktor intrinsik seperti kematangan individu, tingkat kecerdasan dan faktor ekstrinsik adalah hal-hal yang berasal dari luar diri anak seperti: perlakuan orangtua, guru, dan masyarakat.⁵²

3. Karakteristik, dan Permasalahan Anak Tunagrahita

a. Karakteristik dan Permasalahan

Secara umum anak tunagrahita memperlihatkan ciri-ciri seperti: a). Dalam segi kecerdasan: kapasitas belajarnya terbatas terutama pada hal-hal abstrak, mereka lebih banyak belajar bukan dengan pengertian. b) Sosial: dalam pergaulan mereka tidak dapat bergaul atau bermain dengan teman sebayanya, mengalami kesulitan dalam merawat diri, mengurus diri, menolong diri, berkomunikasi, dan beradaptasi dengan lingkungannya. c) Fungsi mental lain: sulit memusatkan perhatian, mudah lupa, menghindari diri dari perbuatan berpikir. d) Dorongan dan emosi: mereka jarang memiliki perasaan bangga, tanggung jawab, penghayatan, bagi yang berat hampir-hampir tidak mampu untuk menghindari bahaya, dan mempertahankan diri. e) Organisme: bagi tunagrahita ringan hampir tidak terlihat perbedaannya dengan anak

⁵² Chaplin, C. P, (Terjemah: Kartini Kartono) *Kamus Lengkap Psikologi*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada. 1995).99

normal, namun keberfungsian fisik kurang dari anak normal.

Berdasarkan keterbatasan di atas maka muncullah permasalahan bagi anak tunagrahita, diantaranya:

- a) Kesulitan dalam kehidupan sehari-hari seperti dalam melakukan kegiatan bina diri. Oleh karena itu mereka perlu mendapat pembelajaran atau Latihan yang rinci dan rutin mengenai kegiatan Bina Diri.
- b) Kesulitan dalam belajar: kesulitan ini terutama dalam bidang pengajaran akademik misalnya Matematika, IPA, Bahasa, sedangkan bidang pengajaran non akademik mereka tidak banyak mengalami kesulitan. Oleh karena itu mereka membutuhkan model bahan ajar dan model program serta pendekatan yang bervariasi.
- c) Masalah penyesuaian diri: kesulitan dalam hubungannya dengan kelompok maupun dengan individu di sekitarnya, mereka juga cenderung dijauhi oleh lingkungannya dan tidak diakui secara penuh sebagai individu. Hal ini berakibat pada pembentukan keperibadiannya. Karena itu mereka membutuhkan latihan pengembangan kemampuan adaptasi dengan lingkungan baik di keluarga, sekolah dan masyarakat.
- d) Masalah penyaluran ke tempat kerja: anak tunagrahita masih banyak menggantungkan diri kepada orang lain apalagi untuk bekerja, setelah tamatsekolah mereka banyak menggantungkan diri pada keluarga, atau berdiam diri. Lebih-lebih bila di sekolah mereka tidak mendapatkan Latihan keterampilan yang memadai. Oleh karena itu pembelajaran bidang non akademik dan upaya penyaluran ke tempat kerja sangatlah dibutuhkan agar anak tunagrtahita dapat bekerja sesuai dengan keterampilannya.

- e) Masalah gangguan kepribadian dan emosi: mereka dapat berdiam diri berjam-jam, mudah marah dan mudah tersinggung, mengganggu orang lain dan ada juga yang merusak. Oleh karena itu mereka perlu diberikan kegiatan yang bermanfaat dan mendapatkan keberhasilan agar muncul rasa percaya diri.⁵³

4. Upaya Kemandirian Anak Tunagrahita

a. Kemandirian Anak Tunagrahita

Perubahan paradigma mengenai Pendidikan Luar Biasa termasuk pendidikan anak tunagrahita dari penyelenggaraan yang berupa khusus (segregasi) ke penyelenggaraan saat ini menghendaki bahwa anak tunagrahita diberi kesempatan seluas-luasnya untuk belajar, bermain, berkerja dan bergaul di masyarakat pada umumnya yang sesuai dengan keadaannya. Hal ini tentu menuntut kemampuan anak tunagrahita agar dapat menyatakan dan menyesuaikan diri sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Sebagaimana diketahui bahwa anak tunagrahita mengalami hambatan dalam kecerdasan maka target kemandiriannya tentu harus dirumuskan sesuai dengan potensi yang mereka miliki, sehingga dapat dikatakan bahwa mandiri bagi anak tunagrahita adanya kesesuaian antara kemampuan yang aktual dengan potensi yang mereka miliki. Jadi pencapaian kemandirian bagi anak tunagrahita tidak dapat diartikan sama dengan pencapaian kemandirian anak normal pada umumnya.⁵⁴

b. Upaya Mencapai Kemandirian Anak Tunagrahita

- 1) Pemahaman dan pengenalan akan keberadaan anak tunagrahita secara komprehensif. Hal tersebut dapat dilakukan dengan mengadakan asesmen

⁵³ Gordon, Dale. *One Teacher's Classroom, Strategies for Successful Teaching and Learning*. (Melbourne: Eleanor Curtain Publishing, 1992).122

⁵⁴ M.Ali & M. Asroni. *Psikologi Remaja; Perkembangan Peserta Didik*.(Jakarta:Bumi Aksara, 2004).53

sehingga dapat diketahui bagaimana kemampuan anak dalam aspek fisik, intelektual, sosial dan emosi. Hasil asesmen digunakan untuk menyusun intervensi baik itu berupa pembelajaran maupun pelatihan atau pekerjaan.

- 2) Optimalisasi pelaksanaan bidang pembelajaran baik bidang akademik, bina diri, dan keterampilan. Hal-hal tersebut dimaksudkan agar dalam pelaksanaannya baik rancangan tujuan, materi, metode, alat, dan media pembelajaran disesuaikan dengan kemampuan anak-anak tunagrahita sehingga mereka dapat mencapai hasil yang optimal dan pada akhirnya akan muncul rasa percaya diri.
- 3) Upaya pencapaian ciri-ciri kemandirian.⁵⁵

Beberapa upaya untuk mencapai ciri kemandirian yang sesuai dengan potensi yang dimiliki anak tunagrahita, diantaranya:

- a) Menumbuhkan rasa percaya diri; dapat dilakukan dengan memberikan sikap positif pada anak tunagrahita melalui kedalaman dan keluasan atau tingkat kesulitan dalam memberikan tugas sesuai dengan kemampuannya. Tiap keberhasilan harus diberikan imbalan berupa reinforcement.
- b) Menumbuhkan rasa tanggung jawab; dapat dilakukan dengan memberikesempatan kepada anak tunagrahita untuk berbuat, misalnya diberikan tugas-tugas sederhana di rumah, di sekolah, di masyarakat.
- c) Menumbuhkan kemampuan menentukan pilihan dan mengambil keputusannya sendiri Untuk menumbuhkan hal tersebut diperlukan adanya peluang dan kepercayaan yang diberikan

⁵⁵ Desmita, "Psikologi Perkembangan Peserta Didik", (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2014). 185

kepadanya agar terbiasa untuk mengambil keputusan. Tentu saja peluang itu harus berdasarkan kemampuan yang dimiliki oleh anak tunagrahita.

- d) Menumbuhkan kemampuan mengendalikan emosi
Untuk menumbuhkan kemampuan tersebut dapat dilakukan dengan memberi kesempatan seluas-luasnya kepada anak tunagrahita untuk melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya dan berusaha untuk dapat melakukan kegiatan yang dapat dilakukan orang lain walaupun hanya merupakan bagian-bagian terkecil dari kegiatan tersebut.

4) Mengembangkan model bahan ajar/pelatihan

Pengembangan bahan ajar/latihan dapat dilakukan dengan menyusun model bahan ajar tematik dan program pembelajaran individual. Model bahan ajar tematik yang menjadi tema sentralnya adalah materi Bina Diri dan Keterampilan karena kedua hal ini sangat dibutuhkan oleh anak tunagrahita yang diharapkan dapat mengantarkan anak ini ke arah kemandirian. Program Pembelajaran Individual disusun berdasarkan kebutuhan anak tunagrahita dimana kedalaman dan keluasan materinya berbeda-beda sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan anak-anak tersebut.

5) Mengembangkan strategi dan pendekatan pembelajaran

Strategi dan pendekatan perlu dikembangkan terus-menerus mengingat kemampuan pandangan masyarakat, kemajuan IPTEK, dan adanya keberagaman model-model pembelajaran.⁵⁶

⁵⁶ Moh. Amin. *Ortopedagogik Tunagrahita*. (Jakarta: P2TG Dirjen Dikti Depdiknas, 1995).90

DAFTAR RUJUKAN

Buku:

- Abdurrahman, M. *Kesulitan belajar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 2002.
- Afrizal, *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rajawali Pres, 2014.
- Agung Iskandar. *Uji Keandalan dan Kesahihan Indeks Activity of Daily Living Barthel untuk Mengukur Status Fungsional Dasar pada Lanjut Usia diRSCM*. Tesis. Jakarta: Program Studi Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia 2010.
- Aniza Dwi Gardika. *Pengembangan Instrumen Asesmen Bina Diri bagi Anak Tunagrahita di Sekolah Penyelenggara Pendidikan Inklusif*. Tesis, Universitas Lampung 2017.
- Apriyanto, Nunung. *Seluk-Beluk Tunagrahita & Strategi Pembelajarannya*. Yogyakarta: JAVALITERA 2012.
- Ardy Wiyani Novian, *Psikologi perkembangan Anak Usia Dini*, Yogyakarta: GAVA MADIA 2014.
- Astati. *Bina Diri Untuk Anak Tunagrahita*, Edisi kedua. Bandung: Amanah Offset 2011.
- Bambang Syamsul Arifin. *Psikologi Agama*, Bandung: CV.Pustaka Setia, 2008.
- Benson, Nigel C & Simon Grove (Alihbahasa: Medina Chodijah. *Mengenal Psikologi for Beginners*. Bandung: Mizan 2000.
- BJ, Sadock VA. *Comprehensive Textbook Of Psychiatry*, 7th ed, Philadelphia: Williams & Wilkins 2009.
- Chaplin, C.P, (Terjemah: Kartini Kartono). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada 1995.
- Crocker, dan Nelson. *Developmental Behavioral Pediatrics*, 1st ed., Philadelphia, WB Saunders 1983.
- Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahannya (Jakarta, Pustaka Alfatih, 10 Februari 2009)
- Depdiknas. *Panduan guru menolong diri sendiri anak tunagrahita*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Luar Biasa 2002.

- Depdiknas. *Panduan guru menolong diri sendiri anak tunagrahita*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Luar Biasa 2002.
- Design, G. *Program Pendidikan Anak Usia Dini Non-Formal*, Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional 2007.
- Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung, PT. Remaja Rosdakarya 2014.
- Djamarah, S B dan Zain, A. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta 1997.
- Djamarah, S B. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta 2008.
- Dodo Sudrajat Dan Lilis Rosida, “*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*”, Jakarta: Pt. Luxima Metro Media, 2013.
- Elvinora Ardianto, *Metodologi Penelitian Untuk Public Relations*, Bandung: Simbiosis Rekatama Media 2016.
- Elvinora Ardianto, *Metodologi Penelitian Untuk Public Relations*, Bandung: Simbiosis Rekatama Media 2016.
- Etta Mamang Sangadji, Sopiah, *Metode Penelitian Pendekatan Praktis Dalam Penelitian*, Yogyakarta: Andi 2010.
- Gantina Komalasari, dkk, *Asesmen Teknik Nontes dalam Pespektif BK Komperhensif*, Jakarta: PT Indeks, 2017.
- Gordon, Dale. *One Teacher's Classroom, Strategies for Successful Teaching and Learning*. Melbourne: Eleanor Curtain Publishing 1992.
- Jalaludin Rahmat, *Metode Penelitian Komunikasi*, Bandung; Remaja Rosda Karya 2002.
- Kustawan, D. *Bimbingan dan Konseling bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta Timur: PT. LUXIMA METRO MEDIA 2016.
- M. Ahmad Anwar, (1975) *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*, (Yogyakarta: Subangsh).
- M.Ali & M. Asroni. *Psikologi Remaja; Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara 2004.
- Moh. Amin. *Ortopedagogik Tunagrahita*. Jakarta: P2TG Dirjen Dikti Depdiknas 1995.

- Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial*, Yogyakarta: Gelora Aksara Pratama 2009.
- Peraturan Pemerintah RI Nomor 72 Tahun 1991. *Tentang Pendidikan Luar Biasa*. Jakarta: Depdikbud 1991.
- Peter salim dan yeni salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* Jakarta: Modern Press 1995.
- Putri, Ulva K. dan Ardisal. *Pola Asuh Orang Tua Penyandang Tunagrahita dalam Kemandirian Anak Tunagrahita di Bungo Pasang Painan*. Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development, 2(1), 2019.
- Rahman Hibana S. *Konsep Dasar Pendidikan anak Usia Dini*. Yogyakarta. Grafindo Litera Media 2005.
- Samsul Munir Amin. *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: AMZAH 2013
- Sawiwati, *Peningkatan Prestasi Belajar Siswa Kelas III SDN 3 Makarti Jaya Tentang Ciri-Ciri Makhhluk Hidup Melalui Metode Demontrasi, Skripsi Sarjana Pendidikan*, Palembang: Perpustakaan UT 2009.
- Solehuddin, *Konsep Dasar Pendidikan Prasekolah*, Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia 2000.
- Sudrajat, dkk. *Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: PT. Luxima Metro Media 20013.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta 2017.
- Sunarto dan Hartono, A. *Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Rineka Cipta 1995.
- Suyanto, S. *Konsep dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: Departemen pendidikan Nasional 2005.
- Syamsu Yusuf, LN dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan & Konseling*, Bandung: PT.Remaja Rosdakarya 2005.
- Usman & Nurdin. *Konteks Implementasi Berbasis Kurikulum*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada 2002.
- Wardani. *Pengantar Pendidikan Luar Biasa*. Jakarta: Universitas Terbuka 1996.

Wiratna Sujarweni, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press 2014.

Sumber Jurnal Ilmiah:

- Agung Iskandar. “Uji Keandalan dan Kesahihan Indeks *Activity of Daily Living* Barthel untuk Mengukur Status Fungsional Dasar pada Lanjut Usia diRSCM”. Tesis. Jakarta: Program Studi Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. 2010.
- Dani Tohir, “Program Bimbingan Pribadi Sosial untuk Peningkatan Kepercayaan diri Siswa”, (skripsi : Universitas Pendidikan Indonesia)
- Design, G. “Program Pendidikan Anak Usia Dini Non-Formal, Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, Buletin PADU (Jurnal Imiah Anak Usia Dini) Pembelajaran Holistik”, Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini. 2007.
- Febri Eka Wati, “Bimbingan Anak Tunagrahita dalam Meningkatkan Belajar Di Sekolah Luar Biasa Dharma Bakti Pertiwi” (Skripsi, UIN RIL, 2019)
- Niki Asmorowati, “Bimbingan Kemandirian pada Anak Tunagrahita SLB E Prayuwana Yogyakarta” (Skripsi, UIN Sunan Kalijaga, 2016)
- Nurmalita Rokhimatun Azhar, “Bimbingan dan Konseling Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Bantul” (Skripsi, UIN Sunan Kalijaga, 2018)
- Putri, Ulva K. dan Ardisal. (2019). Pola Asuh Orang Tua Penyandang Tunagrahita dalam Kemandirian Anak Tunagrahita di Bungo Pasang Painan. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 2(1), hlm 96-104.
- Sawiwati, “Peningkatan Prestasi Belajar Siswa Kelas III SDN 3 Makarti Jaya Tentang Ciri-Ciri MakhluK Hidup Melalui Metode Demontrasi, Skripsi Sarjana Pendidikan”, Palembang: Perpustakaan UT, 2009.
- Winarsih, “Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal pada peserta didik kelas XI di SMA

Negeri 2 Padang Cermin 2016/2017” (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017)

Sumber Wawancara:

Ibu Saniyanti, S.Pd.Gr Kepala Sekolah PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope, Wawancara Pribadi, Bandar Lampung 1 Februari 2023

Bapak Agung Wijaya, S.Psi Guru Pembimbing PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope, Wawancara, Bandar Lampung 3-10 April 2023

Ibu Sri Santi Utami, S.Pd Guru Pembimbing PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope, Wawancara, Bandar Lampung 3-10 April 2023

Ibu Phina Alifah S., S.Kom Administrasi PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope, Wawancara, Bandar Lampung 3 April – 20 Mei 2023

