

# Bina Diri Anak Tunagrahita

# Peristilahan

- Activity Daily Living
- Personal Management
- Self care
- Self help

Di Indonesia: KMD

***berubah Bina Diri karena merealisasikan diri pada situasi kehidupan rumah, sekolah dan masyarakat--- Mandiri***

# Latar Belakang

1. Perubahan pandangan masyarakat terhadap ABK (Tgr) dari Restrictive Enviroment ke Least Restrictive Enviroment
2. Menghadapi era globalisasi
3. Keberadaan anak tgr (tidak dpt belajar melalui pengamatan) perlu terprogram dan berulang-ulang

# Lanjutan

5. Definisi mengenai anak tunagrahita:  
salah satu komponen adalah ketidakmampuan dalam perilaku adaptif yang meliputi:merawat diri, mengurus diri, menolong diri, komunikasi, adaptasi lingkungan, penggunaan waktu luang, dan keterampilan sederhana

Lihat slide no 11

# Ruang Lingkup

- Merawat diri: makan-minum, kebersihan diri
- Mengurus diri: berpakaian, berhias
- Menolong diri: menghindari dan mengendalikan bahaya
- Komunikasi: perbuatan, lisan, perbuatan
- Adaptasi lingkungan: penggunaan item lingkungan, kegiatan sosialisasi

# Lanjutan

- Penggunaan waktu luang: rekreasi, bermain dan kebiasaan beristirahat
- Keterampilan sederhana: keterampilan di rumah, menyediakan kebutuhan sendiri dan orang lain

# Contoh: Perkiraan Kemampuan Bina Diri

- Usia mental: 3 thn:
  1. Makan-minum: mengambil alat makan-minum sendiri  
Menuang air dari teko ke gelas
  2. Kebersihan: mencuci tangan tanpa dibantu  
Minat kalau ingin ke wc

# Lanjutan

3. Berpakaian: menggunakan alat berpakaian, memakai baju
4. Keselamatan: orientasi ruangan (naik/turun tangga, membuka bermacam2 kunci
5. Komunikasi: menunjuk gambar benda yang disebutkan, mengerti kata larangan, menyebutkan namanya, mencoret-coret



# Lanjutan

6. Adaptasi lingkungan: mengenal orang2 yang dekat dengannya,
7. Penggunaan waktu luang: bermain bersama dengan temannya
8. Keterampilan sederhana: membantu pekerjaan rumah sederhana: menhidupkan lampu

# Kerangka bahan ajar anak tgr.

- Perhatikan usia mental anak tgr.
- Perhatikan kemampuan bina diri yang dicapai oleh tiap usia dan memperhatikan SK dan KD mapel yang sdh ada
- Menentukan SK, KD, dan Indikator tiap aspek bina diri untuk tiap tingkatn MA

# Sambungan slide no. 6

6. Berbagai fungsi Bina Diri, seperti:
- Fungsi medis, kegiatan merawat diri (menggosok gigi), makan-minum
  - Fungsi pembinaan kepribadian: kebiasaan berpakaian, berkomunikasi
  - Fungsi pengembangan sosialisasi, seperti: bergaul, penggunaan adaptasi lingkungan

# Sambungan

- Fungsi pengembangan emosi, seperti: menunggu giliran, rasa empati, akrab, dll
7. Kenyataan lapangan bahwa sekolah tidak optimal mengimplementasikan program ini pada anak tunagrahita.
  8. Kurangnya kerjasama dengan pihak orangtua dan lingkungan

*Lihat slide no. 7*

# Kompetensi yang diharapkan

## 1. Tunagrahita ringan

### Jenjang TKLB

- a. Melakukan kegiatan bina diri (merawat, mengurus, dan menolong diri melalui contoh dan praktek sederhana
- b. Mengkomunikasikan kebutuhannya melalui bahasa non verbal dan verbal sederhana

# Sambungan

- c. Melakukan sosialisasi dengan anggota keluarga terdekat dan teman sekelas

## Jenjang SDLB:

- a. Melakukan kegiatan bina diri (merawat, mengurus dan menolong diri dst. Melalui praktek dan sedikit bantuan
- b. Mengkomunikasikan kebutuhannya melalui bahasa verbal

# Sambungan

- c. Melakukan sosialisasi dengan anggota keluarga, teman di lingkungannya dan di sekolahnya

## Jenjang SLTPLB

- a. Melakukan kegiatan bina diri untuk dirinya dan orang lain dengan praktek langsung
- b. Mengkomunikasikan kebutuhannya melalui bicara dan tulisan

# Sambungan

- c. Melakukan sosialisasi dengan mengikuti kegiatan di lingkungan rumah, tetangga dan sekolah

## Jenjang SMALB

- a. Melakukan kegiatan bina diri dengan tertib sesuai dengan aturan
- b. Mengurus kebutuhan untuk kelangsungan hidupnya dan untuk orang lain



# Sambungan

- c. Mengkomunikasikan kebutuhannya melalui bicara dan tulisan
- d. Melakukan sosialisasi dengan mengikuti kegiatan di sekolah dan di masyarakat.

# Tunagrahita Sedang

## 1. TKLB

a. Melakukan kegiatan bina diri dengan mereaksi, mencontoh dan mencoba melakukannya dengan bantuan

b. Mengkomunikasikan kebutuhannya dengan melalui bahasa non verbal dan sedikit verbal

.

# Sambungan

c. Melakukan sosialisasi dengan anggota keluarga terdekat.

## 2. Jenjang SDLB

a. Melakukan kegiatan bina diri dengan mencontoh, dan praktek sederhana dengan bantuan

b. Mengkomunikasikan kebutuhan dengan bahasa non verbal sederhana

# Sambungan

c. Melakukan sosialisasi dengan anggota keluarga terdekat

## 3. Jenjang SLTPLB

a. Melakukan kegiatan bina diri melalui praktek dengan sedikit bantuan

b. Mengkomunikasikan kebutuhannya melalui bahasa verbal sederhana

# Sambungan

c. Melakukan sosialisasi dengan anggota keluarga, teman di lingkungan tempat tinggal atau di sekolahnya

## 4, Jenjang SMALB

a. Melakukan kegiatan bina diri untuk dirinya dan orang lain dengan praktek langsung walaupun perlu bantuan

# Sambungan

- b. Mengkomunikasikan kebutuhannya melalui bicara dan tulisan sederhana
- c. Melakukan sosialisasi dengan mengikuti kegiatan lingkungan tempat tinggal dan di sekolah.

# Kedudukan Bina Diri

1. Bina Diri merupakan kajian pokok pada pend. Anak tunagrahita
2. Bina Diri merupakan kajian sentral dalam pend. Anak tunagrahita
3. Isi Bina Diri merupakan tema/sub tema dalam pembelajaran Bina Diri

Artinya: semua pembelajaran harus mengandung unsur Bina Diri.

# Asesmen Bina Diri

- Merawat diri: makan-minum, ketoilet, kebersihan
- Perkembangan fisik: keterampilan motorik kasar dan halus
-