

**PRAKTEK
BERGERAK DILINGKUNGAN SEKTOR SEKOLAH DAN UMUM**

**Irham Hosni
PLB FIP UPI**

**PELATIHAN PROGRAM KHUSUS ORIENTASI DAN MOBILITAS
Hotel BMI Lembang, 12 – 19 Maret 2010
BPPTKPLB Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat**

A. BERGERAK DILINGKUNGAN SEKTAR SEKOLAH DAN UMUM

Sebagaimana kita ketahui bahwa tujuan akhir dari diberikannya Keterampilan Orientasi dan Mobilitas pada tunanetra adalah: Agar anak dengan ketunanetraan mampu bergerak dan memasuki lingkungan baik yang sudah dikenal maupun tidak dengan baik, selamat dan efektif tanpa banyak meminta bantuan orang lain.

Untuk mencapai tujuan akhir dari keterampilan O dan M maka ada 7 (tujuh) Kompetensi Dasar (KD) yang harus dikuasai. Kompetensi ke 5, 6, dan 7 bertujuan agar siswa dapat bergerak dilingkungan sekolah dan sekitar dengan selamat, baik dan efektif tanpa banyak minta bantuan orang lain. Kemampuan tersebut tidak akan diperoleh bila tidak didukung oleh penguasaan KD sebelumnya yaitu KD 1, 2, 3, dan 4. Berikut ini KD selengkapnya dari keterampilan O&M yang perlu dikuasai anak tunanetra.

B. Standar Kompetensi dan Kompetensi dasar Orientasi dan Mobilitas

ORIENTASI DAN MOBILITAS

IRHAM HOSNI

PLB FIP UPI

Standar Kompetensi Orientasi dan Mobilitas di SDLB adalah:

Siswa trampil dan mandiri dalam bepergian dilingkungan terbatas dekat sekolah yang sudah dikenal maupun belum dikenal dengan menggunakan prinsip Orientasi, komponen orientasi dan teknik mobilitas secara baik dalam sikap tubuh, baik dalam gaya jalannya, aman dan efektif.

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI POKOK
1. Siswa memiliki keterampilan motorik dan ruang dan lingkungan. Kompetensi Dasar (KD) ini ditunjukkan dengan hasil belajar berikut ini. Siswa dapat melakukan:		Keterampilan Motorik dan pengembangan indera
1.1. Gerakan Tidur	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none">• Tidur terlentang• Tidur miring• Tidur Telungkup	
1.2. Gerakan Berguling	Siswa Dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none">• Berguling ke kiri• Berguling ke kanan	

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI POKOK
	<ul style="list-style-type: none"> • Berguling dari telentang • Berguling lagi • Berguling dari posisi telungkup ke telungkup • Berguling dari posisi miring ke posisi miring 	
1.3. Gerakan duduk	Siswa dapat melakukan: <ul style="list-style-type: none"> • Duduk di lantai • Duduk di kursi • Duduk dengan posisi bersila • Duduk dengan kaki selunjur 	
1.4. Gerakan merangkak	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Posisi merangkak • Merangkak mundur • Merangkak menirukan gerak binatang • Merangkak dengan gerakan kedua tangan 	
1.5. Gerakan berdiri	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Berdiri sempurna • Berdiri dengan satu kaki • Berdiri dengan kaki dan tangan di angkat/melayang (posisi pesawat terbang) 	
1.6. Perabaan sebagai pengganti indera mata	Siswa dapat mengetahui: <ul style="list-style-type: none"> • Permukaan yang berbeda yaitu kasar, halus, lembek, panas dan dingin • Tempat berbelanja yaitu rumput, aspal, tanah, karpet, kerikil dsb. • Berbagai bahan yaitu sutera, katun, dan wol. • Ukuran yaitu panjang dan pendek. • Bentuk yaitu lingkaran, segitiga, segiempat dsb. • Hubungan dua objek atau lebih. • Suhu yaitu panas dan dingin. 	
1.7. Latihan Pendengaran	Siswa dapat mengenal dan mengatakan: <ul style="list-style-type: none"> • Jenis suara • Lokasi suara • Membedakan suara • Peka terhadap suara 	
1.8. Latihan	Siswa dapat mengenal	

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI POKOK
Penciuman	menunjukkan: <ul style="list-style-type: none"> • Jenis bau-bauan • Membedakan bau-bauan • Lokasi bau-bauan • Peka terhadap bau-bauan 	
1.9. Gerakan berjalan	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Berjalan sempurna • Berjalan dengan tangan dan kaki searah. 	
1.10. Gerakan lari	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Lari dengan bimbingan guru • Lari tanpa bimbingan guru • Lari dengan pengarah • Lari tanpa pengarah 	
1.11. Gerakan jongkok	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Jongkok sempurna di tempat • Jongkok sempurna dan lompat • Jongkok sempurna dan lompat ke depan • Jongkok sempurna dan melompat ke belakang 	
1.12. Gerakan meloncat	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Loncat dari atas ke bawah dengan bimbingan guru • Loncat dari atas ke bawah tanpa bimbingan guru • Loncat dari bawah ke atas 	
1.13. Gerakan melompat	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Melompat sempurna • Melompat dengan satu kaki • Melompat dengan dua kaki • Melompat menirukan katak 	
1.14. Gerakan koordinasi	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Menedang • Memukul • Menarik • Mengambil • Menangkap 	
1.15. Gerakan Keseimbangan	Siswa dapat melakukan gerakan: <ul style="list-style-type: none"> • Berjalan dengan satu kaki • Berjalan di atas titian 	

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI POKOK
1.16. Gerakan dengan mengexplorasi Linkungan	<ul style="list-style-type: none"> • Berjalan dengan satu kaki <p>Siswa dapat melakukan gerakan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengelilingi ruangan • Mencari objek di ruang atau dilingkungan • Mengikuti sumber bunyi • Mengambil objek 	
2. Siswa unjuk faham tentang gambaran tubuh dengan benar dan hubungannya dengan ruang Perwujudan		Konsep tubuh dan hubungan ruang
Kompetensi Dasar (KD) ini ditunjukkan dengan hasil belajar berikut ini . siswa menunjukkan kemampuan:		
2.1 Menjelaskan nama-nama bagian tubuh	<p>Siswa dapat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menyebut nama-nama bagian tubuh dari rambut sampai ke ujung kaki • Menyebutkan nama-nama bagian tubuh bagian bidang bagian ntubuh depan. • Menyebutkan bagian-bagain sisi tubuh 	
2.2. Lokasi bagian-bagian tubuh	<p>Siswa dapat menunjukkan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiap-tiap bagian tubuh • Bagian tubuh yang ada di kepala • Bagian tubuh yang ada di badan • Bagian tubuh yang ada di kaki 	
2.3. Gerakan bagian-bagian tubuh	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa dapat menggerakkan: • Kepala dan leher • Lengan sikut • Jari dan pergelangan • Pinggul • Paha • Lutut • Kaki • Pergelangan kaki 	
2.4. fungsi dan bagian	Siswa dapat	

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI POKOK
tubuh	<ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan fungsi tiap bagian tubuh dari rambut sampai kaki • Melakukan aktifitas dengan memfungsikan bagian-bagian tubuh tertentu 	
2.5. Hubungan antara bagian tubuh	<p>Siswa dapat:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menghubungkan antar bagian tubuh sendiri • Menghubungkan bagian tubuh sendiri dengan tubuh orang lain • Menghubungkan bagian tubuh sendiri dengan bagian tubuh binatang • Menghubungkan bagian tubuh sendiri dengan objek-objek di sekitarnya. 	
3. Siswa mampu memahami konsep sederhana Orientasi dan Mobilitas Perwujudan Kompetensi Dasar (KD) ini ditunjukkan dengan hasil belajar berikut ini Siswa mampu:		Konsep Orientasi dan Mobilitas
3.1. Menjelaskan arti Orientasi dan Mobilitas	<p>Siswa dapat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan arti Orientasi • Menjelaskan arti Mobilitas • Menjelaskan Manfaat O&M 	
4. Siswa dapat melakukan Orientasi dengan menggunakan prinsip Orientasi dan komponen keterampilan Orientasi Perwujudan Kompetensi Dasar (KD) ini ditunjukkan dengan hasil belajar berikut ini Siswa mampu:		Prinsip Orientasi dan Mobilitas
4.1. Menetapkan posisi diri dengan menggunakan indra yang masih berfungsi	<p>Siswa dapat:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menetapkan dimana dirinya • Menetapkan dimana atau ke mana tujuannya. • Menetapkan bagaimana caranya untuk sampai ke 	

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI POKOK
	tujuan	
4.2. Menggunakan komponen keterampilan yang dibutuhkan dalam berorientasi	Siswa dapat: <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan land mark • Menemukan clue • Menggunakan kompas • Mengetrapkan sistem penomoran 	
5. siswa unjuk faham tentang teknik pra tingkat dalam bepergian dilingkungan dekat sekolah. Perwujudan Kompetensi Dasar (KD) ini ditunjukkan dengan hasil belajar berikut ini Siswa mampu:		Teknik pra tingkat
5.1. Bepergian dengan teknik pendamping awas dilingkungan dekat sekolah	Siswa dapat bepergian dengan teknik: <ul style="list-style-type: none"> • Dasar pendampingan awas • Melewati jalan sempit • Melewati pintu: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Pintu terbuka ke arah dalam <input type="checkbox"/> Pintu terbuka ke arah luar <input type="checkbox"/> Pintu terbuka ditarik <input type="checkbox"/> Pintu terbuka didorong <input type="checkbox"/> Pintu terbuka otomatis digeser • Memindahkan pegangan • Berbalik arah • Cara duduk <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Duduk di kursi dengan meja <input type="checkbox"/> Duduk di kursi tanpa meja <input type="checkbox"/> Duduk di kursi roda • Naik tangga • Menggunakan escalator dan elevator • Masuk / keluar mobil • Menerima dan menolak ajakan • Ke kamar kecil 	Teknik pra tingkat
5.2. Bepergian dengan teknik melindungi diri lingkungan sekolah	Siswa dapat menggunakan: <ul style="list-style-type: none"> • Teknik menyilang di atas • Teknik menyilang ke bawah • Teknik merambat 	

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI POKOK
	<ul style="list-style-type: none"> • Teknik kombinasi • Teknik tegak lurus dengan benda • Teknik mencari benda jauh 	
5.3. melakukan Orientasi Ruang	Siswa dapat : <ul style="list-style-type: none"> • Mengelilingi ruang • Menjelajahi ruang • Menemukan dan mengetahui letak benda di ruang 	
6. Siswa unjuk faham dalam bermacam teknik Tongkat Perwujudan Kompetensi Dasar (KD) ini ditunjukkan dengan hasil belajar berikut ini Siswa mampu:		Teknik tongkat
6.1. Mmempraktekan bermacam-macam teknik tongkat	Siswa dapat: <ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan tentang tongkat. • Menempatkan tongkat dengan teknik pendampingan awas • Teknik meletakkan tongkat waktu tidak digunakan • Menggunakan teknik tongkat • Menggunakan teknik tongkat waktu turun/naik tangga • Menggunakan teknik trailing dengan tongkat • Menggunakan teknik mendeteksi objek/rintangan • Menggunakan teknik sentuhan • Menggunakan teknik dua sentuhan • Menggunakan teknik dua sentuhan waktu menelusuri shore line/garis pengarah 	
7. Siswa unjuk faham bepergian dengan menggunakan teknik tongkat dilingkungan terbatas/sekitar sekolah Perwujudan Kompetensi Dasar (KD) ini ditunjukkan dengan hasil belajar berikut ini		Bepergian dengan teknik tongkat

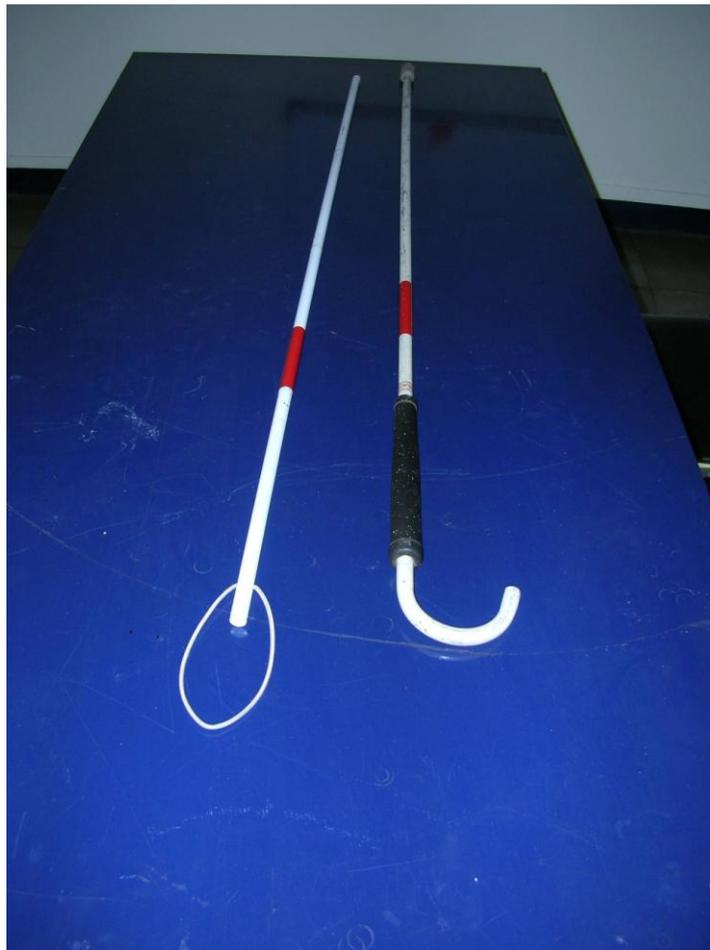
KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI POKOK
Siswa dapat:		
7.1. Bepergian di lingkungan sekitar sekolah	<p>Siswa dapat:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktekan teknik tongkat waktu memaasuki mobil • Menetapkan posisi jalan dan bagiannya • Menyebrang jalan dengan teknik tongkat • Memahami konsep blok dan berjalan di antara blok di perkampungan kota • Bepergian di daerah yang tidak teratur • Membaca dan membuat peta lingkungannya • Dapat menemukan rumah dan nomor rumah sebagai tujuan setelah disesatkan • Menyebrang dengan lampu penyebrangan • Bepergian dengan kendaraan umum 	

ORIENTASI DAN MOBILITAS

IRHAM HOSNI

PLB FIP UPI

Disampaikan pada pelatihan guru-guru SLB se Indonesia di P3GT Cimahi



ORIENTASI DAN MOBILITAS

IRHAM HOSNI

PLB FIP UPI

Disampaikan pada pelatihan guru-guru SLB se Indonesia di P3GT Cimahi

