

# MEDIA

## BINA DIRI

---

### **PENDAHULUAN**

Secara kontekstual upaya pendidikan pada dasarnya bertujuan agar anak dapat hidup secara mandiri. Orang yang dapat hidup secara mandiri tidak akan menyandarkan hidupnya kepada orang lain bahkan mungkin akan membantunya.

Sebagahagian besar anak berkebutuhan khusus, sering kali mengalami kesulitan untuk dapat belajar secara mandiri. Pada anak yang sebaya mungkin sudah mampu menyiapkan makanan untuk dirinya, tetapi pada anak ini mungkin masih disuapi. Pada anak lain sudah mampu berjalan, pada anak ini mungkin masih berbaring. Anak seperti ini biasanya memerlukan bantuan yang disebut *intervensi dini*.

Pada anak tunagrahita, misalnya; ada yang sudah mampu berjalan bahkan mungkin berlari-lari, tetapi ada pula yang mengalami kesulitan ketika ia mengenakan pakaian, mengenakan sepatu, makan, mengurus kebersihan diri seperti mandi, menggosok gigi dll. Anak seperti ini seringkali diprogramkan untuk belajar latihan menolong diri dengan rentang waktu yang cukup lama.

Ada dua fungsi :penting dari kemampun menolong diri bagi anak-anak ini; Pertama sebagai criteria di dalam menentukan berat ringannya bantuan yang harus diberikan , Kedua sebagai program bagi anak tersebut. Program ini dalam pendidikan kebutuhan khusus dikenal dengan istilah *activities of daily living* (ADL)

Apabila kita melihat kurikulum SLB (bagi anak tunagarhita), akan ditemukan pelajaran yang disebut *Bina diri*. Pelajaran ini sebetulnya merupakan kombinasi dari pelajaran yang menyangkut *personal-social* seperti; menggunakan uang, turun naik kendaraan, menunggu di Halte Bis Kota dll. Bina diri, menolong diri dan personal-social

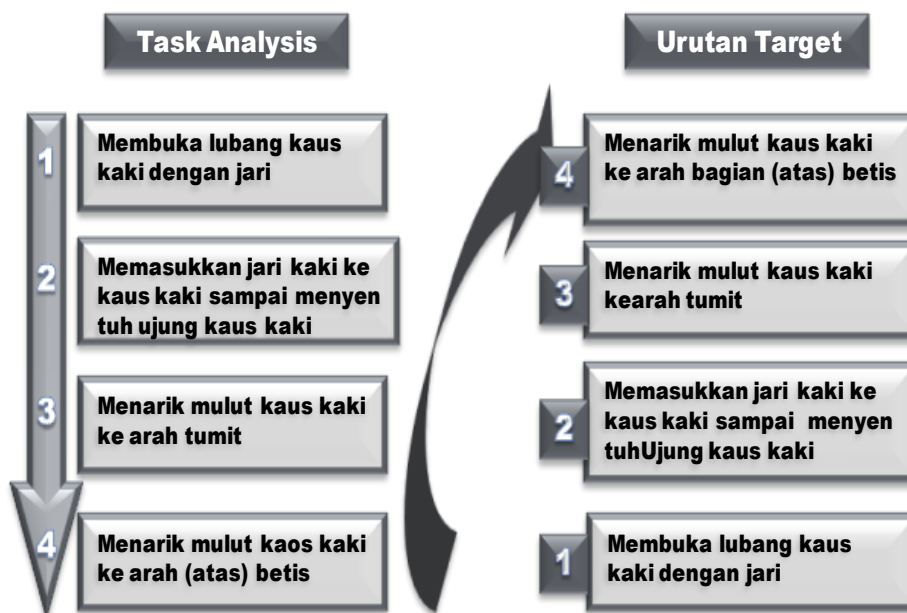
merupakan mata rantai yang saling kait mengkait.. Jika divisualisasikan mungkin akan nampak seperti gambar 1 ini :



Gambar: 1 hubungan antar aspek

Mengajarkan keterampilan *Menolong Diri* akan berbeda dengan mengajarkan pelajaran bahasa atau aritmatika. Perbedaan itu akan nampak diantara urutan materi yang akan diajarkan dengan urutan pelaksanaan misalnya; dalam mengenakan kaos kaki; kita menyusun langkah-langkah urutan cara mengenakan kaos kaki dari **a** sampai **f**., dalam pelaksanaannya, guru tidak melatih mengenakan kaos kaki berdasarkan urutan tadi, melainkan terbalik, mungkin pelatihan dimulai dari **f** atau **e** menuju ke urutan **a**. Proses pembelajaran dalam melatih keterampilan menolong diri atau mengurus diri biasanya digunakan berdasarkan *task analysis*. Dengan demikian kita akan dituntut untuk menguraikan satuan-satuan tugas secara rinci. Setiap keterampilan yang akan kita latih akan dipenggal menjadi beberapa bagian. Sebagai ilustrasi urutan mengenakan kaos kaki dapat digambarkan dalam bagan berikut :

### Mengenakan Kaus Kaki



Satu hal yang sering dilupakan ketika kita akan melatih keterampilan menolong diri yaitu memahami kemampuan prasyarat. Kemampuan prasyarat adalah suatu kemampuan (dasar) yang mendukung kemampuan yang akan dikembangkan. Misalnya; dalam aritmatik, kita akan mengajarkan penjumlahan satuan, maka pemahaman terhadap *konsep bilangan* akan menjadi prasyarat yang harus dimiliki sebelum masalah penjumlahan diberikan kepadanya. Sementara untuk mengajarkan tentang konsep bilangan, maka mengelompokkan obyek, mengurut dan kemampuan konservasi akan menjadi prasyarat. Bahkan lebih dari itu kemampuan untuk mempersepsi (persepsi) akan menjadi prasyarat untuk ke tiga aspek terahir.

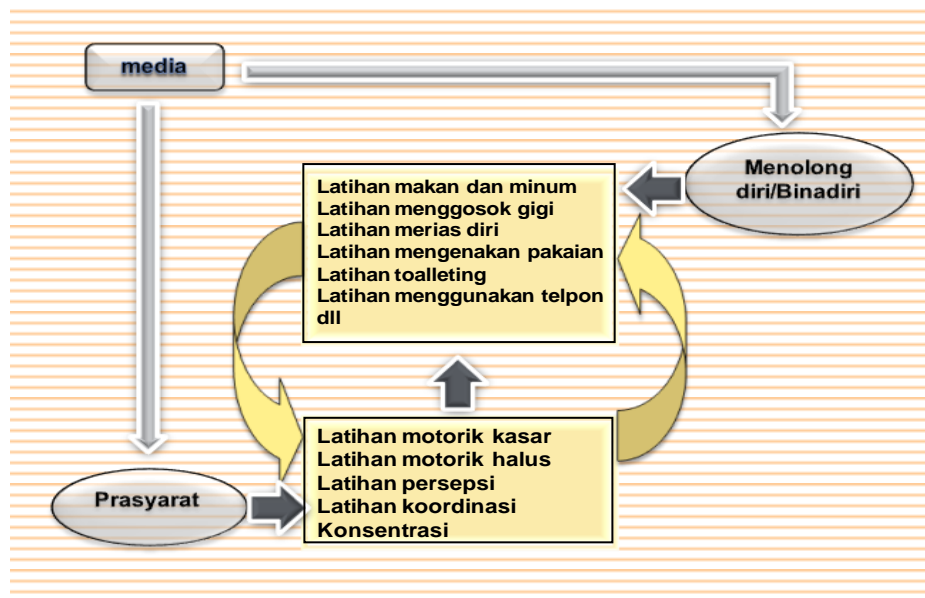
Kemampuan prasyarat dalam keterampilan menolong diri, bina diri atau mengurus diri dinataranya kemampuan motorik yaitu motorik kasar (gross motor) dan motorik halus (fine motor) body image, persepsi, koordinasi mata-tangan dan konsentrasi. Jika aspek-aspek ini belum diselesaikan kita akan menghadapi kesulitan di dalam melatih keterampilan tersebut. Kesulitan ini pada akhirnya akan berdampak kepada proses pembelajaran serta media yang dibutuhkan.

### **Media Pembelajaran Keterampilan Monolong Diri**

Peran media pembelajaran dalam keterampilan menolong diri atau Bina diri cenderung dibuat dalam bentuk model. Fungsi media dalam hal ini bukan untuk menjelaskan urutan pelatihan, melainkan pelatihan itu sendiri dengan cara simulasi atau demonstrasi. Oleh karena itu peran media dalam pendidikan kebutuhan khusus akan memiliki 3 fungsi. Pertama; fungsi media sebagai alat bantu dalam menjelaskan sesuatu yang kita ajarkan, Jadi peran media sebagai alat bantu pelajaran. Kedua: peran media sebagai alat bantu untuk mengembangkan aspek psikologis dasar seperti mengembangkan sensorimotor, motorik, persepsi, koordinasi dll. Ketiga; fungsi media sebagai alat untuk kepentingan asesmen.

Berkaitan dengan peran media dalam keterampilan monolong diri sekurang-kurangnya akan berfungsi sebagai alat untuk latihan dan sebagai alat untuk melakukan kegiatan asesmen. Kapan alat ini berferan sebagai alat untuk mengases dan kapan alat ini digunakan untuk latihan itu sendiri. akan bergantung pada tujuan.

Dalam pembelajaran keterampilan menolong diri sering kali kita harus mundur kebelakang. Hal ini terjadi karena apa yang akan kita latih ternyata prasyarat-prasyarat yang mesti dikuasai mereka belum dimilikinya. Misalnya ; kita akan melatih mengenakan *sepatu bertali*, tetapi ternyata dari hasil asesmen ditemukan bahwa *motorik kasar* atau *motorik halus* anak tidak mendukung untuk belajar mengenakan sepatu tadi, maka mau tidak mau kita harus menunda terlebih dahulu latihan mengenakan *sepatu* tadi dan beralih kepada keterampilan motorik . Untuk itu dalam pengadaan peralatan (media) keterampilan menolong diri atau bina diri tidak dapat langsung kepada penyediaan alat-alat yang berkaitan dengan materi menolong diri, tetapi juga harus dengan alat-alat yang berkaitan erat dengan pengembangan keterampilan kemampuan dasar tadi. Kaitan media untuk melatih keterampilan menolong diri dengan media lain yang menjadi prasyarat dapat digambarkan pada bagan sbb :



Gambar 2: Peran media dalam menolong diri

Dari bagan di atas nampak bahwa di dalam melatih keterampilan (menolong diri atau bina diri) akan terus berputar dengan latihan keterampilan tertentu yang menjadi prasyarat. Konsekuensi dari kondisi ini membawa kepada penyediaan alat pada kedua kelompok tadi menjadi sangat berbeda dan kompleks

## **Peralatan yang dibutuhkan**

Beberapa peralatan yang dibutuhkan untuk latihan kemampuan prasyarat yang akan dikemukakan dalam makalah ini hanya sekedar contoh kecil seperti berikut :

### **1. Alat latihan motorik Kasar**

- **Powerball** yaitu bola yang memiliki ukuran besar
- **Turnkasten** yaitu papan keseimbangan ukuran 2,5 m dan tinggi 15 cm
- **Bauspiel** yaitu alat untuk latihan berbagai gerakan yang terdiri dari hulahup, tiang-tiang dan rentangan tali
- **Balanciertau** yaitu tambang dalam ukuran besar dengan panjang 3-4 m yang ujungnya diberi hiasan seperti kepala ular atau ikan.

### **2. Alat latihan motorik halus**

- **Igel** yaitu bola kecil berduri yang di dalamnya berisi air
- **Nobby disc** yaitu karaet berduri yang dapat dilipat dan diremas
- **Malam atau lilin** yang dapat dibentuk dan diremas
- **Block Mit Zylinder** yaitu susunan silender yang dapat dimasukkan dan dikeluarkan dari lubang pada balok yang telah disusun
- **Steckbretter** yaitu alat yang terdiri dari papan berlubang dan susunan selinder berwarna
- **Domino cars** yaitu kartu-kartu yang menyerupai katu domino

### **3. Alat untuk latihan koordinasi mata-tangan**

- **Fadeln** yaitu alat yang terbuat dari karet atau triplek bergambar yang sisi-sisinya diberi lubang untuk memasukkan tali
- **Logische Perlenreihen** yaitu bentuk geometri tiga dimensi yang berlubang untuk disusun pada tiang atau tali sama seperti untuk kegiatan meronce
- **Jumbo-parlen** hampir sama dengan **logische parlenreihen**

Sedangkan beberapa model untuk latihan keterampilan menolong diri seperti untuk keterampilan :

### **1. Berpakaian**

- **Dressing Frame Set** yaitu alat untuk latihan menarik stleting, mengenakan kancing baju, memasang dan mengenakan tali atau pita pada baju dll
- **Closure Cobe** yaitu model untuk latihan memasang gesper sabuk, membuka perekat kantung saku, kancing kait dll
- **Laching Shose** yaitu model untuk latihan memasang tali sepatu
- **Schuh und schunrschuh** yaitu model tali sepatu sama dengan di atas

### **2. Makan (dengan sendok) dan Minum**

- **Swivel Untensils** yaitu sendok makan yang pegangannya diperbesar
- **Babby's Fork and spoon set** yaitu sendok dan garpu (makan) yang digunakan untuk anak yang tangannya mengalami spastik
- **Swivel training spoon** yaitu sendok kecil (kueh) yang pegangannya diperbesar
- **Utensil Holder** yaitu sendok yang dililitkan pada telapak tangan, digunakan bagi anak yang mengalami spastik pada tangan
- **Glass Holder** yaitu gelas untuk minum yang memakai alat pegangan dan dibuat dengan bentuk yang besar
- **Couster Set** yaitu gelas yang ditengahnya memakai lilitan kain/karet untuk menguatkan pegangan
- **Cutlery set** peralatan sendok yang ditebuk dan digunakan bagi anak yang mengalami kekakuan tangan

### **3.. Menghidangkan makanan**

- **Non Slip Tray set** yaitu model peralatan untuk menghidangkan makanan yang terdiri dari nampan, mangkuk, gelas dan pisin. Alat nampan dan peralatannya diberi magnet.

### **4. Alat Untuk Latihan personal social**

- **Door and Latch Set** yaitu model untuk latihan keterampilan menarik Slot jendela, membuka pintu, menggunakan kunci dll
- **Wandtelefon** yaitu model telpon yang terbuat dari kayu dan biasa digunakan di pinggir jalan

- **Kinderpost** yaitu model maket pos untuk mengirim surat dan, menimbang surta dan pembayaran
- **Kinderbank** yaitu maket loket bank untuk kelatih transaksi pengambilan dan pembayaran di bank, semua alat ini terbuat dari
- **Kuche** yaitu model lemari (laci bersusun) yang digunakan untuk melatih cara menarik laci yang terbuat dari kayu

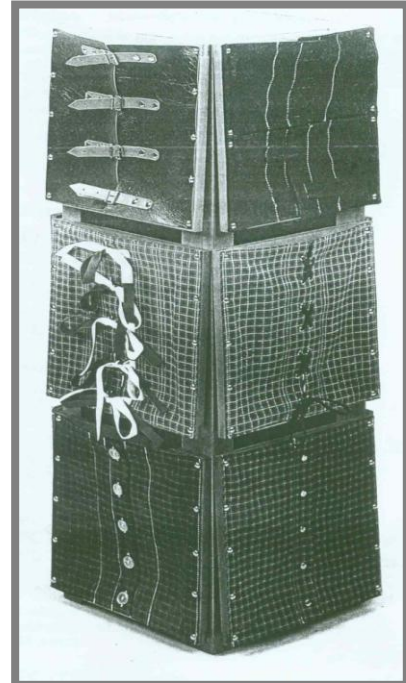
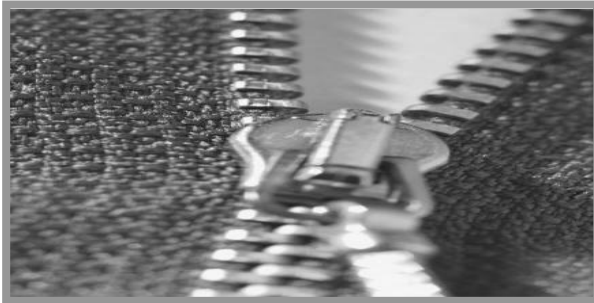
#### **5. Toilet**

- **Puppenhaus-bambino** yaitu model peralatan seperti kloset, kaca, shower bak mandi, tempat sikat gigi dan sabun yang semuanya dibuat dari kayu
- **Staubsauger** yaitu model alat untuk membersihkan lantai terbuat dari kayu
- **Zimmerbesen** model-model pembersih (sikat) kamar mandi

Masing-masing alat itu dapat dilihat dan akan dibahas pada pertemuan.

## Beberapa contoh model perlengkapan keterampilan menolong diri

**Dressing set model montesori**



**Glass Holder**



**Non Slip Tray set**

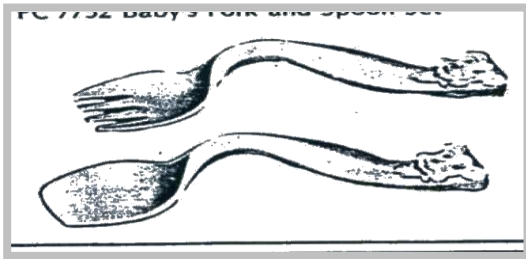


**Utensil Holder**





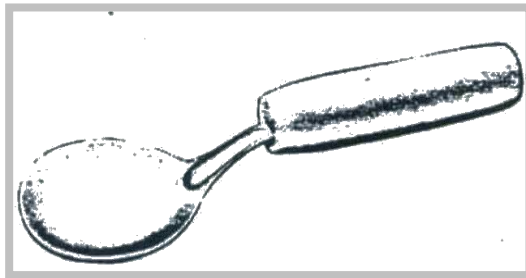
**Babby's Fork and spoon set**



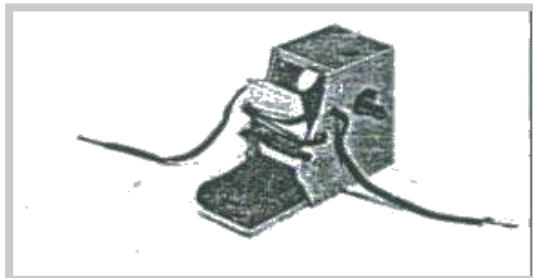
**Cutlery set**



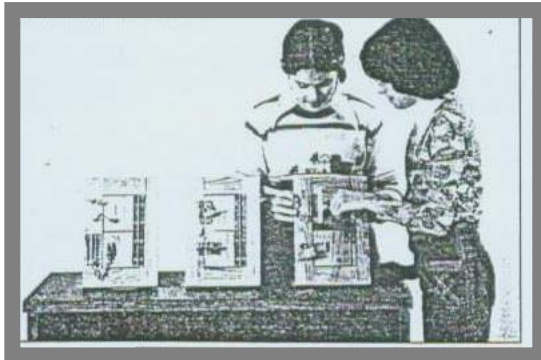
**Swivel training spoon**



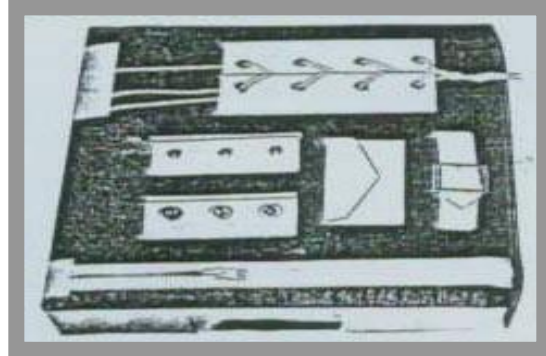
**Laching Shose**



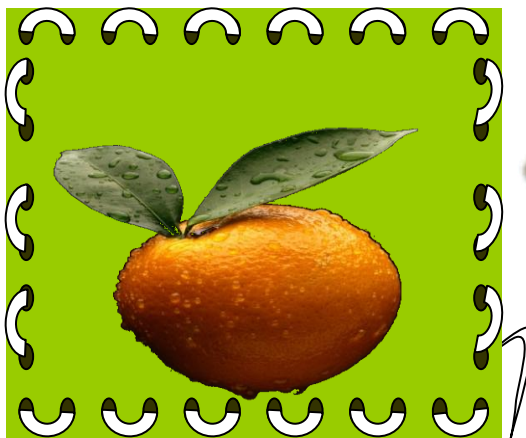
**Door and Latch Set**



**Closure Cobe**



**ALAT LATIHAN KOORDINASI MATA TANGAN**



# MEDIA

## KETERAMPILAN MENOLONG DIRI



E. Rochyadi

**BALAI PELATIHAN GURU SEKOLAH LUAR BIASA**