

## PELAYANAN DAN PELATIHAN KEMANDIRIAN UNTUK RETARDASI MENTAL SISWA SD/MI

Nasikhotun Nadiroh<sup>1</sup>, Ramdhan Yurianto<sup>2</sup>,

<sup>1,2</sup> Universitas Nahdlatul Ulama Purwokerto

<sup>1</sup> [n.nadiroh@unupurwokerto.ac.id](mailto:n.nadiroh@unupurwokerto.ac.id), <sup>2</sup> [r.yurianto@unupurwokerto.ac.id](mailto:r.yurianto@unupurwokerto.ac.id)

---

### Abstract

Mental retardation is one of the causes of children who are not optimal in their development body, where mentally retarded children are able to understand what is conveyed by others, but it is difficult to respond to what they catch. Symptoms of mental retardation can be noticed early. The role between parents and teachers in this case is a determinant for the service and training of mental retardation independence SD / MI students. The purpose of this study is to describe how the process of service and training of mental retardation independence of SD / MI students based on previous research and various related literature sources. This research is a field research supported by various literary sources. The results of this study show that mental retardation services for SD / MI students cover the role of teachers who are carried out to repeat lessons and conduct *home visits* and multiply parents in communicating the process of growth and development of children. Then the training provided includes: cultivating self-confidence, cultivating a sense of responsibility, cultivating self-discipline abilities. The strategies used in teaching independence are activity-based learning, the use of visualization, the use of positive reinforcement and collaboration with parents and teachers.

**Keywords :** *mentally retarded, elementary school student*

### Abstrak

Retardasi mental merupakan salah satu dari penyebab anak yang tidak maksimal dalam tubuh kembangnya, dimana anak retardasi mental mampu memahami apa yang disampaikan oleh orang lain, tetapi sulit untuk merespon atas apa yang ia tangkap. Gejala retardasi mental dapat diketahui sejak dini. Peran antara orang tua dan guru dalam hal ini menjadi penentu untuk pelayanan dan pelatihan kemandirian retardasi mental siswa SD/MI. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menggambarkan bagaimana proses pelayanan dan pelatihan kemandirian retardasi mental siswa SD/MI berdasarkan penelitian terdahulu dan berbagai sumber literature terkait. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan yang didukung dengan berbagai sumber literature. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelayanan retardasi mental siswa anak SD/MI meliputi peran guru yang dilakukan untuk mengulang pelajaran dan melakukan *home visit* serta melibatkan orang tua dalam mengkomunikasikan proses tumbuh dan kembangnya anak. Kemudian pelatihan yang diberikan meliputi: menumbuhkan rasa percaya diri, menumbuhkan rasa tanggung jawab, menumbuhkan kemampuan disiplin diri. Strategi yang digunakan dalam mengajarkan kemandirian yaitu pembelajaran berbasis aktivitas, penggunaan visualisasi, penggunaan penguatan positif dan kolaborasi dengan orang tua dan guru.

**Kata kunci :** *retardasi mental, siswa sekolah dasar*

---

### PENDAHULUAN

Retardasi mental disebut juga dengan gangguan perkembangan otak yang dapat dilihat dari menurunnya fungsi otak kognitif serta adanya keterbatasan perilaku berupa konseptual diri, sosial maupun beradaptasi. Atau dapat dikatakan bahwa anak yang memiliki retardasi mental merupakan anak yang kemampuannya kurang dalam berperilaku adaptif serta memiliki intelektual dibawah rata-rata pada masa perkembangannya. Kelainan ini juga disebut dengan oligofrenia atau tuna mental, atau lebih familiar disebut dengan tuna grahita. (Maramis and Maramis 2009) Dalam istilah soemantri retardasi disebut sebagai kondisi dimana perkembangan Kesehatan itu mengalami hambatan sehingga tidak mencapai tahap perkembangan yang optimal. (Somantri 2007)

Retardasi mental bukanlah hal tidak bisa ditemukan penyembuhannya, beberapa penelitian berkaitan dengan retardasi mental telah dilakukan, hal ini dikarenakan penelitian ini sangatlah penting, sebab ada hubungannya dengan kualitas sumber daya manusia yang mana anak dengan gangguan retardasi mental akan menjadi beban bagi

kedua orang tuanya maupun juga orang lain, oleh karena itu perlu menelusuri hal-hal yang mampu mencegah terjadinya retardasi mental. Retardasi mental bukanlah masalah biasa, bahkan mau negeri maju ataupun negara berkembang juga terdapat adanya retardasi mental. WHO menyebutkan bahwa 19 per 1000 anak terkena retardasi mental. Dan angka adanya retardasi mental pun terus bertambah seiring bertambahnya waktu. Hal ini seperti halnya data Kemenkes RI pada 2014 yaitu adanya peningkatan 0,92% menjadi 2,45% dari tahun 2009 sampai 2014. Hal ini tentunya diperhitungkan sebagai sesuatu yang perlu adanya tindak lanjut dan jalan keluar. (Nasution 2020)

Permasalahan pada anak tunagrahita atau yang terkena retardasi metal menurut Lumbantobing diantaranya adalah terbatasnya kemampuan kognitif, verbal, motoric, maupun sosial. (Lumbantobing 2006) Artinya anak-anak dengan runagrahita ini terknai dampak-dampak khusus, diantaranya adalah 1) Kemampuan Akademik: Anak tunagrahita memiliki kapasitas belajar yang sangat tidak optima, terutama dalam hal-hal yang bersifat abstrak. Mereka cenderung belajar dengan menghafal daripada memahami, dan sering kali menghindari tindakan berpikir. Rentang perhatian mereka juga cenderung pendek 2) Sosial dan Emosional: Anak tunagrahita cenderung sulit untuk membuat kreasi baru, rentang perhatiannya pendek, dan sulit memahami aturan sosial dan norma masyarakat. Mereka juga mungkin mengalami kesulitan dalam menerima dan melaksanakan norma sosial, serta dianggap tidak dapat berbuat sesuatu karena kondisi tunagrahitanya 3) Penyesuaian Diri: Anak tunagrahita mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dan perilaku adaptif sehari-hari. Mereka cenderung bergantung pada orang lain, terutama dalam hal penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar 4) Perilaku Agresif: Anak tunagrahita kategori sedang sering mengalami masalah perilaku agresif, baik verbal maupun non-verbal. Hal ini dapat berdampak pada kepuasan pribadi mereka dan interaksi dengan lingkungan sekitar, termasuk menerima hukuman dan teguran dari guru serta pengucilan dari lingkungan rumah 5) Isolasi Sosial: Anak tunagrahita cenderung mengalami isolasi dari lingkungan mereka, baik oleh masyarakat maupun keluarga. Mereka juga mungkin menampilkan tingkah laku nakal yang mengganggu ketenangan (Smart 2011).

Untuk mengatasi dampak-dampak tersebut, diperlukan pendekatan yang khusus dan perhatian yang lebih dalam terhadap kebutuhan anak tunagrahita. Solusi yang dapat diterapkan antara lain adalah memberikan lingkungan belajar yang tepat, pengembangan kemampuan sosial dan emosional, serta pengembangan keterampilan yang sesuai dengan kondisi anak tunagrahita.

Salah satu yang dapat membantu atau memberikan dukungan kepada tunagrahita adalah dari factor internal dan dari factor external. Secara internal yang dapat berperan lebih adalah keluarga. Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam membantu anak tunagrahita mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Selain itu secara eksternal yang dapat berperan lebih adalah dari pihak SLB. Yaitu dengan adanya pelayanan dan pelatihan kemandirian retardasi mental di SLB.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian lapangan dan studi pustaka (*library research*) untuk mendapatkan data dan informasi yang berkaitan dengan topik penelitian. Berikut tahapan yang dilakukan dalam penelitian: 1). Mencari jenis pustaka yang diperlukan untuk penelitian. Pada tahap ini, peneliti memisahkan sumber pustaka primer dan sekunder. Sumber primer berasal dari buku. Sedangkan untuk sumber sekunder menggunakan penelitian-penelitian yang relevan dari artikel ilmiah, modul, buku yang relevan dan hasil-hasil seminar. 2). Mengkaji dan mengumpulkan bahan pustaka serta menyajikan studi kepustakaan dengan kutipan langsung dan kutipan tidak langsung. Pada tahap ini, peneliti membaca, menulis, dan menelaah literatur yang dipilih dan sesuai dengan pokok kajian yang diteliti.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan pendapat para ahli, istilah retardasi mental merupakan istilah yang disebut untuk anak yang memiliki kecerdasan di bawah rata-rata. Dalam istilah Inggris disebut dengan *mental retardation* juga sama ada istilah penyebutannya di Indonesia yaitu lemah otak, lemah ingatan, lemah pikiran, terbelakang mental, cacat grahita, dan tunagrahit. (Wardani, 2014). Retardasi mental ialah gangguan ketidakmampuan beradaptasi dan tingkat kemandirian yang kurang pada seorang individu. Pendidikan khusus untuk anak retardasi mental dikenal dengan bina diri. Anak yang mengalami retardasi mental dapat diketahui sejak dini dengan melihat ciri-ciri anak yang meliputi: kemampuan motorik yang terlambat, kesulitan berbicara, kesulitan dalam keterampilan adaptif, perilaku yang tidak kooperatif, kesulitan dalam interaksi sosial dan penurunan fungsi intelektualnya.

Berdasarkan beberapa literature, faktor penyebab terjadinya retardasi mental yaitu: adanya kelainan genetik cedera pada bagian kepala, kekurangan asupan gizi yang cukup berat pada saat masih bayi, faktor psikososial baik dari lingkungan utama atau inti yaitu rumah dan lingkungan keluarga.

### 1.1 Bentuk Pelayanan Untuk Anak Retardasi Mental

Berkaitan dengan pelayanan, berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hidayah et.al, dijelaskan bahwa peran guru dalam menangani anak berkebutuhan khusus tentunya sangat dibantu juga oleh peran serta orang

tua. Guru memberikan pelayanan home visit ke rumah dan memberikan pelatihan kemandirian terhadap siswa agar selamanya tidak bergantung terhadap orang lain. (Hidayah et al., 2021).

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh fatonah dan Akmal dijelaskan bahwa Guru harus memberikan pelayanan yang selayak-layaknya. Anak tunagrahita sama dengan anak-anak yang lainnya memiliki masa depan yang cerah dan cita-cita yang tinggi. Guru membantu siswa secara khusus untuk proses pembelajaran yang intensif sebab anak berkebutuhan khusus secara umum, perlu adanya pembelajaran yang diulang-ulang. Mereka membutuhkan bimbingan yang berkelanjutan antara guru dan orang tua. Salah satu pelayanan terhadap anak berkebutuhan khusus contoh kegiatannya yaitu *home visit* atau kunjungan rumah, guru dapat melakukan kegiatan kunjungan rumah dengan tujuan melihat kegiatan anak di rumah, kemudian membuat catatan khusus aktivitas anak di sekolah untuk mengontrol perkembangan anak, catatan khusus berupa catatan aktivitas kegiatan intervensi anak, evaluasi anak sehingga memudahkan guru pembimbing khusus ketika berkoordinasi dengan orang tua sehingga selayaknya masing-masing anak harus memiliki shadow agar dapat mencapai hasil belajar yang maksimal (Nurul dan Rudi, 2022).

### 1.2 Bentuk-bentuk Pelatihan Kemandirian untuk retardasi mental siswa SD/MI

#### a. Menumbuhkan rasa percaya diri

Guru dapat membantu anak retardasi mental dengan menumbuhkan rasa percaya diri. Dimulai dari hal kecil misalnya, anak bisa maju ke depan untuk memperkenalkan diri, menyebutkan alamat rumahnya dengan benar. Anak mampu menunjukkan anggota tubuh baik yang kanan atau yang kiri dengan benar. Rasa percaya diri apabila tidak dipupuk dan dibiasakan dari hal kecil dan diapresiasi oleh gur, maka anak retardasi mental akan mengalami minder.

#### b. Menumbuhkan rasa tanggung jawab

Guru memberikan tugas-tugas dimulai dari hal ringan, misal membuang sampah pada tempatnya, duduk rapi tidak berisik dan tidak mengganggu temannya yang merupakan wujud untuk memupuk rasa tanggung jawab anak terhadap dirinya dan teman-teman di sekitarnya. Anak dilatih menata segala peralatan yang ia punya untuk dikembalikan pada tempatnya juga bisa melatih rasa tanggung jawab pada anak retardasi mental.

#### c. Menumbuhkan kemampuan disiplin diri

Anak senantiasa diajarkan untuk mengerti apa arti dari disiplin. Pembiasaan disiplin dimulai dari datang sekolah tidak terlambat, masuk kelas saat istirahat secara tepat waktu setelah bel berbunyi.

#### d. Menumbuhkan kemampuan untuk mengambil keputusan sendiri

Anak retardasi mental juga perlu dilatih untuk belajar mengambil keputusan sendiri. Beri kepercayaan kepadanya untuk memilih dan menjelaskan konsekuensi dari kedua pilihan tersebut. Dengan dilatih mengambil keputusan sendiri, kelak anak retardasi mental diharapkan bisa mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain.

### 1.3 Strategi dalam Mengajarkan Kemandirian pada Anak Retardasi Mental

Dalam mengajarkan keterampilan bina diri kepada anak dengan retardasi mental, beberapa pendekatan dan strategi dapat diterapkan dapat diterapkan, meliputi;

a. Pembelajaran berbasis aktivitas: Mengajarkan keterampilan bina diri melalui aktivitas yang melibatkan interaksi langsung dengan lingkungan sekitar, seperti kegiatan sehari-hari, perawatan diri, dan kemandirian.

b. Penggunaan visualisasi: Menerapkan metode visualisasi dengan menggunakan gambar, video, atau alat bantu visual lainnya untuk membantu anak memahami dan mengingat langkah-langkah keterampilan bina diri.

c. Penggunaan penguatan positif: Memberikan pujian dan penghargaan saat anak berhasil melakukan keterampilan bina diri dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri anak.

d. Kolaborasi dengan orang tua dan guru: Melibatkan orang tua dan guru dalam proses pengajaran keterampilan bina diri untuk memastikan konsistensi dan penerapan keterampilan di berbagai lingkungan.

## PENUTUP

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan penulis, maka dapat disimpulkan bahwa pelayanan retardasi mental siswa anak SD/MI meliputi peran guru yang dilakukan untuk mengulang pelajaran dan melakukan *home visit* serta melibatkan orang tua dalam mengkomunikasikan proses tumbuh dan berkembangnya anak. Kemudian pelatihan yang diberikan meliputi: menumbuhkan rasa percaya diri, menumbuhkan rasa tanggung jawab, menumbuhkan kemampuan disiplin diri. Strategi yang digunakan dalam mengajarkan kemandirian yaitu pembelajaran berbasis aktivitas, penggunaan visualisasi, penggunaan penguatan positif dan kolaborasi dengan orang tua dan guru.

## DAFTAR PUSTAKA

Hidayah, R., Solichah, N., Solehah, H. Y., & Rozana, K. A. (2021). Persepsi dan Peran Guru Terhadap Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus Teacher ' s Perception and Role of Learning for Children with

- Special Needs. *PSikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 18(2), 330–344.
- Nurul, Fatonah. Rudi, A. (2022). *No TitleМаркетинг по Котлеру*. 1(2), 282.
- Wardani, I. G. A. K. T. T. H. A. Z. A. (2014). *Pengantar Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus* (ketiga). Universitas Terbuka.
- Lumbantobing. 2006. *Anak Dengan Mental Terbelakang*. Jakarta: FKUI.
- Maramis, W. F., and A. A. Maramis. 2009. *Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga.
- Nasution, Evi Syafrida. 2020. "Gambaran Anak Dengan Retardasi Mental." *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM (JP3DM)* 9(2):47–53.
- Smart, Aqila. 2011. *Anak Cacat Bukan Kiamat*. Jogjakarta: Kata Hati.
- Somantri, S. 2007. *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT. Refika Aditama