

# Modul

## PENGENALAN DAN PENGOPTIMALAN POTENSI ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL

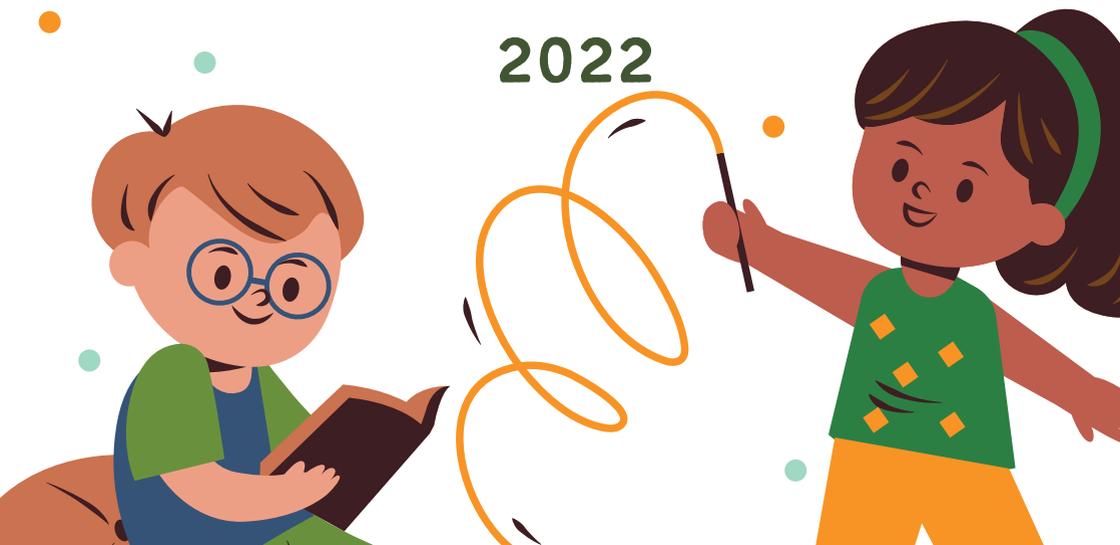
---

OLEH:

JIHAN RAHMA D., S.PSI

DR. NANI, S.PSI., M.SI., PSIKOLOG

MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI  
UNIVERSITAS SURABAYA  
2022



**MODUL**

**PENGENALAN DAN**

**PENGOPTIMALAN POTENSI ANAK**

**DISABILITAS INTELEKTUAL**

**Oleh:**

**Jihan Rahma D., S.Psi**

**Dr. Nanik, S.Psi., M.Si., Psikolog**

**MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI**

**UNIVERSITAS SURABAYA**

**2022**

# KATA PENGANTAR

Buah hati adalah anugrah yang berharga bagi keluarga. Orangtua pasti mendambakan kehadiran buah hati yang sehat secara fisik dan psikis. Namun, tidak setiap anak terlahir dan bertumbuh kembang sesuai dengan yang diharapkan. Seperti, anak disabilitas intelektual.

Anak disabilitas intelektual membutuhkan pola pengasuhan yang berbeda dengan anak lain yang tidak memiliki kebutuhan khusus. Anak-anak dengan disabilitas intelektual membutuhkan lebih banyak waktu, perhatian dan stimulasi dalam belajar. Oleh karena itu, peran orangtua sangat dibutuhkan dalam optimalisasi perkembangan anak disabilitas intelektual

Orangtua dengan anak disabilitas intelektual pada umumnya menghadapi kesulitan. Seperti, kesulitan mencari informasi tentang kondisi dan cara memberikan stimulasi agar tumbuh kembang anak dapat optimal. Modul ini diharapkan dapat membantu orangtua untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam mengoptimalkan tumbuh kembang pada anak dengan disabilitas intelektual, khususnya dengan gangguan komunikasi dan bahasa.

**SURABAYA, JUNI 2022**

**PENULIS**

# Disabilitas Intelektual

## Apa itu Disabilitas Intelektual?

Adanya hambatan pada masa perkembangan yang diikuti dengan kurangnya fungsi intelektual (penalaran, pembelajaran, pemecahan masalah) serta perilaku adaptif yang mencakup berbagai keterampilan sosial dan praktis sehari-hari.

## Kriteria anak dengan disabilitas intelektual:

1. Terdapat *deficit* di dalam fungsi intelektual, seperti penalaran, penyelesaian masalah, perencanaan, berpikir abstrak, penilaian, proses pembelajaran akademik dan belajar dari pengalaman, dipastikan melalui pemeriksaan klinis dan tes intellegensi terstandar.
2. Terdapat kekurangan dalam fungsi adaptif yang mengakibatkan kegagalan dalam mencapai perkembangan dan standar sosial budaya untuk individu yang mandiri dan bertanggung jawab secara sosial. Tanpa adanya dukungan, kekurangan dalam hal adaptasi akan membatasi satu atau lebih fungsi aktivitas sehari-hari, seperti komunikasi, partisipasi sosial dan kemandirian, di beberapa tempat, misalnya rumah, sekolah, kantor dan masyarakat.
3. Kurangnya intelektual dan fungsi adaptif yang muncul selama periode perkembangan.

Sumber: DSM-V

# Diagnosis Disabilitas Intelektual



Mengalami keterlambatan pada 3 atau lebih aspek perkembangan. Milestone checklist pada anak usia  $< 6$  tahun dapat dilakukan dengan Denver Developmental Screening Test (DDST)

atau Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP). Pada anak dengan usia  $> 6$  tahun, perlu dilakukan pengecekan pada tiap tahapan dalam aspek perkembangan (kognitif, motorik, sosio-emosional, bahasa dan bantu diri).

Memiliki skor IQ dibawah 70. Juga terdapat hambatan pada fungsi adaptif yang meliputi 3 domain, yaitu domain konseptual, sosial & praktis.



Diagnosis pada anak-anak, terutama  $< 5$  tahun, merupakan diagnosis berjalan. Sehingga perlu berhati-hati dalam pemberian label dan membutuhkan edukasi lebih lanjut bagi orangtua.

Adanya hambatan pada fungsi intelektual, menyebabkan sebagian anak disabilitas intelektual mengalami kesulitan dalam kemampuan bahasa reseptif dan ekspresif.



# FAKTOR PENYEBAB DISABILITAS INTELEKTUAL



## 1. Faktor Genetik

Ketidaksempurnaan pada proses genetik yang diwarisi anak dari orangtuanya.



## 2. Gangguan saat Kehamilan

Adanya gangguan selama proses kehamilan yang mempengaruhi fungsi otak bayi. Beberapa diantaranya disebabkan karena konsumsi alkohol atau obat-obatan, malnutrisi, kelelahan atau stres.

## 3. Gangguan saat Persalinan

Hambatan yang terjadi pada proses melahirkan. Seperti bayi lahir prematur atau kekurangan oksigen sehingga beresiko pada tumbuh kembang bayi.



## 4. Penyakit atau Cedera pada Masa Anak-anak

Pada masa perkembangan awal kehidupan, beberapa anak mengalami permasalahan kesehatan yang disebabkan karena berbagai hal. Kondisi ini dapat mengganggu perkembangan anak. Seperti, epilepsi, meningitis, trauma kepala yang parah, malnutrisi dan lain sebagainya.



## 5. Faktor Sosial

Faktor eksternal seperti stimulasi yang diberikan pada anak, pola asuh orangtua, lingkungan tempat anak dibesarkan, memiliki peran penting untuk perkembangan anak.



# Karakteristik Disabilitas Intelektual

## **Akademik:**

- Mengalami hambatan pada fungsi kerja memori sehingga kesulitan dalam menerima, mengolah dan memproduksi informasi. Kondisi ini menyebabkan anak kesulitan dalam memahami maksud bacaan dan membutuhkan pemberian instruksi serta pengajaran secara berulang.
- Kemampuan lebih lambat dalam memahami materi (membaca, menulis dan berhitung) di sekolah dibandingkan anak seusianya.
- Mengalami keterlambatan dalam pemahaman uang dan waktu daripada anak usia sebayanya.
- Membutuhkan bantuan orang lain untuk memahami dan menyelesaikan tugas sekolah.
- Beberapa anak disabilitas intelektual mengalami gangguan komunikasi dan bahasa. Kondisi ini dapat menyebabkan anak mengalami kesulitan belajar karena anak cenderung pasif saat di kelas.

# Karakteristik Disabilitas Intelektual

## **Sosial:**

- Kemampuan sosialisasi pasif dan terbatas karena adanya hambatan kemampuan bahasa dan komunikasi.
- Hambatan pada fungsi memori menyebabkan anak disabilitas intelektual memiliki pembedaharaan kata yang terbatas.
- Komunikasi menggunakan tatanan kalimat yang sederhana dibandingkan usia sebayanya.
- Membutuhkan bantuan orang lain agar mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

## **Praktis:**

- Pada anak dengan disabilitas intelektual level ringan, ia mampu melakukan aktivitas bantu diri sesuai dengan usianya. Tapi tetap membutuhkan bantuan orang lain yang berkaitan dengan tugas atau aktivitas keseharian yang kompleks.
- Anak dengan disabilitas intelektual berat, membutuhkan bantuan dan pengawasan yang terus menerus dalam perawatan dan bantu diri. Anak disabilitas intelektual berat biasanya kesulitan dalam membuat keputusan atau bertanggung jawab atas dirinya sendiri.



# ASESMEN UNTUK ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL

## **WISC (WECHSLER INTELLIGENCE SCALE FOR CHILDREN)**

WISC merupakan tes intelegensi yang digunakan untuk anak usia 5 – 14 tahun. WISC dapat mendeteksi kecerdasan *verbal* dan *performance*.

## **CPM (COLOURS PROGRESSIVE MATRICES)**

CPM digunakan untuk mengetahui taraf kecerdasan anak berusia 7 - 11 tahun. Hasil tes CPM menunjukkan taraf kecerdasan secara garis besar, tidak seoptimal pada tes WISC. Keunggulan tes CPM dapat diandalkan untuk memprediksi kecerdasan anak disabilitas intelektual yang memiliki hambatan dalam perkembangan komunikasi dan bahasa, namun mampu dalam kemampuan persepsi visual.

## **TES FROSTIG**

Tes frosting digunakan untuk mendeteksi kemampuan persepsi visual anak usia 3-10 tahun. Persepsi visual merupakan bagian komponen kognitif yang bertugas memberikan arti terhadap hal yang dilihat mata. Anak yang bermasalah dalam kemampuan persepsi visual, akan mengalami hambatan dalam mengidentifikasi, mengingat dan mengatur kesan visual yang diperlukan untuk memaknai simbol, baik berupa tulisan atau gambar, yang akan ditemui dalam kegiatan belajar.



# ASESMEN UNTUK ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL

## **VINELAND SOCIAL MATURITY SCALE (VSMS)**

Anak disabilitas intelektual mengalami hambatan pada beberapa aspek perkembangan, sehingga berdampak pada kematangan sosialnya. VSMS merupakan asesmen yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan adaptasi dan bantu diri anak. VSMS dapat digunakan pada individu dengan rentang usia 1 – 25 tahun.

## **WAWANCARA & OBSERVASI**

Wawancara dan observasi psikologi memiliki peran yang penting dalam proses asesmen. Wawancara dan observasi digunakan untuk memperkaya data dan mengetahui riwayat permasalahan yang dialami anak. Selain itu, wawancara dan observasi juga difungsikan untuk mencocokkan dan memperkuat hasil pemeriksaan dari metode asesmen lainnya. Wawancara dapat dilakukan kepada orangtua, pengasuh, guru ataupun orang yang dekat dengan anak. Observasi dapat dilakukan pada seting rumah ataupun sekolah. Pada saat memberikan asesmen pada anak disabilitas intelektual, observasi sangat dibutuhkan untuk mendapatkan gambaran permasalahan yang holistik pada anak ketika dihadapkan pada stimulus tertentu.

## **ASESMEN INFORMAL**

Asesmen informal dapat diberikan ketika asesmen formal dirasa belum cukup untuk mendapatkan gambaran psikologis dan permasalahan anak. Contoh asesmen informal diantaranya, meminta anak membaca sebuah cerita, kemudian memberikan pertanyaan untuk melihat kemampuan anak dalam menerima informasi dan memahami bacaan.

## Daftar Periksa Disabilitas Intelektual

Glynis Hannell B. Sc (Hons) M.Sc Registered Psychologist

Nama subjek :

Tanggal Pemeriksaan:

Nama periksa :

### Keterlambatan perkembangan

- Lambat dalam belajar bicara.
- Perkembangan fisik (berjalan, duduk) terlambat.
- Toilet training* dicapai lebih lambat dari usianya.

### Mebutuhkan bantuan lebih dari anak atau remaja pada usia yang sama

- Membutuhkan bantuan pada aktivitas bersih diri lebih dari anak usia yang sama.
- Membutuhkan bimbingan orang dewasa sehubungan dengan organisasi.
- Membutuhkan lebih banyak pengawasan orang dewasa pada pekerjaan dasar seperti merapikan tempat tidur.
- Membutuhkan lebih banyak pengawasan orang dewasa sehubungan dengan keselamatan.
- Membutuhkan pengawasan orang dewasa dalam mengelola uang.
- Membutuhkan bimbingan orang dewasa sehubungan dengan perilaku seksual.

### Hambatan sosial

- Kesulitan untuk berteman dengan anak usia sebayanya.
- Sering diejek atau dirundung.
- Lugu secara sosial.
- Sering terlalu percaya dengan orang lain dan mudah tertipu.
- Mudah diatur orang lain.
- Kurangnya kontrol diri, tidak menyadari kapan harus menahan diri.
- Mendapatkan teman yang tidak pantas atau sesuai.
- Mengira seseorang adalah teman padahal mereka hanya kenalan.
- Percaya pada Santa, peri, dsb lebih lama dari anak seusianya.

### Belum matang pada permainan dan rekreasi

- Sering bermain dengan anak dengan kelompok usia lebih muda.
- Lebih menyukai permainan, buku, acara TV atau aktivitas yang biasa dilakukan anak dengan usia lebih muda.
- Frustrasi dan bingung dengan mainan atau permainan yang sesuai usia.
- Kasar secara fisik dan kurang mahir pada permainan yang terorganisir.

### Hasil pemeriksaan menunjukkan kemampuan di bawah rata-rata

- Skor IQ dibawah 70.
- Skor tes kemampuan atau prestasi dibawah persentil kedua.

### **Hambatan atau gangguan tambahan**

- Perkembangan kemampuan bicara dan bahasa dibawah rata-rata anak diusiaanya.
- Kaku secara fisik.
- Memiliki hambatan tambahan seperti gangguan pendengaran atau penglihatan.

### **Kesulitan di sekolah**

- Gelisah dan tidak fokus dalam kegiatan kelompok.
- Menghindari tugas sekolah.
- Sangat bergantung pada orang lain.
- Membutuhkan banyak perhatian guru.
- Menjadi tertekan dan tidak kooperatif saat mendapat tugas.
- Tidak meminta bantuan.

### **Kesulitan belajar**

- Perkembangan pada kemampuan akademik lebih lambat dibanding teman sebayanya.
- Jauh dibawah standar pada semua bidang pelajaran.
- Membutuhkan penyederhanaan pembelajaran menjadi tahap-tahap kecil.
- Membutuhkan pengulangan untuk menguasai hal baru.
- Membutuhkan pengalaman belajar yang langsung dan konkret.
- Membutuhkan pengajaran yang eksplisit.
- Pemahaman membaca yang buruk bahkan pada bacaan yang akurasinya masuk akal.
- Kesulitan pada konsep abstrak.
- Belum matang pada kemampuan menggambar.
- Upaya yang tinggi tidak mendapatkan hasil yang diharapkan.
- Masukan guru tidak menghasilkan manfaat yang diharapkan.
- Nampak kegagalan yang semakin jauh kebelakang seiring berjalannya waktu.

### **Riwayat keluarga**

- Saudara atau kerabat lain memiliki riwayat *intellectual disability*.

### **Sumber:**

Hannell, G. (2006). Identifying children with special needs: Checklists and action plans for teachers. Thousand Oaks, Calif.: Corwin Press.

## Daftar Periksa Gangguan Bahasa

Glynis Hannell B. Sc (Hons) M.Sc Registered Psychologist

Nama subjek : Tanggal Pemeriksaan:

Nama periksa :

### Terlambat belajar bicara

- Terlambat dalam belajar berbicara.
- Membutuhkan terapi wicara.
- Kemampuan menggunakan tata bahasa yang benar lebih lambat dari anak seusianya.

### Kesulitan Mengurutkan Kalimat dalam Berbahasa

- Kesulitan bercerita seraca runtut.
- Kesulitan dalam membacakan puisi, jadwal waktu, urutan hari, alfabet.
- Lambat dalam belajar berhitung dan membaca alfabet.
- Mendapatkan kata-kata yang tidak sesuai dengan urutan.

### Kesulitan menemukan kata

- Kehilangan kata ditengah kalimat.
- Sering kesulitan menemukan kata yang dibutuhkan.
- Menggunakan pengganti kata seperti “anu, itu, sesuatu”.
- Lupa nama atau kata yang sudah dikenal.
- Mengangkat tangan di kelas namun kemudian tidak mengingat jawabannya.
- Lambat belajar nama-nama warna.
- Kesulitan mempelajari macam huruf dan angka.
- Kesulitan membaca kata hanya dengan melihat.
- Membacanya kaku dan kurang lancar.

### Kurang percaya diri saat berbicara

- Enggan berbicara dengan orang yang tidak dikenal.
- Tidak biasa berbicara secara sukarela di kelas.
- Tidak suka berbicara melalui telepon.

### Kesulitan berbahasa ekspresif.

- Mencampur-campurkan kata. Seperti bingung membedakan besok dan kemarin.
- Mengalami kekacauan kata.
- Kesulitan menyampaikan maksud perkataan.
- Menyerah untuk mencoba memberi penjelasan, seperti berkata “tidak apa-apa” “jangan khawatir”.
- Menggunakan gerakan, ekspresi wajah dan pantomim lebih banyak daripada yang lain.

### Kesulitan berbahasa reseptif

- Diduga mengalami gangguan pendengaran meskipun pendengarannya baik.

- Terkadang salah mengerti ketika mendengarkan.
- Tidak suka mendengarkan cerita, lebih menyukai menggambar atau beraktivitas.
- Lupa dengan daftar petunjuk.
- Sering terlihat seperti berada di dunianya sendiri.
- Sering melakukan kesalahan ketika instruksi diberikan.
- Menonton orang lain sebagai petunjuk tentang apa yang harus dilakukan di sekolah.
- Sering bertanya kepada guru untuk mengklarifikasi petunjuk.
- Kelelahan dan abai jika mendengarkan untuk waktu yang lama.

### **Kesulitan fonologis**

- Mengalami kesulitan artikulasi.
- Minim dalam memproduksi kata yang berarti.
- Minim dalam memproduksi aliterasi (kata-kata dengan bunyi yang hampir sama).
- Mengalami kesulitan dengan fonetik (tidak dapat mengingat suara, tidak dapat memadukan suara).
- Mengalami kesulitan mengeja dengan fonetik (tidak dapat melatih suara dengan kata-kata).

### **Kesulitan dengan bahasa sosial**

- Tidak menggunakan bahasa untuk memecahkan masalah sosial, lebih memilih menggunakan kekuatan fisik.
- Tampak tidak memahami nada suara.
- Sangat literal, tidak mengerti lelucon, permainan kata atau metafora, dan lain sebagainya.
- Tidak menggunakan ekspresi wajah atau kontak mata dengan tepat.
- Tidak pandai bergiliran dalam percakapan.
- Buruk dalam mempertimbangkan kebutuhan pendengar. Misalnya, mengasumsikan pendengar tahu siapa "dia" itu.
- Berbicara terlalu keras, pelan atau sangat cepat.
- Frustrasi atau kesal ketika tidak dapat memahami diri sendiri.
- Ketika frustrasi atau berada dalam masalah, tidak dapat menjelaskan permasalahannya.
- Lupa menggunakan kata-kata umum seperti "halo" "terima kasih".

### **Memiliki hambatan dalam pemrosesan pendengaran**

- Sulit mendengar ketika harus melawan suara latar belakang.
- Sangat sensitive terhadap suara keras.
- Mudah terganggu oleh suara bising.

### **Penggunaan *Language Disorder Checklist***

Setiap item yang berlaku untuk anak atau remaja harus dicentang. Bahkan item yang hanya terjadi sesekali atau untuk derajat ringan, juga harus dicatat. Semakin banyak item yang dicentang, kemungkinan besar anak atau remaja memiliki gangguan bahasa. Namun, penting untuk diingat bahwa beberapa kondisi lain memiliki karakteristik yang serupa dan merupakan kebutuhan khusus.

Sumber:

Hannell, G. (2006). *Identifying children with special needs: Checklists and action plans for teachers*. Thousand Oaks, Calif.: Corwin Press.

**FOKUS PADA  
POTENSI,  
BUKAN HANYA  
KELEMAHAN**



# Kegiatan untuk Stimulasi Kemampuan Komunikasi dan Bahasa Anak di Rumah



# Dongeng

Salah satu aktivitas yang dapat menstimulasi kemampuan anak adalah dongeng. Mendongeng bermanfaat untuk mengasah kemampuan komunikasi dan bahasa anak. Namun, perlu diperhatikan bahwa metode mendongeng yang dilakukan sebaiknya dengan mendongeng dua arah. Artinya, keterlibatan anak dalam berinteraksi dan berkomunikasi saat mendongeng merupakan proses yang ditekankan. Dongeng dapat meningkatkan pemahaman dan memperkaya kosakata anak. Berikut merupakan beberapa kegiatan yang dapat dilakukan ketika mendongeng bersama anak:

## Memberikan pertanyaan.

Bertanya pada anak terkait dengan dongeng yang telah disampaikan, bertujuan untuk mengetahui pemahaman anak terhadap bacaan. Selain itu juga untuk mengasah kemampuan atensi, memori, komunikasi dan bahasa anak.



## Memunculkan empati.

Orangtua dapat memberikan pertanyaan yang dapat menstimulasi rasa empati anak. Misalnya, “Jika kamu menjadi Pak Petani, bagaimana perasaanmu saat timun yang kamu tanam dicuri oleh kancil?”. Pertanyaan semacam itu dapat melatih anak untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan melalui kata-kata.

## Dialog dari dongeng yang disampaikan.

Orangtua dapat mengajak anak untuk berdiskusi tentang dongeng yang telah dibaca. Seperti, menanyakan tentang kelanjutan jalan cerita. Kegiatan ini melatih anak untuk menyampaikan pendapat atau ide yang ada di dalam pikirannya melalui bahasa verbal.



# Mendengarkan Lagu dan Bernyanyi



Stimulasi komunikasi dan bahasa yang cukup mudah dilakukan bersama anak adalah dengan bernyanyi bersama. Melalui lagu, anak dapat mengekspresikan dan mengeksplorasi pesan yang disampaikan dalam lirik. Kata pada lirik lagu dapat membantu anak mengenali kosakata baru dan memudahkan anak untuk mengingatnya. Bernyanyi mendorong anak untuk belajar artikulasi kata agar ia dapat menyebutkannya sesuai dengan lagu yang didengarkan. Terdapat banyak pilihan lagu anak-anak yang bisa dinyanyikan bersama. Seperti, lagu satu-satu aku sayang ibu; lihat kebunku; kepala, pundak, lutut, kaki; bintang kecil; dan bangun tidur.



# Permainan Kata

Bermain merupakan kegiatan yang disukai anak-anak. Kegiatan bermain di bawah ini dapat melatih anak dalam berkomunikasi dan berbahasa dengan cara yang seru serta tidak membosankan. Melalui permainan-permainan ini, anak juga dapat mengembangkan kosakata, daya ingat serta kemampuan berpikir analisisnya.

## Apakah atau Siapakah Aku?

**Aturan permainan:** Sebutkan ciri-ciri dari benda atau makhluk hidup yang sekiranya diketahui oleh anak. Berikan dalam bahasa yang singkat dan sederhana. Minta anak untuk menebak jawabannya.

**Contoh:** Aku adalah benda. Biasanya, aku digunakan untuk menulis. Apakah aku? jawabannya adalah pensil atau bolpoin.

## Acak Kata

**Aturan permainan:** Sebutkan satu kata yang sederhana. Minta anak untuk merangkai kata lain yang diawali dari suku kata yang terakhir disebutkan.

**Contoh:** Anda menyebutkan kata "kepala", akhiran "la" dibuat menjadi awalan kata baru "lada", akhiran "da" dibuat menjadi "dasi" dan seterusnya.

## Deskripsi Benda

**Aturan permainan:** Ajak anak untuk menyebutkan deskripsi dari suatu benda yang ada di sekitarnya.

**Contoh:** Bunga mawar. Warnanya merah, baunya harum, ada duri, daunnya hijau dan seterusnya.



# Komunikasi Aktif dengan Anak

Orangtua aktif mengajak anak berbicara dalam berbagai kesempatan dan sesering mungkin. Lakukan ketika anak bermain, belajar, menjelang tidur dan berbagai aktivitas lainnya. Ajak anak mengobrol tentang topik apapun. Meskipun anak belum dapat merespon secara verbal dengan baik, namun sistem saraf pada otak anak bisa menangkap rangsang yang diberikan dan menyimpannya dalam memori. Semakin sering orangtua mengajak anak untuk berkomunikasi, kosakata anak semakin banyak dan semakin lancar untuk berbicara.



# TIPS PENDAMPINGAN KOMUNIKASI & BAHASA PADA ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL

1.



Belajar bahasa diawali dengan banyak kekeliruan. Pembelajaran didapatkan dari pengoreksian kekeliruan dengan memberikan contoh yang baik dan benar pada anak. Orangtua atau pendamping perlu untuk menciptakan suasana yang suportif agar anak merasa percaya diri dan tidak takut salah.

2.



Orangtua atau pendamping diharapkan menggunakan kosa kata atau tata bahasa yang konsisten dalam berkomunikasi dengan anak. Misal, konsisten menggunakan kata "makan" dan tidak berubah-ubah dengan mengganti menggunakan kata "maem" atau lainnya.

3.



Penggunaan kalimat yang sederhana namun lengkap secara tata bahasa, perlu dilakukan dalam berkomunikasi dengan anak. Walaupun anak masih menggunakan tata bahasa yang belum lengkap. Tujuannya untuk melatih dan membiasakan anak untuk berkomunikasi dengan baik dan benar.

4.



Memulai pembicaraan dengan topik bahasan yang menarik dan dapat dipahami anak. Interaksi yang dilakukan harus dua arah sehingga melibatkan anak dalam berkomunikasi.

# TIPS PENDAMPINGAN KOMUNIKASI & BAHASA PADA ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL



5.

Kesabaran dan sikap konsisten dibutuhkan untuk mengoptimalkan perkembangan anak. Proses belajar perlu dilakukan secara bertahap. Orangtua atau pendamping dapat meningkatkan penggunaan bahasa sedikit di atas taraf kemampuan anak. Sehingga anak terstimulasi untuk meningkatkan kemampuan bahasanya.



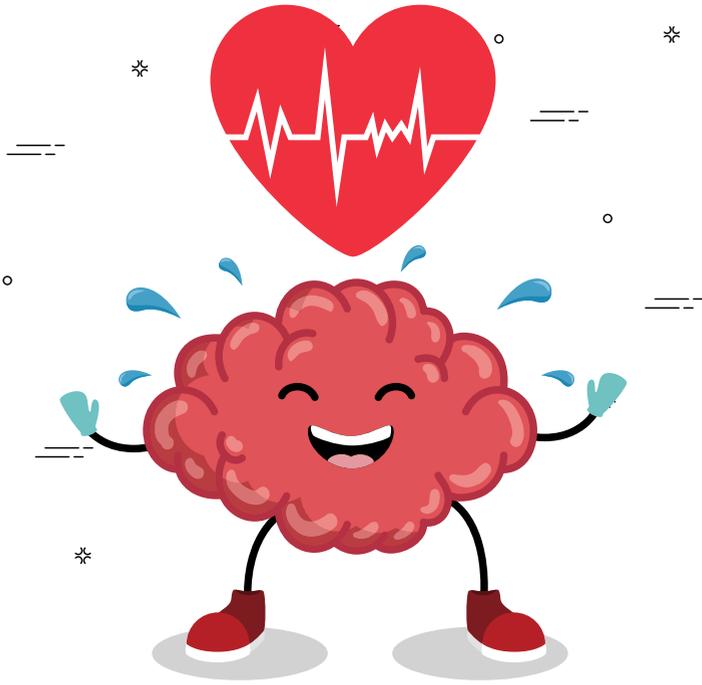
6.

Konteks bahasan yang dipilih ketika berkomunikasi dengan anak harus jelas. Tujuannya agar anak dapat memahami pembicaraan yang sedang berlangsung. Pada tahap awal, lakukan pembicaraan mengenai hal-hal yang konkret dan dapat dijumpai anak di lingkungan sekitar. Kemudian, tingkatkan pada topik pembicaraan yang abstrak. Misalnya dengan berandai-andai.



7.

Penting untuk memberikan respon yang tepat bagi anak ketika belajar. Agar anak dapat mengetahui perilaku yang ia lakukan sudah benar atau belum. Ketika anak melakukan kesalahan dalam berkomunikasi dan berbahasa, beritahukan kepada anak dan beri contoh yang seharusnya dilakukan anak. Ketika anak berhasil melakukannya, beri anak apresiasi berupa pujian atau hadiah yang bisa memotivasi anak untuk berkembang.



# *Brain Gym*

# DASAR TEORI BRAIN GYM

*Brain gym* atau senam otak adalah aktivitas fisik sederhana yang dapat mengoptimalkan fungsi kerja otak, terutama pada bagian *lobus frontal*. Melalui *brain gym*, semua dimensi otak akan diaktifkan dan diseimbangkan. *Brain gym* dapat meningkatkan kemampuan belajar, mengontrol stres dan menyeimbangkan koordinasi motorik. Rangkaian kegiatan pada *brain gym* dapat dilakukan semua kalangan usia karena gerakannya yang sederhana dan berguna dalam mempersiapkan kehidupan sehari-hari. *Brain gym* adalah inti dari *educational-kinesiology*, yaitu ilmu yang mempelajari tentang gerakan tubuh manusia. Edukasi kinestetik dikembangkan oleh Paul Dennison dengan tujuan agar manusia dapat mengoptimalkan potensi otak yang dimiliki melalui gerakan tubuh.

## **Tujuan Umum *Brain Gym***

- Meningkatkan daya ingat dan fokus dengan gerakan-gerakan yang berfungsi untuk melatih pusat perhatian.
- Menyeimbangkan otak kanan dan kiri dengan koordinasi motorik.
- Meningkatkan kemampuan bahasa melalui gerakan-gerakan yang melatih organ wicara

# TENTANG BRAIN GYM

Secara keseluruhan, *brain gym* terdiri dari 31 gerakan. Terdapat 3 gerakan utama dalam *brain gym* yang tidak boleh dilewatkan. Gerakan-gerakan tersebut adalah **minum air**, ***brain button*** dan ***hook-ups***. Pada gerakan utama tersebut, terdapat manfaat untuk membantu meningkatkan keseimbangan serta dapat menurunkan stres. Kondisi ini dibutuhkan sebagai persiapan bagi anak untuk melakukan gerakan-gerakan *brain gym* selanjutnya secara optimal.

Gerakan-gerakan *brain gym* pada modul ini berfokus untuk meningkatkan kemampuan atensi, daya ingat serta bahasa (melalui latihan pada organ wicara). Oleh sebab itu perlu diaplikasikan pada anak disabilitas intelektual, khususnya yang memiliki hambatan dalam komunikasi dan bahasa. Orangtua dapat menambahkan gerakan-gerakan *brain gym* lainnya untuk membantu anak dengan hambatan yang berbeda.

# GERAKAN BRAIN GYM

## 1. Minum air putih

Air sangat diperlukan untuk mempercepat fungsi neuron yang mengirim pesan dari otak ke tubuh dan sebaliknya. Minum air putih sebelum melakukan *brain gym* dapat menghidrasi tubuh sehingga meningkatkan konsentrasi.

## 2. Brain Button

Tangan kanan memegang tulang selangka (tulang yang berada dibawah leher dan diatas dada) dan tangan kiri memegang perut. Gunakan tangan kanan untuk memijat tulang selangka dengan gerakan memutar dan bernapas rileks. Lakukan selama 30 detik, kemudian ganti untuk posisi tangan sebaliknya. Lakukan pengulangan pada masing-masing sisi sebanyak 2 kali.



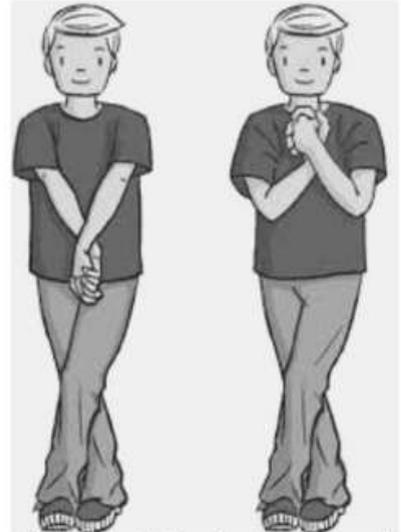
Sumber gambar: [stylesatlife.com/brain-gym-exercises](https://stylesatlife.com/brain-gym-exercises)

### Manfaat Gerakan.

- Mengontrol kecemasan dan memberikan energi positif.
- Membantu menenangkan suasana hati.
- Mengurangi kelupaan akibat gugup, sehingga menunjang fungsi kerja memori.

### 3. Hook-ups

Gerakan menyilangkan kedua tangan di depan dada dan kaki kiri disilangkan di depan badan. Silangkan sisi tangan dan kaki kanan ke kiri, begitu juga sebaliknya secara bergantian. Jika kesulitan melakukan gerakan karena adanya keterbatasan kekuatan fisik dan pemahaman, bisa memosisikan tangan dengan hanya sekedar dirapatkan dan digenggam di depan dada. Gerakan juga dapat dilakukan dalam posisi duduk. Lakukan selama 1 menit.



Sumber gambar: [id.pinterest.com/bbm8/brain-gym/](https://id.pinterest.com/bbm8/brain-gym/)

#### **Manfaat Gerakan.**

- Memberikan relaksasi dengan menurunkan rasa marah, bingung dan sedih.
- Meningkatkan kemampuan mengarahkan diri dalam menghadapi situasi.
- Melatih fokus dan kemampuan mendengar aktif.

## 4. Thinking Cap

Gerakan dilakukan dengan memijat lembut bagian ujung telinga sambil menariknya ke luar. Lakukan dengan ibu jari dan telunjuk, seperti mencubit. Mulai dari telinga atas, kemudian turun dan berakhir di cuping. Gerakan dilakukan selama 1 menit.



Sumber gambar: Dennison, P. & Dennison, G. (1986).  
Brain Gym. Simple Activities for Whole Brain Learning

### **Manfaat Gerakan.**

- Latihan ini membantu untuk memusatkan perhatian dan meningkatkan kemampuan pendengaran.
- Membantu koordinasi keseimbangan motorik serta memberikan relaksasi.

## 5. The Elephant

Lutut ditekuk sedikit dan tempelkan kepala pada bahu tangan yang bergerak. Lakukan gerakan pada tiap tangan (kanan dan kiri) secara bergantian. Setiap sisi tangan sebanyak 5 putaran. Gerakkan tangan seolah menggambar angka 8 tidur di depan wajah. Luruskan lengan ke depan dan tegakkan ibu jari. Pada saat tangan bergerak, maka mata mengikuti gerakan tangan dan goyangkan panggul. Lakukan 5 kali pada masing-masing tangan.



Sumber gambar: Dennison, P. & Dennison, G. (1986). Brain Gym. Simple Activities for Whole Brain Learning

### Manfaat Gerakan.

- Menstimulasi telinga bagian dalam untuk meningkatkan keseimbangan dan mengintegrasikan otak untuk mendengarkan dengan kedua telinga.
- Pada anak disabilitas intelektual, terdapat hambatan pada koordinasi visual persepsi. Kondisi tersebut menghambat pemaknaan simbol yang dilihat, sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama dalam memproses informasi. Gerakan ini dapat melatih fungsi penglihatan serta meningkatkan ketajaman persepsi visual.
- Membantu pusat koordinasi antara otak kanan dan kiri, menjaga keseimbangan tubuh dan melatih psikomotorik.

## 6. Cross Crawl

Gerakkan kaki dan tangan secara bergantian, seperti gerakan jalan di tempat. Sentuh lutut kaki kanan dengan siku tangan kiri, dan sebaliknya. Bila kesulitan menjaga keseimbangan tubuh, gerakan bisa disederhanakan dengan mengangkat kaki tidak terlalu tinggi. Jika masih kesulitan, kaki tidak perlu diangkat. Cukup dengan memegang kaki dengan tangan secara silang. Lakukan gerakan *cross crawl* ini selama 2 menit.



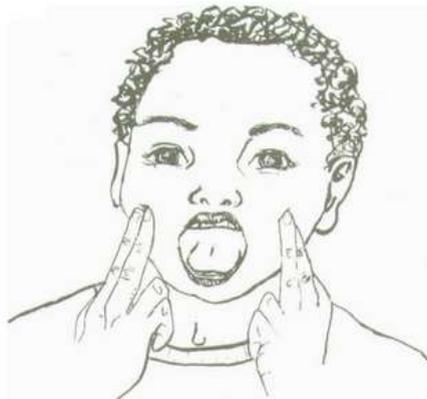
Sumber gambar: [id.pinterest.com/brain-gym/](https://id.pinterest.com/brain-gym/)

### Manfaat Gerakan.

- Gerakan ini dapat memperkuat otot perut dan mengaktifkan keseimbangan tubuh.
- Membantu mengintegrasikan kedua belahan otak, yaitu otak kanan dan otak kiri.

## 7. Energy Yawn

Gerakan dilakukan dengan membuka mulut seperti sedang menguap. Lakukan dengan mata tertutup. Kemudian berikan pijatan pada tulang pipi dan rahang. Ketika memijat, keluarkan suara sebagaimana ketika menguap. Lakukan selama 1 menit.



Sumber gambar: Dennison, P. & Dennison, G. (1986).  
Brain Gym. Simple Activities for Whole Brain Learning

### **Manfaat Gerakan.**

- Mengurangi ketegangan pada otot rahang dan tulang tengkorak.
- Memperlancar peredaran oksigen yang menuju otak sehingga kerja otak menjadi lebih optimal.
- Meningkatkan kemampuan membaca secara oral dan kreativitas dalam kemampuan menulis.

## 8. The Owl

Pegang bahu dengan tangan dari sisi yang berlawanan. Bahu kanan dipegang oleh tangan kiri dan begitu juga sebaliknya. Gerakkan kepala dengan menoleh secara perlahan kearah masing-masing sisi bahu. Bernafas dalam dan rileks sepanjang gerakan. Ulangi pada sisi bahu lainnya. Jatuhkan dagu mendekati dada dan rilekskan otot-otot. Lakukan gerakan selama 1 menit.



Sumber gambar: Dennison, P. & Dennison, G. (1986). Brain Gym. Simple Activities for Whole Brain Learning

### **Manfaat Gerakan.**

- Mengurangi ketegangan otot leher dan bahu.
- Meningkatkan kemampuan dalam berpikir matematis.
- Mengintegrasikan otak bagian depan dan bagian belakang, sehingga memperlancar kemampuan komunikasi dan bahasa

# PANDUAN PELAKSANAAN BRAIN GYM

MEMBUAT KESEPAKATAN DENGAN ANAK TERKAIT  
JADWAL PELAKSANAAN BRAIN GYM

MEMBERIKAN MOTIVASI DAN SEMANGAT AGAR  
ANAK MAU TERUS MELAKUKAN

BISA DENGAN MENGAJAK SAUDARA LAIN UNTUK  
MELAKUKAN BRAIN GYM BERSAMA

PASTIKAN ANAK MENGIKUTI GERAKAN DENGAN  
BENAR DAN SESUAI KEMAMPUANNYA

MEMBERIKAN PUJIAN JIKA ANAK BERHASIL  
MENGIKUTI GERAKAN BRAIN GYM



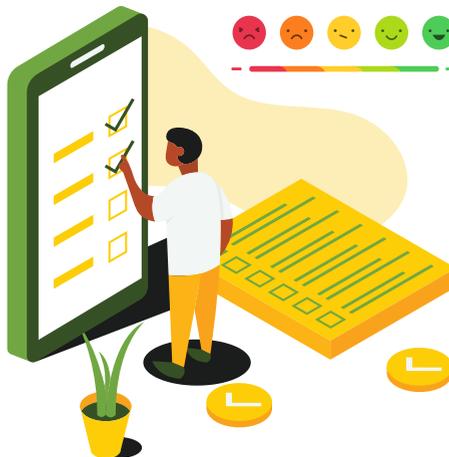
# PANDUAN OBSERVASI PELAKSANAAN BRAIN GYM

Hari :

Tanggal :

Nama pemeriksa :

No.	Gerakan	Skala					
		Tidak				Ya	
		1	2	3	4	5	6
1.	Mampu melakukan gerakan <i>brain button</i>						
2.	Mampu melakukan gerakan <i>cook's hook-up</i>						
3.	Mampu melakukan gerakan <i>thinking cap</i>						
4.	Mampu melakukan gerakan <i>the elephant</i>						
5.	Mampu melakukan gerakan <i>cross crawl</i>						
6.	Mampu melakukan gerakan <i>energy yawn</i>						
7.	Mampu melakukan gerakan <i>the owl</i>						



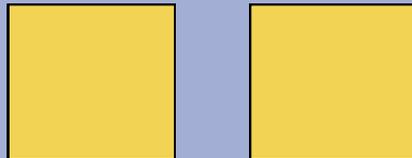
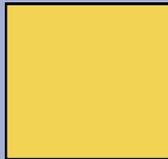
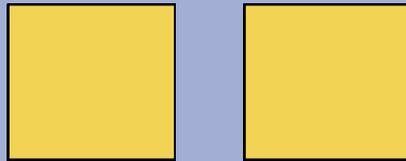
# LEMBAR MONITORING PELAKSANAAN BRAIN GYM

No.	Perilaku	Sebelum melakukan brain gym	Setelah melakukan brain gym			
			Minggu ke-1	Minggu ke-2	Minggu ke-3	Minggu ke-4
1.	Mampu menyebutkan kosakata yang sulit (dapat menggunakan permainan kartu/ <i>flash cards</i> ).					
2.	Menyebutkan kata dengan artikulasi yang tepat dan jelas.					
3.	Berbicara dengan intonasi, nada dan volume suara yang sesuai.					
4.	Mampu membuat kalimat lengkap (subjek-predikat-objek).					
5.	Mampu menyusun cerita, misalnya pada permainan kartu sekuen.					



MINGGU KE \_\_\_\_\_

AKU HARUS  
MENGUMPULKAN 5   
AGAR MENDAPAT



# PERMAINAN KARTU

## KEGIATAN SEHARI-HARI

### Tujuan:

Permainan kartu kata dapat membantu perkembangan bahasa anak melalui media gambar. Aktivitas pada permainan ini dapat meningkatkan daya ingat anak pada kosakata yang berkaitan dengan kegiatan sehari-hari.

### Cara Permainan:

1. Tunjukkan satu per satu kartu pada anak. Bisa juga dengan meminta anak memilih kartu sendiri.
2. Instruksikan anak untuk menyebutkan aktivitas yang ditunjukkan pada gambar di kartu tersebut.
3. Ajak anak untuk mengucapkan kata dengan artikulasi yang benar dan jelas serta diucapkan secara perlahan-lahan.
4. Jika anak salah menyebutkan, segera berikan contoh yang tepat.
5. Lakukan secara berulang. Beri anak kesempatan untuk mempraktikkan kemampuannya dengan mengajak anak berbicara dan berinteraksi sesering mungkin.

### Contoh Kartu:



## MENYUSUN CERITA

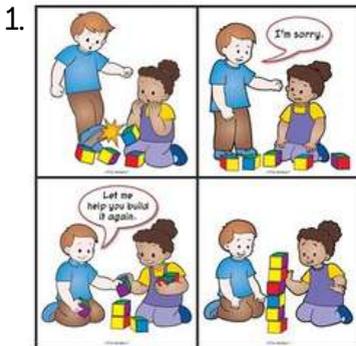
### Tujuan:

Permainan kartu sekuen dapat membantu perkembangan bahasa anak melalui kegiatan menyusun gambar-gambar menjadi sebuah cerita. Aktivitas ini juga meningkatkan kemampuan berpikir anak untuk memahami konsep permasalahan dan membuat pemecahan masalah.

### Cara Permainan:

1. Memberikan kartu pada anak dan minta ia menyusun kartu-kartunya menjadi sebuah cerita yang bermakna.
2. Instruksikan anak untuk membuat kalimat cerita dengan pengucapan kata yang benar dan jelas.
3. Kembangkan dengan memberikan pertanyaan atau berdiskusi.

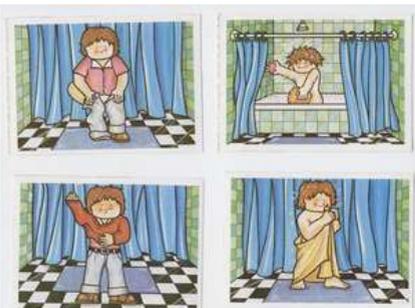
### Contoh Kartu:



3.



2.



Sumber gambar 1, 2 & 3: pinterest.com

*"Sementara kita  
mencoba mengajari  
anak-anak kita  
semua tentang  
kehidupan, anak-  
anak kita  
mengajari kita apa  
itu hidup. -  
Angela Schwendt*

# DAFTAR PUSTAKA

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition "DSM-5"*. Washington DC: American Psychiatric Publishing. Washington DC.

Bundens, S. P. (2000). *Brain Gym and its effect on the reading comprehension of third grade students with learning disabilities*. Rowan University.

Dennison, P. E., & Dennison, G. E. (1986). *Brain Gym: Simple Activities for Whole Brain Learning*. USA: Edu-Kinesthetics, Inc.

Frostig, M. The Marianne Frostig Development Test of Visual Perception, 1963. Standardization, Perceptual and Motor Skills, 19, (1964) 464-499.

Hannaford, C. (2005). *Smart Moves: Why Learning is Not All in Your Head*. Salt Lake city UT: Great River Books.

Schalock, R. L., Borthwick-Duffy, S. A., Bradley, V. J., Buntinx, W. H., Coulter, D. L., Craig, E. M., ... & Yeager, M. H. (2010). *Intellectual disability: Definition, classification, and systems of supports*. American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. 444 North Capitol Street NW Suite 846, Washington, DC 20001.

Tyasrinestu, F. (2021). Pemakaian Kosakata Tema Kesehatan dalam Penciptaan Lirik Lagu Anak. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan (Journal of Performing Arts)*, 22(3), 180-186.