

## PERILAKU ADAPTIF ANAK TUNAGRAHITA DEWASA

Oleh :

Nurdayati Praptiningrum\*)

### Abstrak

*Permasalahan yang mendasar pada tunagrahita dewasa yang berhubungan dengan perilaku adaptif. Mereka mengalami kekurangan atau hambatan dalam melakukan perilaku adaptif atau penyesuaian terhadap lingkungan. Kondisi tersebut disebabkan karena tunagrahita dewasa memiliki keterlambatan dalam fungsi intelektual umum dan adanya hambatan/keterbatasan dalam penyesuaian perilaku, sehingga mereka tidak dapat hidup mandiri dan selalu tergantung pada orang lain*

*Bentuk perilaku adaptif yang dapat dikembangkan bagi tunagrahita dewasa berupa :* 1) kemampuan sensoris dan motoris dapat berkembang secara maksimal. 2) Kemampuan akademik berkembang sesuai dengan kondisi yang sebenarnya. 3) Aktivitas hidup sehari-hari dapat dilakukan dengan baik, apabila mendapat bimbingan dan latihan secara intensif. 4) Kemampuan lokomosi atau daya gerak terbatas pada lingkungan tempat tinggalnya. 5) Kemampuan melakukan pekerjaan yang sederhana dan monoton dapat dilakukan secara baik. 6) Kemampuan komunikasi dapat dilakukan secara lisan dan sederhana. 7) Kemampuan mengarahkan diri pada umumnya masih mengalami kesulitan. 8) Kemampuan sosialisasi dapat berkembang secara efektif apabila didukung dengan toleransi dan fleksibilitas dari lingkungannya.

*Kata kunci : Tunagrahita dewasa, perilaku adaptif*

---

\* Dosen Jurusan Pendidikan Luar Biasa FIP UNY

## **Pendahuluan**

Permasalahan mendasar yang penting dipikirkan pada tunagrahita yaitu yang berhubungan dengan perilaku adaptif. Perilaku adaptif merupakan perilaku dalam penyesuaian diri terhadap norma-norma sosial dan lingkungan, hal ini sangat diperlukan dalam kehidupan bermasyarakat.

Bagi anak tunagrahita, mereka mengalami kekurangan atau hambatan dalam melakukan perilaku adaptif atau penyesuaian perilaku terhadap lingkungannya. Berdasarkan pengertian yang dikemukakan oleh para ahli bahwa tunagrahita memiliki keterbatasan dalam fungsi intelektual umum dan adanya hambatan/keterbatasan dalam penyesuaian perilaku. Dari pengertian tersebut menggambarkan bahwa penyandang tunagrahita tidak dapat hidup mandiri dan selalu tergantung pada orang lain sepanjang hidupnya

Tunagrahita yang telah dewasa atau yang dimaksud adalah tunagrahita yang telah menyelesaikan pendidikan di Sekolah Luar Biasa atau lembaga-lembaga pendidikan lainnya (kelas khusus, sekolah terpadu atau panti-panti). Dalam kehidupan di lingkungan masyarakat, mereka juga masih banyak mengalami masalah-masalah. Kalau diperhatikan, kehidupan mereka cukup memprehatinkan. Setelah menyelesaikan program pendidikannya, ternyata masih banyak yang sangat menggantungkan diri dan membebani kehidupan keluarga. Terutama dalam hal perilaku adaptif yang terdiri dari kehidupan sehari-hari, penyesuaian diri, pemanfaatan waktu luang, dan juga penyaluran pekerjaan yang sesuai dengan kemampuannya.

Apabila ditinjau dari tujuan khusus Pendidikan Luar Biasa, yang khusus menangani anak tunagrahita mempunyai tujuan untuk membantu peserta didik agar mampu mengembangkan sikap pengetahuan dan keterampilan sebagai pribadi maupun



anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam sekitar serta dapat mengembangkan kemampuan dalam dunia kerja (Moh. Amin, 1995). Mengacu dari tujuan khusus bagi penanganan anak tunagrahita tersebut, berarti pendidikan berfungsi untuk mengembangkan potensi dan kemandirian anak sehingga dapat hidup layak secara lahir batin. Namun program pendidikan bagi anak tunagrahita tidak dapat dipersalahkan begitu saja, karena penanganan untuk anak tunagrahita tidak hanya dari segi pendidikan formal saja. Pelaksanaannya tidak dapat terlepas dari pendampingan dan perhatian orang tua serta kondisi lingkungan masyarakat yang ada disekitarnya.

Agar dapat mengetahui lebih dalam tentang perilaku adaptif yang dilakukan oleh tunagrahita dewasa atau yang telah menyelesaikan pendidikan di Sekolah Luar Biasa, maka perlu adanya pengkajian tentang perilaku adaptif anak tunagrahita dewasa.

### **Pengertian Dan Karakteristik Tunagrahita Dewasa**

Tunagrahita dewasa yang dimaksud dalam pembahasan ini adalah tunagrahita yang telah menyelesaikan pendidikan di Sekolah Luar Biasa atau lembaga-lembaga pendidikan lainnya dan ditinjau dari usianya mereka telah lepas dari masa remaja sampai masa tua. Untuk lebih jelasnya perlu memperhatikan beberapa faktor yang terdapat pada tunagrahita dewasa yang dikemukakan oleh Widle (Robert P. Ingals, 1978), antara lain:

1. Usia Cronologis (CA), maksudnya usia kalender yang dicapainya setelah lepas dari usia remaja sampai usia tua (kira-kira usia 20 tahun sampai tua).
2. Usia Mental (MA), maksudnya usia kecerdasan, jelas-jelas berada di bawah usia cronologisnya (CA).
3. Penyesuaian perilaku (perilaku adaptif), mengalami hambatan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud tunagrahita dewasa adalah individu yang berusia dewasa (usia lepas dari usia remaja sampai tua), yang memiliki fungsi intelektual secara umum berada di bawah rata-rata atau normal secara jelas dan disertai kekuranganmampuan dalam mengadakan penyesuaian perilaku.

Karakteristik tunagrahita dewasa dapat dibedakan menjadi empat aspek yaitu: (1) karakteristik fisik, (2) karakteristik kecerdasan, (3) karakteristik sosial dan (4) karakteristik emosi. (Astati,1996).

Penjabarannya adalah sebagai berikut:

#### 1) Karakteristik fisik

Keadaan fisik tunagrahita dewasa pada umumnya tidak jauh berbeda dengan orang normal dewasa, terutama yang termasuk klasifikasi ringan. Bagi tunagrahita yang termasuk klasifikasi sedang sering disertai dengan sikap dan gerakan yang kurang luwes, bahkan sering diikuti dengan struktur dan fungsi tubuh yang berbeda dari orang normal. Keadaan ini akan semakin tampak pada tunagrahita dewasa dengan klasifikasi berat dan sangat berat.

- a) Kemampuan motorik kurang baik, pada umumnya kematangan koordinasi motorik halus lebih lambat bila dibandingkan dengan orang normal. Namun jika mendapatkan latihan dengan baik, kelambatan pada koordinasi motorik halus semakin dewasa akan semakin berkurang terutama bagi tunagrahita ringan. Pada pelajaran akademik mereka dapat menulis, menggambar dan mengerjakan sesuatu untuk bekal hidupnya.

Sebaliknya bila kemampuan motorik tidak dilatih dengan baik, kemungkinan mereka tidak dapat hidup mandiri dan pada masa dewasa tidak mampu



melakukan tugas sesuai dengan usianya. Apalagi pada tunagrahita dewasa sedang dan berat.

- b) Kurang memiliki gambaran tubuh (*body image*), diantara mereka ada yang tidak dapat menyesuaikan antara gerak dan penampilan maupun dengan keadaan tubuh. Hal ini disebabkan karena kurang mampu memilih apa yang sesuai untuk dirinya dalam penampilan. Mereka juga tidak dapat menyesuaikan antara gerak dengan situasi yang sesungguhnya.

## 2) Karakteristik kecerdasan

Perkembangan kecerdasan tunagrahita dewasa berada di bawah usia yang sebenarnya, sehingga akan mempengaruhi kemampuannya dalam belajar. Kapasitas belajarnya sangat terbatas, sehingga mereka kurang mampu mengingat informasi, kurang mampu berpikir kreatif, kurang memiliki daya nalar dan kurang mampu mengadakan asosiasi, namun mereka mampu bertanggung jawab pada hal-hal yang sifatnya sederhana dan rutin.

## 3) Karakteristik sosial

Tunagrahita dewasa menunjukkan adanya ketergantungan, sulit menyesuaikan diri, dan kurang dapat mengadakan partisipasi. Ciri-ciri tersebut antara lain :

- a) Adanya ketergantungan, hal ini timbul karena mereka dihadapkan dengan lingkungan yang tidak mendukung kemandiriannya, ia tidak diberi kesempatan untuk bergaul.
- b) Sulit menyesuaikan diri, mereka tidak dapat menyesuaikan diri sesuai dengan harapan kelompoknya, mereka tidak mampu menerima norma-norma sosial, akibatnya mereka terisolir. Hal ini timbul karena kematangan sosial tunagrahita dewasa berada di bawah usia sebenarnya.

c) Adanya rasa rendah diri, hal ini disebabkan karena kurang atau hilangnya kesempatan bergaul sehingga tidak mempunyai kesempatan untuk mempelajari tata sosial yang benar. Mereka biasanya diabaikan baik oleh keluarga maupun masyarakat, yang mengakibatkan tidak dapat bertingkah laku sesuai norma-norma lingkungan, sehingga merasa rendah diri.

#### 4) Karakteristik emosi

Menurut pendapat Hurlock (1991), bahwa anak yang tingkat intelektualnya rendah mempunyai pengenalan emosi yang kurang dibandingkan dengan anak yang pandai pada tingkat umur yang sama. Penyandang tunagrahita dewasa menunjukkan ciri-ciri emosional sebagai berikut :

- a) Emosi yang tidak terkendali, sebagian tunagrahita dewasa lebih sering memperlihatkan rasa marah atau kesal. Hal ini disebabkan karena mereka kurang mampu menerima dan memahami rangsangan yang muncul, dan melampiaskan kekesalannya untuk menarik perhatian. Biasanya muncul apabila mereka menginginkan sesuatu, kurang mampu menahan diri dan bila mengerjakan sesuatu dalam kondisi terpaksa.
- b) Kurang mempunyai rasa kasih sayang, tunagrahita dewasa pada umumnya kurang dapat mewujudkan kasih sayangnya secara wajar. Hal ini disebabkan karena beberapa hal, diantaranya adanya penolakan, diabaikan, mendapat perlakuan yang sangat memanjakannya, atau merasa bahwa orang tidak memenuhi kebutuhannya.
- c) Kurang merasa bangga, mereka jarang merasa bangga bila berhasil dalam sesuatu hal, mereka menganggap merupakan hal biasa, apalagi kalau hanya merupakan pujian. Mereka lebih merasa berkesan atau gembira bila diberi



hadiah berupa makanan atau benda yang langsung dapat dinikmati atau dipergunakan.

- d) Pemalu, rasa malu pada tunagrahita dewasa cenderung menetap, maksudnya perasaan ini dapat terjadi pada semua situasi. Akibatnya mereka takut mencoba sesuatu yang baru atau berbeda dari biasanya. Mereka sulit berkomunikasi, takut berbicara, sehingga sering diacuhkan oleh orang lain.

### **Perilaku Adaptif Tunagrahita Dewasa**

Perilaku adaptif merupakan perilaku penyesuaian diri dalam kehidupan sosial dimana individu bertempat tinggal. Menurut pendapat Herber (Astati,1996), mengatakan bahwa perilaku adaptif menunjukkan bahwa individu mampu menyesuaikan diri secara efektif dan sesuai dengan norma-norma sosial atau lingkungannya. Grossman (Kirk & Gallagher,1989) juga menegaskan bahwa perilaku adaptif sebagai keefektifan atau tingkatan individu dalam memenuhi standard kebebasan pribadi dan tanggung jawab masyarakat yang diharapkan bagi sesuatu kelompok umur atau kebudayaan.

Perilaku adaptif sangat dipengaruhi oleh masyarakat dan lingkungannya. Bagi masyarakat maupun lingkungan yang canggih teknologinya, di mana penguasaan bahasa dan matematikanya sangat penting dan dibutuhkan, bagi anak yang memiliki kecerdasan rendah seperti pada tunagrahita akan mendapatkan kesulitan dalam menyesuaikan diri baik secara sosial maupun akademik. Namun bagi masyarakat atau lingkungan pertanian tradisional, yang perkembangan kemajuan teknologinya sangat lambat dan tuntutan masyarakat terhadap kemampuan intelektualnya tidaklah besar,

maka bagi anak tunagrahita mungkin tidak banyak mengalami hambatan dalam penyesuaian perilakunya.

Bentuk-bentuk perilaku adaptif yang sering dilakukan oleh individu, seperti yang diungkapkan oleh Astaty (1996), adalah berupa kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungannya terutama dalam hal keterampilan sensomotorik, komunikasi, mengurus diri, aplikasi akademik yang sifatnya sederhana terhadap norma-norma kehidupan serta bertanggung jawab secara sosial dan vokasional.

Pendapat lain yang menjelaskan tentang beberapa item test untuk mengungkap bentuk perilaku adaptif dengan menggunakan salah satu tes kemasakan sosial yang disebut *Vineland Social Maturity Scale (VSMS)* oleh Doll (Mardiati Busono, 1988), adalah skala untuk mengukur kematangan/kemasakan sosial dari lahir sampai dewasa, antara lain:

1. Aktivitas hidup sehari-hari, baik dalam hal berbusana, merias diri, mandi dan keramas, berbusana dan memakai asesoris, menghindar dari bahaya maupun meyebut waktu. Pada umumnya bagi tunagrahita dewasa klasifikasi ringan dan sedang tidak banyak mengalami hambatan dalam melakukan aktivitas hidup sehari-hari. Hanya dalam kemauan dan kesadaran akan kebutuhan terlihat mengalami kekurangan, mereka biasanya melakukan kegiatan hanya secara otomatis dan rutinitas. Bagi tunagrahita dewasa klasifikasi berat sebagian besar tidak dapat mandiri dan selalu dibantu oleh orang lain.
2. Membantu diri sendiri pada waktu makan yaitu, dapat minum sendiri dengan gelas/cangkir, dapat menggunakan sendok, dapat membedakan barang yang dapat dimakan dan tidak dapat dimakan, serta dapat makan sendiri tanpa bantuan.



3. Lokomosi dan daya bergerak, yaitu kemampuan untuk pergi ke warung, ke tetangga, ke kota tanpa bantuan. Namun terbatas pada lingkungan tempat tinggalnya, apabila ke luar dari lingkungan tempat tinggalnya mereka mengalami kesulitan.
4. Kemampuan kerja, yaitu kemampuan untuk berpartisipasi dalam pekerjaan yang menguntungkan, baik pekerjaan rumah sehari-hari, rekreasi dan pekerjaan keahlian. Bagi tunagrahita klasifikasi ringan dan sedang dalam melakukan aktivitas kerja sehari-hari pada prinsipnya tidak banyak mengalami kesulitan, namun mengingat kondisi intelektualnya yang terbatas maka kemampuan kerjanya juga terbatas. Terutama pada masalah kemauan dan kesadaran akan pentingnya melakukan aktivitas nampak sangat rendah, sehingga mengakibatkan miskin inisiatif. Bagi tunagrahita klasifikasi berat kemampuan kerjanya sangat terbatas. Hal yang paling penting bagi mereka, adalah memiliki kegiatan yang menyenangkan agar mereka tidak agresif dan merusak atau melukai lingkungan maupun dirinya sendiri.
5. Komunikasi, yaitu kemampuan untuk menerima dan mengutarakan keinginan dengan bahasa verbal maupun tulisan tanpa bantuan. Bagi tunagrahita dewasa klasifikasi ringan pada umumnya masih dapat berkomunikasi verbal secara sederhana, untuk klasifikasi sedang sebagian besar mengalami gangguan komunikasi dan pada klasifikasi berat pada umumnya sulit untuk diajak berkomunikasi.
6. Mengarahkan diri, yaitu kemampuan untuk mengelola uang, belanja perlengkapan diri sendiri, bepergian dengan perencanaan waktu, menggunakan telepon, dapat membaca, menulis surat, dan membeli untuk orang lain. Hanya sebagian kecil saja yang dapat melakukan aktivitas mengarahkan diri secara baik, pada umumnya mereka mengalami kesulitan.

7. Sosialisasi, yaitu kemampuan untuk mengenal orang lain, menunjukkan suatu aktivitas di depan orang lain, turut bergabung dalam permainan teman sebaya, menyibukkan diri dengan aktivitas kelompok sebaya, dan mengambil bagian dalam tanggung jawab lingkungan. Agar kemampuan bersosialisasi mereka dapat berkembang secara maksimal perlu adanya toleransi dan fleksibilitas dari lingkungan. Tanpa adanya campur tangan dari lingkungan, kemampuan sosialisasi tunagrahita dewasa akan terhambat.

Bagi tunagrahita yang telah mengikuti program pendidikan di Sekolah Luar Biasa diharapkan bentuk-bentuk perilaku adaptif seperti tersebut di atas dapat berkembang menjadi lebih baik. Mengingat tujuan khusus pendidikan untuk tunagrahita yaitu agar dapat mengembangkan potensi dengan sebaik-baiknya, dapat menolong diri sendiri dan berguna bagi masyarakat, serta memiliki kehidupan lahir batin yang layak (Astati,1996). Pernyataan tersebut didukung pula oleh Edgerton (Kirk & Gallagher,1989) dalam mengadakan pengamatannya terhadap remaja yang didiagnosa sebagai tunagrahita sampai menjelang dewasa. Ia menemukan beberapa di antara mereka dapat menyesuaikan diri dengan masyarakat. Keberhasilan ini tentu saja tidak terlepas dari partisipasi aktif baik dari orang tua, para pendidik maupun masyarakat di lingkungan sekitarnya. Kenedy (Robert P. Ingalls,1976), dalam penelitiannya menemukan bahwa penyandang tunagrahita dewasa yang memperoleh pendidikan dengan baik, hampir sepertiga dari subyek tunagrahita adalah tenaga terampil dalam satu jenis pekerjaan. Dengan demikian tunagrahita dewasa yang telah mengikuti pendidikan yang sesuai dengan kemampuannya akan dapat mengembangkan perilaku adaptifnya dalam kehidupan sosialnya, sehingga permasalahan-permasalahan yang dihadapinya akan dapat dikurangi.



## **Penutup**

Demikianlah uraian tentang perilaku adaptif tunagrahita dewasa. Wacana ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang kondisi tunagrahita pada masa dewasa yang pada umumnya masih belum dapat mandiri secara penuh. Mereka sangat memerlukan dukungan dan motivasi dari orang terdekat dan lingkungannya, agar mereka dapat memaksimalkan perilaku adaptifnya dalam kehidupan sehari-hari dan mengurangi ketergantungannya kepada orang lain.

### DAFTAR PUSTAKA

- Astati (1996), *Pendidikan Dan Pembinaan Karier Penyandang Tunagrahita Dewasa*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Hurlock E.B. a.b. Mcitasari Tjandrasa (1991). *Perkembangan Anak*, Jilid II. Jakarta: Erlangga.
- Mardiati Busono (1988), *Diagnosis Dalam Pendidikan*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti, Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Moh. Amin (1995), *Ortopedagogik Anak Tunagrahita*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan. Direktorat Pendidikan Tinggi. Proyek Pendidikan Guru.
- Kirk & Gallagher (1989), *Educational Exceptional Childrend*. Boston: Houghton Mifflin Company
- Robert P. Ingalls (1978), *Mental Retardation, The Changing Outlook*. USA: John Willey and Sons Inc.