

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Retardasi Mental

2.1.1 Definisi Retardasi Mental

Retardasi mental adalah kelainan atau kelemahan jiwa dengan intelegensi yang kurang (subnormal) sejak masa perkembangan (sejak lahir atau sejak masa anak). Biasanya terdapat perkembangan mental yang kurang secara keseluruhan tetapi gejala yang utama ialah intelegensi yang terbelakang. Retardasi mental disebut juga oligofrenia (oligo: kurang atau sedikit dan fren: jiwa) atau tuna mental (Maramis,2009).

Retardasi mental atau tunagrahita merupakan kondisi dimana perkembangan kecerdasan mengalami hambatan sehingga tidak mencapai tahap perkembangan yang optimal (Soemantri, 2007). Retardasi mental ialah suatu keadaan perkembangan mental yang terhenti atau tidak lengkap, yang terutama ditandai oleh adanya gangguan keterampilan baik kecakapan ataupun skill selama masa perkembangan, sehingga berpengaruh pada semua tingkat intelegensi yaitu kemampuan kognitif, verbal, motorik, maupun sosial (Lumbantobing, 2006).

Retardasi mental ialah keadaan dengan intelegensi yang kurang (subnormal) sejak masa perkembangan (sejak lahir atau sejak masa anak). biasanya terdapat perkembangan mental yang kurang secara keseluruhan, tetapi gejala utama ialah intelegensi yang terbelakang. Retardasi mental disebut juga oligofrenia (oligo=kurang atau sedikit dan fren=jiwa) atau tuna mental (Muhith, 2015).

1. Retardasi mental bukan suatu penyakit walaupun retardasi mental merupakan hasil dari proses patologik di dalam otak yang memberikan gambaran keterbatasan terhadap intelektual dan fungsi adaptif.
2. Retardasi mental dapat terjadi dengan atau tanpa gangguan jiwa atau gangguan fisik lainnya.
3. Hasil bagi intelegensi (IQ = *Intelegence Quotient*) bukanlah merupakan satu-satunya patokan yang dapat dipakai untuk menentukan berat ringannya retardasi mental. Sebagai criteria dapat dipakai juga kemampuan untuk dididik atau dilatih dan kemampuan sosial atau kerja.
4. Tingkatannya mulai dari taraf ringan, sedang, sampai berat, dan sangat berat.

2.1.2 Penyebab Retardasi Mental

Penyebab kelainan mental ini adalah faktor keturunan (genetik) atau tak jelas sebabnya (simpleks) keduanya disebut retardasi mental primer. Sedangkan faktor sekunder disebabkan oleh faktor luar yang berpengaruh terhadap otak bayi dalam kandungan atau anak-anak (Muhith, 2015).

Retardasi mental menurut penyebabnya, yaitu (Muhith, 2015) :

- a. Akibat infeksi dan atau intoksikasi. Dalam kelompok ini termasuk keadaan retardasi mental karena kerusakan jaringan otak akibat infeksi intracranial, karena serum, obat atau zat toksis lainnya.
- b. Akibat rudapaksa dan atau sebab fisik lain. Rudapaksa sebelum lahir juga trauma lain, seperti sinar x, bahan kontrasepsi dan usaha melakukan aborsi dapat mengakibatkan kelainan dengan retardasi mental. Rudapaksa sesudah lahir tidak begitu sering mengakibatkan retardasi mental.

- c. Akibat gangguan metabolisme, pertumbuhan atau gizi. Semua retardasi mental yang langsung disebabkan oleh gangguan metabolisme (misalkan gangguan metabolisme lemak, karbohidrat, dan protein), pertumbuhan atau gizi termasuk dalam kelompok ini. Ternyata gangguan gizi yang berat dan yang berlangsung lama sebelum umur 4 tahun sangat mempengaruhi perkembangan otak dan dapat mengakibatkan retardasi mental. Keadaan dapat diperbaiki dengan memperbaiki gizi sebelum umur 6 tahun, sesudah ini biarpun anak itu dibanjiri dengan makanan bergizi, intelegensi yang rendah itu sudah sukar ditingkatkan.
- d. akibat penyakit otak yang nyata (postnatal). Dalam kelompok ini, termasuk retardasi mental akibat neoplasma (tidak termasuk pertumbuhan sekunder karena radapaksa atau peradangan) dan beberapa reaksi sel-sel otak yang nyata, tetapi yang belum diketahui betul etiologinya (diduga hereditas). Reaksi sel-sel otak ini dapat bersifat degeneratif, infiltratif, radang, proliferasi, sklerotik atau reparatif.
- e. Akibat penyakit atau pengaruh prenatal yang tidak jelas. Keadaan ini diketahui sudah ada sejak sebelum lahir, tetapi tidak diketahui etiologinya, termasuk anomali cranial primer dan defek congenital yang tidak diketahui sebabnya.
- f. Akibat kelainan kromosom. Kelainan kromosom mungkin terdapat dalam jumlah atau dalam bentuknya.
- g. Akibat prematuritas. Kelompok ini termasuk retardasi mental yang berhubungan dengan keadaan bayi pada waktu lahir berat badannya kurang dari 2500 gram dan/atau dengan masa hamil kurang dari 38

minggu serta tidak terdapat sebab-sebab lain seperti dalam sub kategori sebelum ini.

- h. Akibat gangguan jiwa yang berat. Untuk membuat diagnose ini harus jelas telah terjadi gangguan jiwa yang berat itu dan tidak terdapat tanda-tanda patologi otak.
- i. Akibat deprivasi psikososial. Retardasi mental dapat disebabkan oleh faktor-faktor biomedik maupun sosiobudaya.

2.1.3 Manifestasi Retardasi Mental

Menurut Maramis (2005) yang di kutib dari buku Prabowo (2014), Retardasi mental dalam PPDGJ I diklasifikasikan menjadi 4 tingkatan :

- 1) Retardasi mental ringan (IQ 52-69: umur mental 8-12 tahun), karakteristik:
 - a. Usia prasekolah tidak tampak sebagai anak retardasi mental, tetapi terlambat dalam kemampuan berjalan, bicara, makan sendiri dan lain-lain.
 - b. Usia sekolah dapat melakukan keterampilan membaca dan aritmatik dengan pendidikan khusus, diarahkan pada kemampuan aktifitas sosial.
 - c. Usia dewasa melakukan keterampilan sosial dan vokasional, diperbolehkan menikah tidak dianjurkan memiliki anak, kemampuan psikomotor tidak berpengaruh kecuali koordinasi.
- 2) Retardasi mental sedang (IQ 50-55: umur mental 3-7 tahun), karakteristik :
 - a. Usia prasekolah, kelambatan terlihat pada perkembangan motorik, terutama bicara, respon saat belajar dan perawatan diri.

- b. Usia sekolah dapat mempelajari komunikasi sederhana, dasar kesehatan, perilaku aman serta keterampilan mulai sederhana, tidak ada kemampuan membaca dan berhitung.
 - c. Usia dewasa melakukan aktifitas latihan tertentu, berpartisipasi dalam rekreasi, dapat melakukan perjalanan sendiri ketempat yang dikenal, tidak biasa membiayai sendiri.
- 3) Retardasi mental berat (IQ 20-25 s/d 35-40; umur mental <3 tahun), karakteristik :
- a. Usia prasekolah kelambatan nyata pada perkembangan motorik, kemampuan komunikasi sedikit bahkan tidak ada, bias berespon dalam perawatan diri tingkat dasar seperti makan.
 - b. Usia sekolah gangguan spesifik dalam kemampuan berjalan, memahami sejumlah komunikasi atau berespon, membantu bila dilatih sistematis.
 - c. Usia dewasa melakukan kegiatan rutin dan aktivitas berulang, perlu arahan berkelanjutan dan protektif lingkungan, kemampuan bicara minimal, menggunakan gerak tubuh.
- 4) Retardasi mental sangat berat (IQ 20-25 : umur mental seperti bayi), karakteristik :
- a. Usia prasekolah retardasi mencolok fungsi sensorimotor minimal, butuh perawatan total.
 - b. Usia sekolah, kelambatan nyata disemua area berkembang, memperlihatkan respon emosional dasar, keterampilan latihan kaki, tangan dan rahang butuh pengawasan pribadi, usia mental bayi muda.

- c. Usia dewasa mungkin biasa berjalan, butuh perawatan total biasanya diikuti dengan kelainan fisik.

Di bawah ini beberapa kelainan fisik dan gejala yang sering pada retardasi mental (Prabowo, 2014) :

1. Kelainan pada mata
 - a. Katarak :
 - (1)Syndrom cockayne
 - (2)Syndrom lowe
 - (3)Galactosemia
 - (4)Krelin
 - (5)Rebela prenatal
 - b. Bintik chorry-merah pada daerah macula
 - (1)Mukulipidosis
 - (2)Penyakit nicmann-pick
 - (3)Penyakit tay-sachs
 - c. Korioretinitis
 - (1)Lues congenital
 - (2)Penyakit sitomigaid virus
 - (3)Rubella pranatal
 - d. Kornea keruh
 - (1)Syndrom hunter
 - (2)Syndrom hurler
 - e. Kejang
 - f. Kejang umum tonik klonik

- (1) Defisiensi glikogen sintetase
 - (2) Hiperlisinemia
 - (3) Hipoglikemia terutama yang disertai glikogen storage disease I, III, IV, dan VI
 - (4) Fenylketonuria
 - (5) Sindrom malabsorpsi metionin dan lain-lain
2. Kejang pada masa neonatal
 - a. Arginosis Asiduria
 - b. Hiperammonemia I dan II
 - c. Laktik asidosis
 3. Kelainan kulit
 - a. Bintik café-au-lait
 - b. Ataksia-telangiectasia
 - c. Sindrom blom
 - d. Neurofibromatosis
 - e. Tuberous sclerosis
 4. Kelainan rambut
 - a. Rambut rontok
 Familial laktik asidosis dengan netrotising ensefalopati
 - b. Rambut cepat memutih
 - (1) Atrofi progresif serebral hemisfer
 - (2) Ataksia telangi ektasia
 - (3) Sindrom malabsorpsi metionin
 - c. Rambut halus

(1) Hipotiroid

(2) Malnutrisi

5. Kepala

- a. Mikrosefali
- b. Makrosefali
- c. Hidrosefalus
- d. Mucopolisakaridase
- e. Efusi subdural

6. Perawatan pendek

- a. Kretin
- b. Syndrom prader willi

7. Distonia

- a. Syndroma Hailer vorde-spaz

2.1.4 Klasifikasi Retardasi Mental

Prevalensi retardasi mental sekitar 1% dalam satu populasi. Di Indonesia, 1-3% penduduknya menderita kelainan ini. Insidennya sulit diketahui karena retardasi mental kadang-kadang tidak dikenali sampai anak-anak berada di usia pertengahan dimana retardasinya masih dalam taraf ringan. Insiden tertinggi pada masa anak sekolah dengan puncak umur 10 sampai 14 tahun. Retardasi mental mengenai 1,5 kali lebih banyak pada laki-laki dibandingkan dengan perempuan.

Klasifikasi retardasi mental adalah sebagai berikut (Muhith, 2015) :

Tabel 2.1 Klasifikasi Retardasi Mental

Klasifikasi retardasi mental	IQ
Retardasi mental berat sekali	IQ di bawah 20 atau 25. Sekitar 1 sampai 2% dari orang yang terkena retardasi mental
Retardasi mental berat	IQ sekitar 20-25 sampai 35-40 Sebanyak 4% dari orang yang terkena retardasi mental
Retardasi mental sedang	IQ sekitar 35-40 sampai 50-55 Sekitar 10% dari orang yang terkena retardasi mental
Retardasi mental ringan	IQ sekitar 50-55 sampai 70 Sekitar 85% dari orang yang terkena retardasi mental

Tabel 2.2 Tingkat dan Tingkah Laku Adaptif Untuk Rentang Kehidupan

Tingkat	Usia Prasekolah 0-5	Usia Sekolah 6-21	Dewasa 21+
Ringan	Anak-anak prasekolah ini dapat mengembangkan keterampilan-keterampilan sosial dan komunikasi dengan retardasi ringan pada bidang-bidang sensorik-motor. Sampai usia selanjutnya anak-anak ini jarang dibedakan dari anak normal.	Anak-anak muda yang berusia sekolah ini dapat mempelajari keterampilan-keterampilan akademis sampai kira-kira kelas VI SD pada usia mereka yang sudah belasan tahun. Secara khas mereka tidak dapat mempelajari bahan-bahan pelajaran Sekolah Menengah Umum dan membutuhkan pendidikan khusus, terutama pada tingkat usia sekolah	Orang-orang dewasa ini mampu melakukan keterampilan sosial dan vokasional bila diberi pendidikan dan latihan yang tepat. Mereka kadang-kadang membutuhkan pengawasan dan bimbingan bila mereka mengalami tekanan sosial dan ekonomis yang berat.

		menengah.	
Sedang	Anak-anak prasekolah ini dapat berbicara dan belajar berkomunikasi tetapi kurang memperlihatkan kesadaran sosial dan hanya memperlihatkan perkembangan motor yang cukup (sedang). Mereka dapat ditangani dengan pengawasan yang sederhana.	Anak-anak muda ini dapat mempelajari keterampilan-keterampilan akademis fungsional sampai kira-kira kelas IV SD pada usia mereka pada akhir belasan tahun, pendidikan khusus dibutuhkan.	Orang-orang dewasa ini mampu membiayai hidupnya sendiri dengan melakukan pekerjaan-pekerjaan yang tidak membutuhkan keterampilan atau pekerjaan-pekerjaan yang membutuhkan semi terampil, tetapi mereka memerlukan pengawasan dan bimbingan bila mereka mengalami kesulitan sosial dan ekonomis yang ringan.
Berat	Anak-anak prasekolah ini kurang memperlihatkan perkembangan motor, dan hanya berbicara sedikit. Pada umumnya, mereka tidak mampu memperoleh keuntungan dari latihan dalam membantu dirinya sendiri, dan mereka memperlihatkan sedikit keterampilan-keterampilan komunikasi atau tidak memperlihatkan keterampilan-keterampilan komunikasi.	Anak-anak muda usia sekolah ini dapat berbicara atau belajar berkomunikasi, dan dapat dilatih dalam kebiasaan-kebiasaan kesehatan yang mendasar. Mereka tidak dapat mempelajari keterampilan-keterampilan akademis fungsional, tetapi mereka dapat memperoleh keuntungan dari latihan kebiasaan-kebiasaan yang sistematis.	Orang-orang dewasa muda ini dapat menyumbang sebagian untuk memenuhi kebutuhannya sendiri dengan pengawasan yang penuh, dan mereka dapat mengembangkan keterampilan-keterampilan untuk melindungi dirinya sendiri sampai pada suatu tingkat yang sedikit berguna dalam suatu lingkungan yang terkontrol.
Sangat	Retardasi yang hebat; kemampuannya hanya	Suatu perkembangan	Orang-orang dewasa ini hanya

berat	sedikit yang berfungsi dalam bidang-bidang sensorik motor. Anak-anak ini membutuhkan perawatan.	motor pada anak-anak muda ini tetapi mereka tetapi mereka tidak memperoleh keuntungan dari latihan dalam membantu dirinya sendiri. Mereka benar-benar membutuhkan perawatan.	memperlihatkan suatu perkembangan motor dan cara berbicara. Mereka sama sekali tidak mampu memelihara dirinya sendiri dan benar-benar membutuhkan perawatan dan pengawasan.
--------------	---	--	---

2.1.5 Penatalaksanaan dan pencegahan

Menurut Maramis (2005) yang di kutib dari buku Prabowo (2014), penatalaksanaan dan pencegahan retardasi mental adalah :

- a. Peanatalaksanaan medis
 - 1) Psikostimulan untuk anak yang menunjukkan gangguan konsentrasi atau hiperaktif.
 - 2) Obat psikotropika (untuk anak dengan perilaku yang membahayakan diri)
 - 3) Anti depresan
- b. Pencegahan
 - 1) Pencegahan primer

Dapat dilakukan dengan pendidikan kesehatan pada masyarakat, perbaikan keadaan sosioekonomi, konseling genetic dan tindakan kedokteran (umpamanya perawatan prenatal yang baik, pertolongan persalinan yang baik, kehamilan pada wanita adolesen dan diatas 40 tahun dikurangi dan pencegahan peradangan otak pada anak-anak. Tiap usaha mempunyai cara sendiri untuk berbagai aspeknya).

2) Pencegahan sekunder

Meliputi diagnose dan pengobatan dini peradangan otak, peradangan subdural, kraniostenosis sutura tengkorak menutup terlalu cepat, dapat di buka dengan kraniotomi, pada mikrosefali yang congenital, operasi tidak menolong.

3) Pencegahan tersier

Merupakan pendidikan penderita atau latihan khusus, sebaiknya disekolah luar biasa (SLB) dapat diberi neroleptika kepada yang gelisah hiperaktif atau destruktif. Amfetamine dan kadang-kadang juga anti histamine berguna juga pada hiperkinesa berbiturat kadang-kadang dapat menimbulkan efek paradokal dengan menambah kegelisahan dan ketegangan dapat dicoba juga dengan obat-obatan yang memperbaiki mikrosirkulasi di otak (membuat masuknya zat asam dan makanan dari darah ke sel otak lebih mudah) atau yang langsung memperbaiki metabolisme sel-sel otak, akan tetap hasilnya, kalau ada tidak segera dapat dilihat.

2.1.6 Latihan dan Pendidikan

1. Pendidikan

Anak dengan retardasi mental secara umum ialah :

- 1) Mempergunakan dan mengembangkannya sebaik-baiknya kapasitas yang ada.
- 2) Memperbaiki sifat-sifat yang salah atau yang anti sosial
- 3) Mengajarkan suatu keahlian atau (skill) agar anak itu dapat mencari nafkah kelak (Prabowo, 2014)

2. Latihan

Latihan anak-anak ini lebih sukar dari pada anak-anak biasa karena perhatian mereka mudah sekali tertarik pada hal-hal yang lain. Harus di usahakan untuk mengikat perhatian mereka dengan merangsang pancaindra, misalnya dengan alat permainan yang berwarna atau yang berbunyi, dan semuanya harus konkret, artinya dapat di lihat, didengar dan diraba. Prinsi-prinsip ini yang mula-mula dipakai oleh Froebel dan Pestalozzi, hingga sekarang masih digunakan di taman kana-kanak. Mereka diajari membuat gedung-gedung, jembatan, menara dan sebagainya dengan blok-blok, kemudian baru membaca, menulis, dan berhitung. Selanjutnya diberi pelajaran yang praktik dan yang tidak memerlukan intelegensi yang tinggi, seperti menjahir, membuat keranjang, membuat keset dan alat-alat dari kayu (Maramis, 2009).

Latihan diberikan secara kronologis dan meliputi (Maramis, 2009) :

1) Latihan di rumah

Pelajaran-pelajaran mengenai makan sendiri, berpakaian sendiri, kebersihan badan.

2) Latihan di sekolah

Yang penting dalam hal ini ialah perkembangan rasa sosial.

3) Latihan teknis

Diberikan sesuai dengan minat, jenis kelamin dan kedudukan sosial.

Pada pria umpamanya peternakan, pertanian, pekerjaan administrasi, tukang sepatu, tukang kaya, percetakan, penjahit, dan sebagainya. Pada wanita umpamanya tukang masak, penjahit, dan sebagainya.

4) Latihan moral

Dari kecil anak harus diberitahukan apa yang baik dan apa yang tidak baik. Agar ia mengerti maka tiap-tiap pelanggaran disiplin perlu disertai dengan hukuman dan tiap perbuatan yang baik perlu disertai hadiah.

Hukuman dapat berupa : dimarahi, tidak diberikan makan yang disukai, larangan bermain untuk sementara waktu, dan sebagainya.

Hadiah dapat berupa mainan, makanan, kata-kata pujian, dan sebagainya.

Selanjutnya perhatian kita perlu juga dicurahkan pada lingkungan anak tersebut : Ayah, ibu dan orang-orang lain disekitarnya harus member contoh yang baik.

2.2 Konsep Teori Musik

2.2.1 Pengertian Terapi Musik

Musik merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dengan lagu. Musik adalah rangkaian nada yang digunakan untuk mengiringi sebuah lagu yang pada akhirnya menghasilkan harmoni antara musik dan lagunya. Jadi tanpa iringan musik, lagu belum bermakna lagu, artinya masih dalam bentuk syair atau teks saja. Pada dasarnya kata syair berasal dari kata Arab, dalam sebuah lagu mengandung sebuah kenikmatan estetik. Kenikmatan estetik dalam bahasa adalah perasaan senang yang ditimbulkan oleh pemakaian bahasa yang indah, halus, melodi yang mencerminkan selera dan cita rasa artistik pengarang atau penyairnya yang tinggi (Handayani, 2011).

Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, *ritme*, harmoni, timbre, bentuk

dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental (Eka, 2011). Terapi musik terdiri dari dua hal yaitu aktif dan pasif, dengan pendekatan aktif maka pasien dapat turut serta aktif berpartisipasi. Misalnya pada saat mendengarkan musik mereka dapat ikut serta bersenandung, menari, atau sekedar bertepuk tangan. Sedangkan yang sifatnya pasif jika pasien hanya bertindak sebagai pendengar saja, meski sebagai motorik mereka tampak pasif, namun sesungguhnya aktivitas mentalnya tetap bekerja (Kurniawan, 2011).

Berdasarkan uraian tersebut dapat diartikan bahwa terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan nada atau suara yang disusun sedemikian rupa sehingga mengandung irama, lagu, dan keharmonisan yang merupakan suatu karya sastra zaman kuno yang bernilai tinggi terdiri dari melodi, *ritme*, harmoni bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa sehingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental.

Getaran udara (vibrasi) yang dihasilkan oleh alat musik mempengaruhi getaran udara yang ada disekeliling kita. Harmonisasi nada dan irama musik mempengaruhi kesan harmoni didalam diri. Jika harmoni musik setara dengan irama mental tubuh, maka musik akan memberikan kesan yang kurang menyenangkan. Karena musik dihasilkan oleh adanya getaran udara, bukan hanya organ pendengar atau telinga saja yang mampu menangkap stimulus musik, tetapi saraf pada kulit turut merasakannya. Demikian pula organ vestibul (pada sekitar belakang telinga) yang merupakan alat kesinambungan manusia memperoleh dampak yang berarti dari adanya musik.

Vibrasi yang dihasilkan musik mempengaruhi secara fisik, sedangkan harmoni yang dihasilkan mempengaruhi secara psikis. Padahal fisik dan psikis memiliki hubungan yang timbal balik. Dengan menggunakan musik keadaan fisik dan psikis seseorang dapat dipengaruhi. Jika vibrasi dan harmoni musik yang digunakan tepat, pendengar akan merasa nyaman. Jika pendengar merasa nyaman ia akan merasa tenang. Jika metabolisme tubuhnya berfungsi maksimal ia akan merasa lebih bugar, sistem pertahanan tubuhnya akan bekerja lebih sempurna, dan kemampuan kreatifnya akan berkembang lebih baik (Djohan, 2006).

Campbell (2001) dalam bukunya efek mozart proses mendengarkan musik merupakan suatu bentuk komunikasi efektif dan memberikan pengalaman emosional. Emosi merupakan suatu pengalaman subyektif yang terdapat pada setiap manusia. Untuk dapat merasakan dan menghayati serta mengevaluasi makna dari interaksi dan lingkungan, ternyata dapat dirangsang dan dioptimalkan perkembangannya melalui musik sejak masa dini. Menurut Djohan (2006) bahwa dengan bantuan alat musik, klien juga didorong untuk berinteraksi, berimprovisasi, mendengarkan atau aktif bermain musik.

2.2.2 Efek Musik Terhadap Respon Tubuh

Djohan (2006) musik classic mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, *ritme*, melodi dan harmoni yang teratur sehingga menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang memberikan otak siap menerima masukan baru, efek rileks, dan menidurkan. Secara umum musik menimbulkan gelombang vibrasi yang dapat menimbulkan stimulus pada gendang

pendengaran. Stimulus itu di transmisikan pada gelombang saraf pusat (*limbic system*) di sentral otak yang merupakan ingatan, kemudian pada hipotalamus atau kelenjar sentral memiliki susunan saraf pusat akan mengatur segala sesuatunya untuk mengaitkan musik dengan respon tertentu.

Terdapat tiga sistem saraf dalam otak yang akan terpengaruh oleh musik yang didengar, yaitu :

1. Sistem otak yang memproses perasaan

Musik merupakan Bahasa jiwa yang mampu membawa perasaan kearah mana saja. Musik yang didengar akan merangsang sistem saraf yang akan menghasilkan suatu perasaan. Rangsangan sistem saraf ini mempunyai arti penting bagi pengobatan, karena sistem saraf merupakan bagian dalam proses fisiologis. Dalam ilmu kedokteran jiwa, jika emosi tidak harmonis maka akan mengganggu sistem lain dalam tubuh, misalnya sistem pernapasan, sistem endokrin sistem imun, sistem kardiovaskuler, sistem metabolik, sistem motorik, sistem nyeri, sistem temperatur dan lain sebagainya. Semua sistem tersebut dapat berinteraksi positif jika mendengar musik yang tepat.

2. Sistem otak kognitif

Aktifitas sistem ini dapat terjadi walaupun seseorang tidak mendengarkan atau memperhatikan musik yang sedang diputar. Musik akan merangsang sistem ini secara otomatis, walaupun seseorang tidak menyimak atau memperhatikan musik yang sedang diputar. Sistem ini dirangsang maka seseorang akan meningkatkan memori, daya ingat, kemampuan belajar, kemampuan matematika,

analisis, logika, intelegensi, dan kemampuan memilih disamping itu juga adanya perasaan bahagia dan timbulnya keseimbangan sosial.

3. Sistem otak yang mengontrol kerja otot

Musik secara langsung bisa mempengaruhi kerja otot kita. Detak jantung dan pernapasan bisa melambat atau cepat secara otomatis, tergantung alunan musik yang didengar. Bahkan bayi dan orang tidak sadarpun tetepa terpengaruh oleh alunan musik. Bahkan ada suatu penelitian tentang efek terapi musik pada pasien dalam keadaan koma ternyata denyut jantung bisa diturunkan dan tekanan darah kembali naik. Fakta ini juga bermanfaat bagi penderita hipertensi karena musik bisa mengotrol tekanan darah.

2.2.3 Konsep Media Pembelajaran dengan Lagu/Musik

Gagne Briggs berpendapat bahwa media pembelajaran adalah suatu alat yang secara fisik digunakan untuk menyampaikan isi materi pembelajaran. Media pembelajaran tersebut dapat berupa buku, *tape recorder*, kaset, video, film, *lide*, foto, gambar, televisi, dan komputer. Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran adalah suatu alat yang dapat dilihat, didengar, dan diraba oleh panca indera manusia. Alat tersebut digunakan oleh guru dalam proses pembelajaran, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik (Khasanah, 2012).

2.2.4 Manfaat Menggunakan Media Lagu/Musik

Rekaman atau isi dari lagu tersebut merupakan komunikasi dua arah maksudnya dalam proses pembelajaran kaset audio dapat dihentikan untuk menjawab pertanyaan maupun diskusi serta dapat diputar kembali.

Beberapa pakar Campbell (2002), Djohan (2002), Satyadarma (2002) yang dikutip dalam Sholikah (2015) berpendapat tentang pengaruh dari musik yang dirangkum sebagai berikut :

- 1) Musik dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak. Kesadaran bisa terdiri dari gelombang beta, yang bergetar dari 14-20 hertz (Hz). Gelombang beta terjadi apabila kita memusatkan perhatian pada kegiatan sehari hari, maupun apabila kita mengalami perasaan negatif yang kuat. Ketenangan dan kesadaran yang meningkat dicirikan oleh gelombang alfa daurnya 8-13 Hz. Semakin lambat gelombang otak, semakin santai, puas, dan damai perasaan seseorang.
- 2) Musik mempengaruhi pernapasan. Laju pernapasan yang lebih dalam dan atau lebih lambat sangat baik menimbulkan ketenangan, kondisi emosi, pemikiran yang lebih dalam, dan metabolisme yang baik. Pernapasan yang dangkal dan cepat membawa ke pemikiran yang dangkal dan terpecah-pecah, dan kecenderungan membuat kesalahan dan mengalami kecelakaan.
- 3) Musik mempengaruhi denyut jantung, denyut nadi, dan tekanan darah. Danyut jantung menanggapi variabel-variabel musik seperti frekuensi, tempo, dan volume. Semakin cepat musiknya, semakin cepat detak jantung dan semakin lambat musiknya, semakin lambat.
- 4) Musik mengurangi ketegangan otot dan memperbaiki gerak dan koordinasi tubuh. Melalui system saraf otonom, saraf pendengaran menghubungkan telinga dengan semua otot dalam tubuh, kerana itu

ketegangan, kelenturan dan kekuatan otot dipengaruhi oleh bunyi dan getaran.

- 5) Musik dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stress. Hormon ini mencakup *adrenocorticotrophic* (ACTH), prolaktin, dan hormon pertumbuhan (*human growth hormon atau HGH*).
- 6) Musik mengubah persepsi tentang ruang. Efek Mozart, musik tertentu dapat memperbaiki kemampuan otak untuk membantuk imajinasi mental dan mengenali variasi-variasi diantara objek-objek. Musik mampu memperbaiki cara kita mengalami ruang sekitar kita. Musik lambat mengandung banyak jarak diantara nada-nadanya dibandingkan musik cepat.
- 7) Musik mengubah persepsi tentang waktu. Musik bersifat klasik menimbulkan perilaku yang lebih teratur. Musik yang romantis membantu melunakan suasana yang penuh ketegangan.
- 8) Musik klasik ditemukan untuk mengurangi ketegangan dan meningkatkan kecerdasan jenis tertentu seperti kemampuan verbal dan spesial tempol penalaran. Musik juga merangsang pemikiran, memperbaiki kosentrasi dan ingatan, serta dapat meningkatkan kognitif.

2.2.5 Kelebihan dan Kekurangan Menggunakan Lagu/Musik

Menurut Suleman (2013), kelebihan dan kekurangan menggunakan media lagu/musik adalah sebagai berikut:

- 1) Kelebihan Metode Menggunakan lagu

- a. Metode ini mampu membantu siswa untuk mengembangkan, memperbanyak kesiapan serta penguasaan keterampilan dalam proses kognitif atau pengenalan siswa.
 - b. Siswa memperoleh pengetahuan yang bersifat sangat pribadi atau individual. Sehingga dapat kokoh atau mendalam tertinggal di jiwa siswa tersebut.
 - c. Dapat membangkitkan gairan belajar para siswa.
 - d. Metode ini mampu memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkembang dan maju sesuai dengan kemampuannya masing-masing.
 - e. Mampu mengarahkan cara siswa belajar, sehingga lebih memiliki motivasi yang kuat untuk belajar lebih giat.
 - f. Membantu siswa untuk memperkuat dan menambah kepercayaan pada diri sendiri dengan proses menggunakan lagu sendiri.
- 2) Kekurangan Metode Menggunakan Lagu/Musik
- a. Pada siswa harus ada kesiapan dan kematangan mental untuk cara belajar ini, siswa harus berani dan berkeinginan untuk mengetahui keadaan sekitar dengan baik.
 - b. Apabila kelas terlalu besar, penggunaan metode ini akan kurang berhasil.
 - c. Bagi guru dan siswa yang sudah biasa dengan perencanaan dan pengajaran tradisional, mungkin akan sangat kecewa bila diganti dengan metode menggunakan lagu.
 - d. Dengan metode ini ada berpendapat bahwa proses mental ini terlalu mementingkan proses pengertian saja, kurang

memperhatikan perkembangan atau pembentukan sikap dan keterampilan bagi siswa.

- e. Metode ini mungkin tidak memberikan kesempatan untuk berfikir secara kreatif.

2.2.6 Lagu sebagai Media Pembelajaran

Salah satu jenis media yang dikemukakan oleh sejumlah ahli adalah media audio. Media audio adalah media yang dimaksudkan sebagai bahan yang mengandung pesan dalam bentuk auditif (pita suara atau piringan suara), yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa, sehingga terjadi proses mengajar. Lazanov, mengemukakan musik berpengaruh pada guru dan pelajar dimana guru dapat menggunakan musik untuk menata suasana hati, mengubah keadaan mental siswa, dan mendukung lingkungan belajar. Musik membantu pelajar bekerja lebih baik dan mengingat lebih banyak, disamping itu musik juga mampu merangsang, memanjakan, dan memperkuat belajar lebih baik secara sadar maupun tidak sadar (Handayani, 2011).

Dengan menggunakan rekaman lagu akan dapat berpengaruh untuk pengajaran dimana :

- 1) Mendorong motivasi belajar siswa
- 2) Efisiensi dalam pengajaran bahasa
- 3) Menjadikan pelajaran lebih konkret, media ini dapat memperdengarkan secara langsung hal-hal, peristiwa-peristiwa yang baru terjadi, sehingga siswa termotivasi untuk menuangkan idenya dalam bentuk tulisan.

- 4) Rekaman lagu dapat diulang berkali-kali, hal ini akan menjadikan pelajaran menjadi lebih baik, karena dapat menghilangkan salah tafsir dan penguasaan bahkan akan menjadi lebih mendalam.
- 5) Mendorong berbagai kegiatan belajar, rekaman lagu memberikan keterangan-keterangan yang nyata (Handayani, 2011).

Menurut Madyawati (2016) dengan bernyanyi anak dapat mencerna kata-kata yang ada dalam lirik lagu dan dapat mengucapkannya. Selain daya ingat anak kuat untuk mengingat lirik-lirik lagu anak juga mampu berpikir kritis. Bernyanyi juga merupakan ekspresi berbahasa. Sambil bernyanyi anak dapat bergaya sesuka hatinya dan mengucapkan kata-kata yang dia sukai dalam lagu yang dinyanyikan. Campbell & Dollaghan (2012) yang dikutip dalam Madyawati (2016) menambahkan bahwa anak juga berpikir kritis untuk memahami makna yang terkandung di dalam lagu tersebut, sesuai dengan kehidupan nyata. Anak dapat menggunakan bahasa dan mengucapkan dengan memahami maksud dari kata yang diucapkan melalui mencontoh yang didengar dan dilihatnya di lingkungan.

2.3 Pengenalan Anggota Tubuh

2.3.1 Pengertian Anggota Tubuh

Anggota tubuh merupakan anggota badan seluruhnya atau segenap bagian manusia yang berupa benda yang kelihatan. Tubuh terbentuk atas banyak jaringan dan organ, masing-masing dengan fungsinya yang khusus untuk dilaksanakan. Banyak bagian tubuh yang terletak simetris misalnya anggota gerak mata dan telinga, paru-paru dan ginjal. Akan tetapi juga terdapat banyak susunan tubuh limpa terletak disebelah kanan, pankreas terletak sebagian di kiri dan sebagian di

kanan. Tubuh manusia dipelajari dalam keadaan berdiri tegak dengan kedua lengan disisi terbuka dan telapak tangan menghadap ke depan, kepala tegak dan mata tertuju lurus ke depan, letak berbagai bagian tubuh dilukiskan dengan memperbandingkannya pada garis-garis dan bidang-bidang hayal atau imajiner. Dapat disimpulkan bahwa anggota tubuh merupakan keseluruhan bagian dari anggota badan mulai dari kepala yang terletak paling atas dan kaki yang terletak pada bagian bawah yang masing-masing memiliki susunan yang bermacam-macam dan melaksanakan fungsinya masing-masing (Pearce, 2009).

Menurut Jamil (2016) berbagai informasi mengenai tubuh manusia sangat menarik untuk dijelajahi. Oleh karena, melalui belajar sambil bermain anak-anak akan teruji pengetahuan mereka secara terbuka.

Tujuan :

- 1) Melatih kecepatan atau keterampilan anak-anak dalam merespon pesan yang diberikan.
- 2) Meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang pembelajaran anatomi tubuh.

2.3.2 Fungsi Anggota Tubuh

Menurut Pearce (2009) anggota tubuh yang tersusun dengan bermacam-macam organ yang terdiri dari : kepala, mata, hidung, telinga, tangan, kaki, muka, leher, rambut, lidah, gigi, bibir, pipi, dan organ bagian dalam lainnya yang mempengaruhi stuktur tubuh. Beberapa fungsi anggota tubuh diantaranya :

a. Kepala

Kepala merupakan bagian tubuh dari leher keatas yang menjalankan fungsinya sebagai sesuatu yang terpenting, terutama, dan yang pokok dalam menjalankan aktifitas. Kepala dikendalikan oleh otak sebagai tempat pikiran dan perhitungan untuk melakukan suatu tindakan.

b. Mata

Mata adalah alat indra pada tubuh yang dipakai untuk melihat dan sangat penting untuk dipelihara dengan sebaik mungkin dari dampak lingkungan. Selain fungsinya untuk melihat dan menangkap sinar yang dipantulkan lalu di terima oleh mata, mata juga memiliki makna yang mendalam apabila di hubungkan dengan kehidupan sehari-hari, ada istilah yang mengatakan kalau mata adalah cerminan hati. Dengan sepasang mata yang dimiliki kita dapat menikmati keindahan dunia dan kebesaran Tuhan.

c. Hidung

Hidung merupakan alat pencium dan penghirup hawa atau aroma, letaknya disebelah atas mulut. Bagian-bagiannya ialah : batang hidung, lubang hidung, dan pangkal hidung.

d. Mulut

Mulut merupakan rongga atau lubang tempat gigi dan lidah bagi manusia dan makhluk lainnya. Fungsinya sebagai alat untuk mengunyah makanan dan juga tempat keluarnya suara dari pita suara dan menyampaikan informasi dan melakukan percakapan.

e. Telinga

Merupakan alat pendengar yang berfungsi untuk mendengar dan menyaring bunyi yang masuk ke dalam telinga yang tampak di kanan kiri kepala manusia. Telinga memiliki bagian –bagian diantaranya : kulit selaput dalam telinga untuk menggetarkan suara, daun telinga sebelah luar untuk menangkap suara atau bunyi.

2.3.3 Uraian Kegiatan Pembelajaran Terapi Musik Mengenal Anggota Tubuh

Permainan ini tidak membutuhkan alat bantu apapun karena hanya perlu menyebutkan nama-nama anggota tubuh

1) Cara bermain

- a. Pertama-tama, jelaskan kepada anak bahwa tubuh manusia itu memiliki banyak bagian.
- b. Sebutkan beberapa anggota tubuh saja agar mudah diingat oleh anak.
- c. Pada kesempatan lain, anda bisa menjelaskan anggota tubuh yang lain.
- d. Jangan lupa untuk menjelaskan fungsi dari masing-masing anggota tubuh tersebut.
- e. Permainan ini dimainkan dengan menggunakan lagu-lagu yang diberikan dengan anggota tubuh. Bisa menggunakan lagu berikut:

“Dua mata saya, hidung saya satu”

“Satu mulut saya, tidak berhenti makan”

“Dua tangan saya, yang kiri dan kanan”

“Dua kaki saya, pakai sepatu baru..”

- f. Sambil bernyanyi, tunjuk anggota tubuh yang disebutkan dalam lagu tersebut.

2) Manfaat

- a. Mengenalkan anggota tubuh kepada anak.
- b. Mengenalkan fungsi dari anggota tubuh.

(Raharjo, 2015)

2.4 Konsep Kurikulum

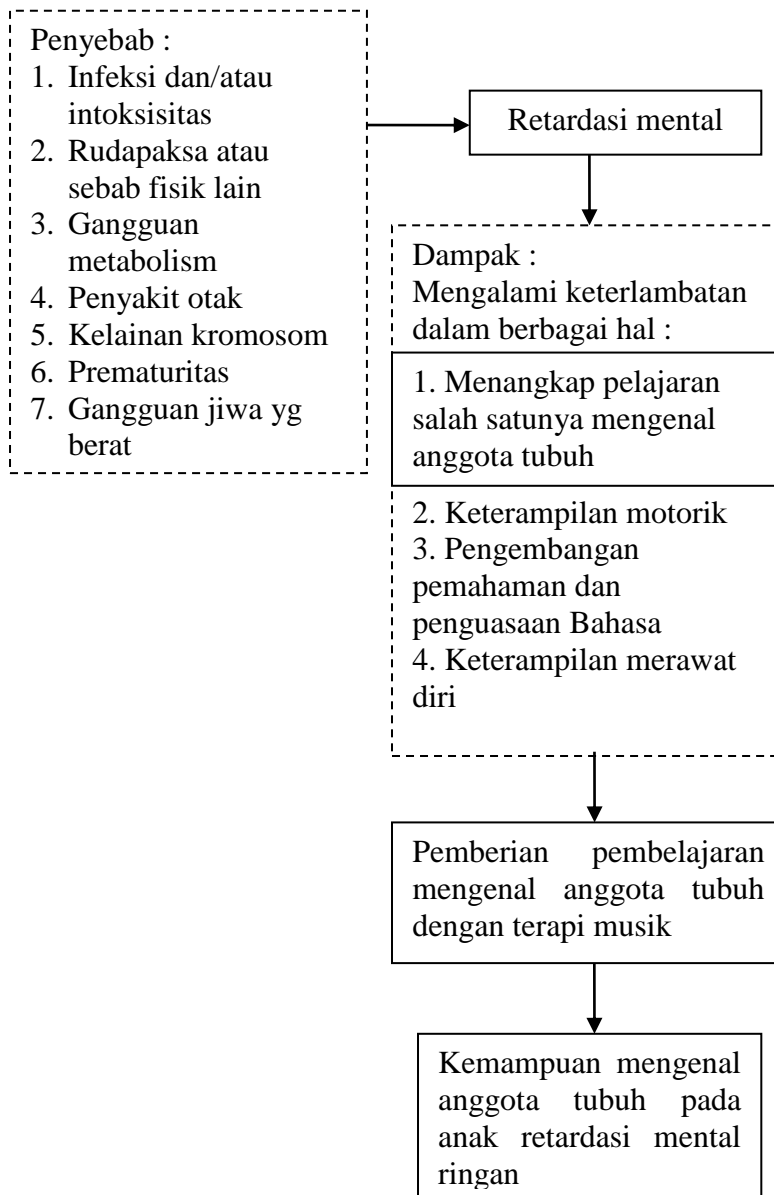
Kurikulum 2013 adalah kurikulum berbasis kompetensi. Didalamnya dirumuskan secara terpadu kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang harus dikuasai siswa. Juga dirumuskan proses pembelajaran dan penilaian yang diperlukan siswa untuk mencapai kompetensi yang diinginkan. Kurikulum 2013 ini dirancang dengan menggunakan proses pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa yang memiliki salah satu atau lebih hambatan yaitu: kecerdasan, hambatan komunikasi dan interaksi, dan hambatan perilaku.

Sejalan dengan itu, kompetensi yang diharapkan dari seorang lulusan SDLB adalah kemampuan pikir dan tindak yang *produktif dan kreatif yang sesuai dengan karakteristiknya*. Kemampuan itu diperjelas dalam kompetensi inti, yang salah satunya, “menyajikan pengetahuan dalam bahasa bisa di pahami, dalam karya yang estetis, atau dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak sehat, beriman dan berakhlak mulia”. Kompetensi itu dirancang untuk dicapai melalui proses pembelajaran kegiatan – kegiatan berbentuk tugas (*project based learning*) yang mencakup proses mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, mengasosiasi, dan mengomunikasikan.

Pencapaian Kompetensi terpadu sebagaimana rumusan itu, menuntut pendekatan pembelajaran tematik terpadu, yaitu mempelajari semua mata pelajaran secara terpadu melalui tema-tema kehidupan yang dijumpai siswa sehari-hari. Siswa diajak mengikuti proses pembelajaran terdisipliner yang menempatkan kompetensi yang dibelajarkan, dikaitkan dengan satu sama lain sebagai satu kesatuan, membentuk pembelajaran *multidisipliner*, dan *interdisipliner*, agar tidak terjadi ketumpangtindihan dan ketidakselarasan antar materi mata pelajaran. Tujuannya agar tercapai efisiensi materi yang harus dipelajari dan efektivitas pemyerapannya oleh siswa. Sesuai dengan pendekatan Kurikulum 2013, siswa diajak berani untuk mencari sumber belajar lain yang tersedia dan terbentang luas disekitarnya. Pada kurikulum 2013 terdapat 3 tema. Terdiri atas 11 subtema setiap satu tema terdiri atas 6 pembelajaran. Satu pembelajaran dialokasikan untuk 3 hari. Kesebelas subtema yang ada, direncanakan selesai dalam jangka waktu 1 tahun dan diisi dengan berbagai kegiatan yang dirancang sebagai aplikasi dari keterpaduan gagasan pada subtema 1-11. Kegiatan diarahkan untuk mengasah daya nalar dan kemampuan berpikir tingkat tinggi (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).

Menurut Suheri (2012), pada penelitiannya dengan bernyanyi proses pembelajaran pengenalan anggota tubuh pada anak retardasi mental dapat meningkatkan hasil belajar siswa secara drastis. Pemilihan media yang sesuai dengan metode mengajar dapat membantu siswa membangkitkan keinginan dan minat belajarnya, serta membangkitkan motivasi siswa dan ransangan terhadap belajar yang dilakukan selama 5 hari.

2.5 Kerangka Berpikir



Keterangan :



= Diteliti



= Tidak diteliti

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir Studi Kasus Terapi Musik Anak (Dua Mata Saya) Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengenal Anggota Tubuh Pada Anak Retardasi Mental Ringan di SDLB/C AWK Kumara II Surabaya.