

**Terapi Okupasi (Occupational Therapy) pada Anak dengan Kebutuhan Khusus**  
**Oleh Tri Budi Santoso, MSc.OT**  
**Konsultan pada Anak dengan kebutuhan khusus**  
**Email: budi.ot@gmail.com**

Si Boy (5 tahun) anak dengan ADHD mengalami problem dengan kekuatan otot tubuh yaitu otot-otot tubuh lemah sehingga keseimbangan tubuh lemah dan berjalan sering jatuh. Disamping itu ketika diajak jalan-jalan di mall Boy sering minta gendong karena mudah capai. Konsekuensinya Boy juga mengalami kesulitan untuk mengerjakan aktivitas akademik berupa menggunting, menempel, mewarnai serta menulis. Hasil tulisan yang dihasilkan acak-acakan karena spasi dan bentuk huruf belum konsisten. Rentang atensi selama aktivitas hanya 3 menit dan Boy suka meninggalkan tempat duduk ketika di kelas. Di luar kelas Boy suka lari-lari tanpa tujuan. Boy juga takut pada ketinggian seperti naik tangga, lift dan eskalator sehingga Boy tidak suka bergerak dan lebih banyak malas-malasan. Boy juga mudah tantrum ketika ia mengerjakan aktivitas yang sulit dan sering menghindar dengan cara minta pipis ke kamar mandi.

Oleh dokter, Boy di rujuk ke OT agar anak menjadi lebih baik dibidang akademik dan perilakunya. Setelah dilakukan pemeriksaan OT ternyata Boy mengalami kelemahan otot-otot tubuh terutama otot-otot tubuh bagian belakang sehingga koordinasi motorik dan keseimbangan tubuh lemah, terdapat gangguan atensi konsentrasi, hiperaktif dan impulsifitas, gangguan gravitational insecurity (takut akan ketinggian), tantrum dan motorik halus. Oleh okupasi terapis yang menangani Boy diberikan aktivitas Sensory Integration berupa aktivitas perencanaan gerak motorik pada lantai seperti merayap seperti binatang, merangkak, perosotan dan aktivitas dengan bola Gymnastic. Terapis secara bertahap meningkatkan keberanian Boy pada aktivitas melawan gravitasi dari bola Gymnastic ke ayunan secara bertahap. Disamping itu terapis juga bekerja untuk meningkatkan ketrampilan motorik halus dengan memberikan aktivitas motorik halus dengan media multisensori dan ketrampilan motorik tangan dengan mainan aktivitas kontruksional yang memiliki komponen gerakan melepas, memasang, memutar, mencabut, menyusun, dll. OT juga bekerja untuk mengelola perilaku Boy dengan modifikasi perilaku (behavior modification).

Setelah dilakukan terapi okupasi selama 18 kali sesi Boy mulai menunjukkan hal-hal yang cukup menggembirakan. Kekuatan otot tubuh Boy semakin kuat dan ketika berjalan Ia mulai jarang jatuh. Pada waktu diajak berjalan-jalan di mall Boy tidak lagi minta gendong pada ayahnya. Hasil tulisan boy masih besar-besar tetapi tulisan sudah mulai rapi. Sementara itu Boy sudah jarang lagi bangkit dari tempat duduknya. Itulah sekilas tentang apa yang dikerjakan OT pada anak dengan kasus ADHD. Orang tua Boy yang semula pesimis terhadap manfaat OT setelah melihat hasil terapi, kini mulai memahami bahwa program OT sangat bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan Boy.

Banyak orang yang belum mengetahui bahwa terapis okupasi atau dalam bahasa Inggrisnya Occupational Therapy (OT) dapat membantu banyak hal pada anak dengan kebutuhan khusus (children with special needs). Bagi orang awam profesi OT memang agak abstrak dan sulit dijelaskan dibanding profesi perawat atau bidan dimana tanpa diceritakan orang sudah tahu apa yang dikerjakan perawat atau bidan. Menjelaskan OT baru agak jelas bila disertai gambar atau film. Pada umumnya orang mengetahui tugas Ot adalah memberikan aktivitas motorik halus

padahal area yang dikerjakan OT sangat luas dan sekarang untuk OT di negara maju seperti Amerika dan Canada sudah menjurus pada bidang sub spesialis pada area tertentu misalnya khusus pada bidang *sensory integration, memory training, social skills training, dll*. Secara umum OT adalah salah satu profesi kesehatan yang membantu individu dengan gangguan fisik, mental dan atau sosial dengan menggunakan berbagai macam aktivitas terapeutik yang telah diprogram dan diadaptasi sesuai dengan kebutuhan dan kondisi anak untuk meningkatkan performa anak dalam hal aktivitas yang bersifat produktif baik di rumah maupun di sekolah seperti ketrampilan menulis, membaca, dll, aktivitas bantu diri (self care) seperti mandi, berpakaian, makan, minum, memakai sepatu, dll serta meningkatkan kemampuan bermain (play and leisure) dan interaksi sosial.

Pengertian aktivitas yang bersifat terapeutik adalah aktivitas yang memang telah dianalisis secara mendalam sehingga memiliki dampak terapeutik untuk meningkatkan performa anak dalam 3 area intervensi diatas yaitu area produktivitas (productivity), ketrampilan bantu diri/merawat dirinya sendiri (self care) dan aktivitas rekreasi anak yaitu bermain. Ketiga area tersebut adalah domain yang sangat esensial bagi anak untuk dapat berpartisipasi secara optimal dalam aktivitas kesehariannya baik di rumah, sekolah dan di masyarakat.

Pada umumnya Terapis Okupasi (occupatinal therapist) menggunakan aktivitas okupasi anak untuk meningkatkan ketrampilan yang diperlukan sebagai fondasi untuk mengembangkan ketrampilan yang diperlukan agar anak mampu melakukan aktivitas fungsional di rumah, sekolah dan masyarakat sehingga kelak menjadi anak yang mampu mandiri. Beberapa ketrampilan yang perlu dikembangkan antara lain: ketrampilan regulasi dan kontrol diri anak agar mampu berpartisipasi pada aktivitas yang diberikan, peningkatan ketrampilan untuk membedakan input dan mengintegrasikan input sensori yang masuk, mengembangkan ketrampilan motorik kasar dan halus serta koordinasi gerak, mengembangkan ketrampilan komunikasi dan interaksi sosial, meningkatkan ketrampilan kognitif dan persepsi, meningkatkan ketrampilan bantu diri, dan mengembangkan konsep diri agar anak bisa mengontrol dan memimpindirinya sendiri.

Pada umumnya sebelum diberikan terapi anak harus menjalani serangkaian proses pemeriksaan semua komponen baik fisik, sensori, kognitif, perilaku, koordinasi gerak, level kemandirian, dll. Setelah itu baru diberikan terapi sesuai dengan kondisi yang ada. Setelah itu baru kemudian terapis melakukan konsultasi dan koordinasi baik dengan orang tua, profesi lain yang menangani dan pihak sekolah jika anak sudah masuk sekolah. Secara umum OT dapat memberikan treatment pada kondisi seperti adanya gangguan neurologis seperti Cerebral Palcy, disabilitas fisik seperti Spina Bifida, Gangguan tumbuh kembang, Gangguan/Kesulitan Belajar (Learning Disability), Gangguan Mental/ Perilaku, kondisi ortopedi dan anak-anak dengan Autistik Spectrum Disorder. Secara umum OT bisa bekerja secara mandiri maupun berkolaborasi dengan profesi yang lain untuk meningkatkan performa anak pada semua bidang agar anak mampu mandiri dan berpartisipasi di masyarakat. Info tentang occupational therapy dapat diakses melalui organisasi OT sedunia atau World Federation of Occupational Therapists di [www.wfot.org](http://www.wfot.org).