



BADAN STANDAR, KURIKULUM, DAN ASESMEN PENDIDIKAN
KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA
2022

Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran

Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa Fase A – Fase F

Untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Tentang Capaian Pembelajaran

Capaian Pembelajaran (CP) merupakan kompetensi pembelajaran yang harus dicapai peserta didik pada setiap fase. Untuk mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa, capaian yang ditargetkan dimulai sejak Fase A dan berakhir di Fase F (lihat Tabel 1 untuk fase-fase mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa).

Tabel 1. Pembagian Fase Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa

Fase	Kelas dan Jenjang pada Umumnya
A	Kelas I - II SDLB (Usia Mental \leq 7 Tahun)
B	Kelas III - IV SDLB (Usia Mental \pm 8 Tahun)
C	Kelas V - VI SDLB (Usia Mental \pm 8 Tahun)
D	Kelas VII - IX SMPLB (Usia Mental \pm 9 Tahun)
E	Kelas X SMALB (Usia Mental \pm 10 Tahun)
F	Kelas XI - XII SMALB (Usia Mental \pm 10 Tahun)

CP menjadi acuan untuk pembelajaran intrakurikuler. Sementara itu, kegiatan proyek penguatan profil pelajar Pancasila tidak perlu merujuk pada CP, karena lebih diutamakan untuk proyek penguatan profil pelajar Pancasila dirancang utamanya untuk mengembangkan dimensi-dimensi profil pelajar Pancasila yang diatur dalam Keputusan Kepala BSKAP tentang Dimensi, Elemen, dan Subelemen Profil Pelajar Pancasila pada Kurikulum Merdeka. Dengan demikian, CP digunakan untuk intrakurikuler, sementara dimensi profil pelajar Pancasila untuk proyek penguatan profil pelajar Pancasila.

Sebagai acuan untuk pembelajaran intrakurikuler, CP dirancang dan ditetapkan dengan berpijak pada Standar Nasional Pendidikan terutama Standar Isi. Oleh

karena itu, pendidik yang merancang pembelajaran dan asesmen mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa tidak perlu lagi merujuk pada dokumen Standar Isi, cukup mengacu pada CP. Untuk Pendidikan dasar dan menengah, CP disusun untuk setiap mata pelajaran. Bagi peserta didik berkebutuhan khusus dengan hambatan intelektual dapat menggunakan CP pendidikan khusus. Peserta didik berkebutuhan khusus tanpa hambatan intelektual menggunakan CP reguler ini dengan menerapkan prinsip modifikasi kurikulum dan pembelajaran.

Pemerintah menetapkan Capaian Pembelajaran (CP) sebagai kompetensi yang ditargetkan. Namun demikian, sebagai kebijakan tentang target pembelajaran yang perlu dicapai setiap peserta didik, CP tidak cukup konkret untuk memandu kegiatan pembelajaran sehari-hari. Oleh karena itu pengembang kurikulum operasional ataupun pendidik perlu menyusun dokumen yang lebih operasional yang dapat memandu proses pembelajaran intrakurikuler, yang dikenal dengan istilah alur tujuan pembelajaran. Pengembangan alur tujuan pembelajaran dijelaskan lebih terperinci dalam Panduan Pembelajaran dan Asesmen.



Gambar 1. Proses Perancangan Pembelajaran dan Asesmen

Memahami CP adalah langkah pertama dalam perencanaan pembelajaran dan asesmen (lihat Gambar 1 yang diambil dari [Panduan Pembelajaran dan Asesmen](#)). Untuk dapat merancang pembelajaran dan asesmen mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa dengan baik, CP mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa perlu dipahami secara utuh, termasuk rasional mata pelajaran, tujuan, serta karakteristik dari mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta

Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa. Dokumen ini dirancang untuk membantu pendidik pengampu mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa memahami CP mata pelajaran ini. Untuk itu, dokumen ini dilengkapi dengan beberapa penjelasan dan panduan untuk berpikir reflektif setelah membaca setiap bagian dari CP mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa.

- i** Untuk dapat memahami CP, pendidik perlu membaca dokumen CP secara utuh mulai dari rasional, tujuan, karakteristik mata pelajaran, hingga capaian per fase. Pendidik di SMPLB, misalnya, perlu juga mengetahui CP untuk fase-fase sebelumnya (Fase A sampai C di SDLB) dan juga CP untuk fase-fase berikutnya (Fase E dan F di SMALB) untuk mengetahui perkembangan yang telah dan akan dialami oleh peserta didik. Begitu juga pendidik di fase-fase lainnya.

Rasional Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa

Program kebutuhan khusus merupakan suatu layanan intervensi dan/atau pengembangan yang dilakukan sebagai bentuk kompensasi atau penguatan akibat hambatan yang dialami anak berkebutuhan khusus dengan tujuan meminimalkan hambatan dan peningkatan akses dalam mengikuti pendidikan dan pembelajaran yang lebih optimal. Tujuan program kebutuhan khusus pengembangan diri dan gerak adalah memfasilitasi peserta didik yang mengalami hambatan pada salah satu atau beberapa aspek tertentu yang dialihkan dan/atau digantikan dengan anggota tubuh yang lain, agar (a) gerak otot serasi, seimbang, sehat dan kuat sehingga mampu melakukan gerakan sesuai dengan fungsinya. (b) mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan mampu mengatasi kesulitan dalam kehidupan sehari-hari. (c) memiliki pengetahuan, sikap, nilai dan kemampuan senso-motorik agar mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Peserta didik dengan hambatan gerak jenis *cerebral palsy* mengalami kerusakan pada *pyramidal tract dan extrapyramidal* yang berfungsi mengatur sistem motorik, sehingga mengalami kekakuan, gangguan keseimbangan, gerakan tidak dapat dikendalikan, dan susah berpindah tempat. Peserta didik dengan kondisi tersebut jika tidak segera mendapatkan penanganan secara khusus, akan mengalami hambatan dalam tumbuh kembang baik secara fisik, psikis, maupun sosial.

Pada proses pembelajaran mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa, peserta didik diajarkan untuk mengembangkan diri dengan berbagai kompetensi dan materi agar peserta didik mampu merawat dan mengurus diri, berkomunikasi dan bersosialisasi, cara menyelamatkan diri dan dilatih untuk melakukan berbagai gerak serta dibimbing untuk mengembangkan keterampilan hidupnya, mampu berpartisipasi dalam kehidupan bermasyarakat, serta mampu menerapkan Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) di lingkungan rumah, sekolah dan masyarakat. Pengembangan gerak diberikan agar peserta didik memiliki kemampuan gerak kontrol kepala, gerak anggota tubuh, gerak keseimbangan, kemampuan melakukan gerak pernafasan, gerakan berpindah tempat, gerak koordinasi, kemampuan menggunakan alat bantu gerak khusus untuk memenuhi kebutuhannya. Keterampilan hidup (*life skills*) adalah kemampuan untuk beradaptasi dan menunjukkan perilaku positif yang pada akhirnya memungkinkan individu untuk dapat menghadapi tuntutan dan tantangan kehidupan sehari-hari dengan efektif. Bisa bekerjasama dengan para tenaga ahli seperti Fisioterapi.

Perkembangan anak berlangsung dalam proses yang holistik atau menyeluruh, karena itu pemberian stimulus perlu dilakukan dalam kegiatan pembelajaran. Peserta didik yang mengalami hambatan gerak dalam melakukan aktivitas hidup sehari-hari, seperti: berjalan, berlari, makan minum, mandi, berpakaian, dan sebagainya. Di sekolah sebagian peserta didik mengalami kesulitan dalam belajar yang menggunakan gerakan seperti: menulis, menggambar, berolah raga, dan lain sebagainya. Anak dengan hambatan gerak mengalami gangguan motorik yang dapat diakibatkan oleh berbagai sebab, antara lain akibat penyakit Polio, *Cerebral Palsy*, *Muscle Dystrophy*, dan amputasi.

Implikasi layanan Pengembangan Diri dan Gerak yang mengutamakan prinsip fleksibilitas merupakan upaya untuk memberikan layanan pembelajaran yang berdiferensiasi dan berpihak pada peserta didik. Orientasi pada peserta didik dapat

dilakukan apabila guru menyusun program berdasarkan hasil asesmen. Guru dapat menyesuaikan capaian pembelajaran sesuai dengan kondisi peserta didik dengan mengambil capaian pembelajaran sesuai fasenya, fase sebelumnya, atau fase selanjutnya. Keberagaman kemampuan Peserta Didik Berkebutuhan Khusus (PDBK) dengan hambatan gerak yang disertai dengan hambatan lain dapat melengkapi program Pengembangan Diri dan Gerak dengan program kebutuhan khusus lainnya.

- ? Setelah membaca bagian Rasional Mata Pelajaran, apakah dapat dipahami mengapa mata pelajaran ini penting? Apakah dapat dipahami tujuan utamanya?

Tujuan Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa

Mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa peserta didik mampu mengembangkan diri melalui aktivitas merawat, mengurus dan menyelamatkan diri, dapat berkomunikasi dan bersosialisasi, mampu mengembangkan gerak, mengemukakan perasaan. Untuk hal tersebut diperlukan strategi, model, media, dan pendekatan pembelajaran yang tepat. Pembelajaran program kebutuhan khusus akan bermakna jika diberikan sesuai dengan kebutuhan peserta didik, sehingga dapat mewujudkan profil pelajar Pancasila dengan membentuk pribadi yang beriman, bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, dan berakhlak mulia, berfikir kritis, mandiri, kreatif, bergotong royong, dan berkebinekaan global.

Mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa bertujuan untuk mengembangkan hal-hal sebagai berikut:

1. memiliki akhlak mulia dengan akhlak beragama, akhlak pribadi; akhlak kepada manusia; akhlak kepada alam; dan akhlak bernegara.
2. merawat dan mengurus diri, serta menyelamatkan diri dari bahaya yang mengancam dirinya.
3. mengembangkan potensi diri, mandiri, dan dapat mengontrol diri.

4. mengembangkan kemampuan gerak pada anggota tubuh yang mengalami kesulitan bergerak agar dapat berfungsi dengan optimal serta mengembangkan kemampuan gerak kontrol kepala, gerak anggota tubuh, gerak keseimbangan, kemampuan melakukan gerak pernafasan, gerakan berpindah tempat, gerak koordinasi, kemampuan menggunakan alat bantu gerak khusus untuk memenuhi kebutuhannya.
5. mengembangkan gerak otot agar sehat, dan kuat sehingga mampu melakukan gerakan sesuai dengan fungsinya.
6. mengembangkan dan melatih kegiatan merawat, mengurus dan menyelamatkan diri secara berkesinambungan agar mampu mengatasi kebutuhan hidupnya.
7. berkomunikasi dan bersosialisasi di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.
8. mengembangkan kecakapan hidup yang dimiliki.
9. menyesuaikan diri dengan lingkungan dan mengatasi kesulitan dalam kehidupan sehari-hari.

❓ Setelah membaca tujuan mata pelajaran di atas, dapatkah Anda mulai membayangkan bagaimana hubungan antara kompetensi dalam CP dengan pengembangan kompetensi pada profil pelajar Pancasila? Sejauh mana Anda sebagai pengampu mata pelajaran ini, mendukung pengembangan kompetensi tersebut?

Karakteristik Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa

► Deskripsi

Mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa menjadi modal dasar dalam melakukan aktivitas sehari-hari karena fokus pada kemampuan mengembangkan diri dan mengembangkan gerak. Pengembangan diri dan gerak merupakan segala usaha, bantuan berupa bimbingan dan latihan, yang dilakukan secara terencana dan terprogram terhadap peserta didik yang mengalami hambatan gerak baik sebagai individu maupun sebagai makhluk sosial, sehingga peserta didik mampu mengurus diri, merawat diri, menyelamatkan diri, berkomunikasi dan bersosialisasi serta melakukan mobilisasi (bergerak-berpindah tempat) dalam kehidupan sehari-hari. Implementasi program pengembangan diri dan gerak dilaksanakan sesuai dengan jumlah jam pelajaran pada struktur kurikulum.

Karakteristik mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa bagi peserta didik dengan hambatan gerak mencakup beberapa hal sebagai berikut:

- a. pelaksanaan Program Khusus Pengembangan Diri dan Gerak dilakukan berdasarkan hasil asesmen, yaitu profil peserta didik yang memuat kemampuan, hambatan, dan kebutuhan.
- b. pengembangan diri dan gerak dilaksanakan secara individual sesuai dengan spesifikasi, klasifikasi dan derajat kekuatan otot serta kemampuan gerak peserta didik.
- c. pengembangan Diri:
 - 1) merawat dan mengurus diri;
 - 2) menyelamatkan diri;
 - 3) berkomunikasi dan bersosialisasi dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari;
 - 4) mengembangkan keterampilan hidup.

d. pengembangan Gerak:

- 1) melakukan gerak kontrol kepala, melakukan gerak anggota tubuh (tangan, kaki, badan);
- 2) melakukan gerak pernapasan;
- 3) melakukan gerak pindah diri;
- 4) melakukan gerak koordinasi (motorik kasar dan motorik halus), koordinasi mata dan tangan, koordinasi mata dan kaki) serta keseimbangan tubuh;
- 5) menggerakkan dan menggunakan alat bantu yang dipakai, alat bantu gerak dan alat bantu yang sesuai dengan kebutuhannya masing-masing.

Program pengembangan diri dan gerak mencakup beberapa hal yang berhubungan dengan kepentingan peserta didik sehari - hari dan tidak lepas dari keterampilan pengembangan diri dan gerak untuk ADL (*Activity of Daily Living*). Kemampuan merawat, mengurus, dan menyelamatkan diri merupakan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik agar dapat memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari dengan atau tanpa bantuan orang lain.

Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa bagi peserta didik dengan hambatan gerak adalah serangkaian kegiatan pengembangan atau latihan yang dilakukan oleh guru yang profesional secara terencana dan terprogram terhadap individu yang mengalami gangguan pada otot, sendi, dan atau tulang secara individu.

► Elemen Mata Pelajaran Dan Deskripsi

Elemen	Deskripsi
Gerak, koordinasi, keseimbangan tubuh dan alat bantu gerak	<p>Mengenal anggota tubuh dan posisi</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengenal anggota tubuh, menunjukkan anggota tubuh, menyebutkan anggota tubuh. Mengenal berbagai arah (depan, belakang, kanan, kiri, atas dan bawah), Mengenal berbagai arah sesuai mata angin (utara, selatan, barat dan timur), mengenal posisi, memposisikan tubuh tegak, tubuh menghadap depan, tubuh menghadap kanan, tubuh menghadap kiri, tubuh menghadap belakang. <p>Gerak Kontrol Kepala</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengangkat kepala dalam posisi tengkurap/duduk, mempertahankan kepala tegak dalam posisi duduk, merangkak dan berdiri, gerakan kepala dengan beban/ benda diatas kepala, menggerakkan kepala ke kanan dan ke kiri, keatas dan ke bawah, serta kearah melipat, menggerakkan kepala berputar ke kiri dan ke kanan, menggerakkan kepala mengikuti irama. <p>Gerak kontrol anggota tubuh (tangan)</p> <ul style="list-style-type: none">• Mendorong benda dari yang ringan sampai yang berat, memukul benda dengan kepalan, menarik benda dengan berbagai macam berat, memotong benda dengan pisau/gunting, melipat kertas/kain, meremas – remas kertas dan meraih benda di atas kepala. <p>Gerak kontrol anggota tubuh (kaki)</p> <ul style="list-style-type: none">• Menggerakkan kaki ke arah depan, berselonjoran, menekuk, melipat, meluruskan posisi tumit, menggerakkan kaki ke arah kanan dan kiri, jongkok, berdiri dengan tanpa bantuan, mengangkat tumit, berjalan di tempat, berjalan dengan/tanpa bantuan, berjalan dengan benar/cepat.

Elemen	Deskripsi
	<p>Gerak kontrol tubuh/badan</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengangkat bahu naik turun, menggerakkan bahu ke depan dan ke belakang, mengayuh/meliukkan bahu ke kanan dan ke kiri, membungkuk ke depan dan ke belakang, meliukkan badan ke kanan dan ke kiri. <p>Gerak pernafasan</p> <ul style="list-style-type: none">• Gerak pernafasan dada dengan irama/hitungan, gerak pernafasan perut dengan irama/hitungan. <p>Gerak pindah diri</p> <ul style="list-style-type: none">• Bergerak sesuai dengan kemampuan, merangkak dengan gerakan yang benar, melangkah dengan pola, melangkah dan berlenggang dengan wajar dan benar, berjalan dengan rembetan, berjalan dengan <i>paralel bar</i>, berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik/turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik/turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri, berjalan dengan wajar. <p>Gerak pindah diri dengan membawa beban</p> <ul style="list-style-type: none">• Memindahkan barang dari lantai ke atas meja atau sebaliknya, mengambil benda dari tempat yang lebih tinggi dibawa ke tempat yang rendah/sebaliknya, berjalan dengan membawa benda (dari ringan ke berat), berjalan dengan mendorong sesuatu (kursi roda).

Elemen	Deskripsi
	<p>Gerak koordinasi</p> <p>Gerak koordinasi motorik kasar</p> <ul style="list-style-type: none">• Menendang bola, memasukan bola ke keranjang/sasaran, merangkak masuk terowongan, melempar dan menangkap, memukul benda dengan alat, memukul benda dengan tangan. <p>Gerak koordinasi motorik halus.</p> <ul style="list-style-type: none">• Menggunting/merobek kertas, plastik atau kain, melipat/menempel kertas, mewarnai gambar, meronce manik-manik, memasukan benang pada jarum, menulis. <p>Gerak koordinasi mata dan tangan</p> <ul style="list-style-type: none">• Meletakkan benda dengan berbagai posisi, mengambil benda dari berbagai posisi, jurusan/letak, menyusun benda dari yang panjang berurutan sampai yang terpendek, menyusun berbagai balok kayu, membongkar/pasang puzzle. <p>Gerak koordinasi mata dan kaki</p> <ul style="list-style-type: none">• Melangkahkan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran.• Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing.

Elemen	Deskripsi
Merawat, mengurus, dan menyelamatkan diri	<p>Merawat Diri</p> <ul style="list-style-type: none">• Kemampuan peserta didik mengenal alat kebersihan tubuh, memahami fungsi alat kebersihan tubuh, mencuci tangan dan kaki, memelihara dan menjaga kebersihan tangan dan kaki, mencuci muka dan menggosok gigi, memelihara dan menjaga kebersihan tangan dan kaki, menjaga kebersihan gigi, mulut, hidung dan telinga, mencuci mulut, hidung dan telinga. Membersihkan diri setelah buang air kecil dan air besar.• Memahami jenis peralatan mandi dan pentingnya mandi, menjelaskan fungsi peralatan mandi, memahami jenis peralatan merawat dan menjaga kebersihan kuku, memotong/menggunting kuku tangan dan kuku kaki.• Mengenal peralatan mencuci rambut, memahami fungsi peralatan mencuci rambut dan mencuci rambut menyisir rambut, mengikat rambut.• Memahami fungsi toilet, memelihara kebersihan toilet, menggunakan toilet, memanfaatkan air dengan hemat.

Elemen	Deskripsi
	<p>Mengurus Diri</p> <ul style="list-style-type: none">• Kemampuan peserta didik mengenal alat makan dan minum, makan menggunakan tangan atau anggota tubuh lain yang dapat difungsikan, minum menggunakan gelas atau cangkir, menggunakan sedotan, memahami cara makan menggunakan alat, makan dengan menggunakan alat (sendok, dan garpu) memahami jenis makanan berkuah, makan makanan berkuah memahami cara membersihkan peralatan makan, disiplin menerapkan waktu makan, memahami jenis makanan (makanan sehat, makanan olahan, makanan instan, dan makan makanan sehat), membersihkan peralatan makan, memahami jenis makanan Indonesia dan internasional, makan dengan menggunakan alat (sendok, garpu dan pisau) secara mandiri.• Memahami cara mengenakan dan melepas pakaian, cara mengenakan dan melepas kaos kaki dan sepatu, mengenakan dan melepas kaos kaki, mengenakan dan melepas sepatu tali dan tanpa tali. Memahami cara mengenakan jilbab atau topi dan memahami manfaat memakai jilbab atau topi, memakai dan melepas dasi, memahami cara memakai alat beribadah, memakai dan melepas pakaian untuk beribadah, memasang dan melepas kancing baju, menarik dan menekan <i>velcro</i> (kain perekat), resleting, memahami jenis pakaian dan mengenakan pakaian sesuai dengan peruntukannya.

Elemen	Deskripsi
	<p>Memahami cara merawat dan memelihara pakaian secara mandiri. Mengenal dan memahami jenis kelamin laki-laki dan perempuan, Mengenal dan memahami penggunaan pakaian sesuai dengan jenis kelamin, Mengenal dan memahami bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, Memahami pentingnya saling menjaga dan menghormati terhadap lawan jenis, Mengenal dan memahami masa pubertas, Mengenal dan memahami kesehatan organ reproduksi, mengenal dan memahami sistem reproduksi pada pria dan wanita.</p> <ul style="list-style-type: none">• Memahami pentingnya menggunakan masker, memakai dan melepas masker sesuai protokol kesehatan.• Merias wajah dengan alat rias sederhana, memahami pentingnya mencukur rambut kumis dan jenggot, memelihara kebersihan rambut, memakai minyak rambut, memakai jepit /aksesoris rambut, menata rambut sesuai kebutuhan, menjaga kebersihan tubuh, memakai deodorant, memakai minyak wangi. Memahami cara memelihara kebersihan kulit pentingnya membersihkan kulit, memelihara kebersihan kulit (memakai <i>body lotion</i>), melakukan kegiatan membersihkan wajah (memakai <i>cleansing, toning, moisturizing</i>), menjaga kebersihan wajah, memakai alat rias, merias wajah sesuai kebutuhan.• Memahami fungsi pembalut wanita, menggunakan pembalut wanita.

Elemen	Deskripsi
	<p>Menyelamatkan Diri</p> <ul style="list-style-type: none">• Menghindari ajakan atau bujukan orang asing/ orang yang tidak dikenal ,menghindari menerima makanan/minuman dari orang yang tidak dikenal, menghindari makan makanan berbahaya (makanan basi, makanan beracun), mengenal benda-benda berbahaya, mengamankan diri dari benda-benda berbahaya, memahami dan menghindari bahaya kendaraan, memahami jenis pelecehan (pelecehan verbal, fisik, seksual), memahami dan menghindari bahaya api/kebakaran, memahami dan menghindari bahaya listrik, menghindari bahaya binatang, memahami dan menghindari bahaya bencana alam, memahami dan menghindari tempat-tempat yang membahayakan diri, memahami bahaya perundungan, menghindari/melawan perundungan, memahami jenis perundungan (fisik, sosial, verbal), menghindari perundungan, memahami jenis obat luka, mengobati luka, menjaga keselamatan dalam ruangan/tempat yang membahayakan, memahami cara naik dan turun tangga/ lift/ eskalator dengan menggunakan alat bantu, naik dan turun tangga/lift/eskalator tanpa alat bantu dengan memperhatikan keselamatan diri, memahami cara menyeberang jalan dengan atau tanpa menggunakan alat, memahami bahaya pergaulan bebas, menghindari pergaulan bebas, memahami dan menghindari bahaya rokok, minuman keras dan NAPZA.

Elemen	Deskripsi
Berkomunikasi, bersosialisasi dan mengembangkan kecakapan hidup	<p>Berkomunikasi dan bersosialisasi</p> <ul style="list-style-type: none">• Melakukan kontak mata, terlibat dalam percakapan sederhana, menyampaikan dan menerima pesan lisan sederhana, memahami keterampilan komunikasi non-verbal (mengangguk, menggeleng dll), berbicara menggunakan kata-kata positif dan singkat, menyampaikan dan menerima pesan lisan, mengenal simbol-simbol bahasa sederhana, memahami kosakata sopan dan santun, membaca buku.• Mengetahui keluarga inti, mengenal guru dan teman di Sekolah, mengenal saudara dari ayah dan ibu, mengetahui alamat tempat tinggal, mengenal tetangga terdekat, memahami tugas sebagai murid di Sekolah, menerima tamu, melakukan tanya jawab, bermain peran, bercerita kepada orang tua, melakukan diskusi sederhana, membeli barang sesuai kebutuhan, menelpon dan menerima telepon, berkomunikasi melalui <i>video call</i>, berkomunikasi menggunakan nada suara yang ramah, menjaga sikap tubuh tetap sopan, menyampaikan dan menerima pesan suara (<i>voice note</i>), melakukan komunikasi tertulis (<i>SMS, Chat WA</i>), menulis pesan/surat sederhana analog/digital, menulis dan mengirimkan email, bercerita kepada teman dan guru, menyampaikan informasi dengan jelas, mengkombinasikan komunikasi verbal dan nonverbal, mendengarkan dengan aktif, mengajukan pertanyaan dengan singkat, menyampaikan hal yang berupa fakta.

Elemen	Deskripsi
	<ul style="list-style-type: none">Bersosialisasi dengan lingkungan setempat, menghindari gosip dan topik kontroversi, memberikan umpan balik, melakukan diplomasi, berkomunikasi dengan tidak menyinggung SARA, mengontrol emosi ketika berkomunikasi, memahami cara berkomunikasi di media sosial dengan bijak. <p>Mengembangkan kecakapan hidup</p> <ul style="list-style-type: none">Mampu menjaga bagian-bagian tubuh, mampu pergi dan pulang sekolah dengan atau tanpa diantar, mengikuti kegiatan sekolah secara mandiri, memahami pentingnya menjaga dan merawat alat bantu gerak, belanja ke warung/toko dengan atau tanpa didampingi, membereskan alat-alat tulis, bepergian bersama keluarga, membereskan tempat tidur, membersihkan meja makan, membersihkan meja belajar, membaca buku/koran/majalah analog/digital, mencuci pakaian, melipat pakaian, menyetrika pakaian, merapikan peralatan memasak, memasak masakan sederhana, menggunakan gawai dengan bijak, merawat hewan peliharaan dan merawat tanaman.

❓ Kompetensi dan/atau materi esensial apa yang terus menerus dipelajari dan dikembangkan peserta didik dari fase ke fase?
Sejauh mana Anda sudah mengajarkan seluruh elemen-elemen mata pelajaran ini?

Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa Setiap Fase

- i** Capaian Pembelajaran disampaikan dalam dua bentuk, yaitu (1) rangkuman keseluruhan elemen dalam setiap fase dan (2) capaian untuk setiap elemen pada setiap fase yang lebih terperinci. Saat membaca CP, gunakan beberapa pertanyaan berikut untuk memahami CP:
- Kompetensi apa saja yang harus dicapai peserta didik pada setiap fase?
 - Bagaimana kompetensi tersebut dapat dicapai?
 - Adakah ide-ide pembelajaran dan asesmen yang dapat dilakukan untuk mencapai dan memantau ketercapaian kompetensi tersebut?

Capaian Pembelajaran Setiap Fase

► Fase A (Usia Mental ≤ 7 Tahun, Umumnya untuk Kelas I dan II SDLB)

Pada akhir Fase A, peserta didik mampu mengenal anggota tubuh, Mengenal berbagai arah (depan, belakang, kanan, kiri, atas dan bawah), Mengenal berbagai arah sesuai mata angin (utara, selatan, barat dan timur), mengenal posisi, memposisikan tubuh tegak, tubuh menghadap depan, tubuh menghadap kanan, tubuh menghadap kiri, tubuh menghadap belakang. Mengangkat kepala dalam posisi tengkurap/duduk, mempertahankan kepala tegak dalam posisi duduk, merangkak dan berdiri, gerakan kepala dengan beban/benda diatas kepala, menggerakkan kepala ke kanan dan ke kiri, keatas dan ke bawah, serta kearah melipat, menggerakkan kepala berputar ke kiri dan ke kanan, menggerakkan kepala mengikuti irama. Menggerakkan pergelangan tangan, menggerakkan jari, mengangkat tangan ke atas, mengangkat tangan ke samping kanan dan kiri. Menggerakkan kaki ke arah depan, berselonjoran, menekuk lutut, melipat kaki. Mengangkat bahu naik turun, menggerakkan bahu ke depan dan ke belakang. Bergerak sesuai dengan kemampuan, merangkak dengan gerakan yang benar, berjalan dengan paralel bar.

Peserta didik mampu mengenal dan memahami alat kebersihan tubuh, mencuci dan memelihara kebersihan tangan dan kaki, mencuci muka dan menggosok gigi, menjaga kebersihan gigi dengan atau tanpa bantuan. Membersihkan diri setelah buang air kecil dan air besar. Memahami cara mengenakan dan melepas pakaian dalam, mengenakan dan melepas pakaian, mengenakan dan melepas kemeja/blus/rok/celana. Mengenal alat makan dan minum, makan menggunakan tangan. minum menggunakan gelas atau cangkir. Mengenal benda-benda berbahaya (tajam, runcing, licin, dan panas), memahami bahaya api/ kebakaran, menghindari bahaya api, menghindari menerima makanan/ minuman dari orang yang tidak dikenal. Menghindari bahaya binatang.

Peserta didik mampu melakukan kontak mata, terlibat dalam percakapan sederhana, menyampaikan dan menerima pesan lisan sederhana, mengenal simbol-simbol bahasa sederhana, mengenal keluarga inti, mengenal guru dan teman di Sekolah, mengetahui alamat tempat tinggal. Belanja ke warung/toko dengan didampingi. Membereskan alat-alat tulis.

► **Fase B (Usia Mental ± 8 Tahun, Umumnya untuk Kelas III dan IV SDLB)**

Pada akhir Fase B, peserta didik mendorong benda (ringan), menarik benda (ringan), memukul benda dengan kepalan tangan, melipat kertas/kain (sederhana), meremas–remas benda, meraih benda di atas kepala. Meluruskan posisi tumit, menggerakkan kaki ke arah kanan dan kiri, jongkok dengan berpegangan, berdiri dengan/tanpa bantuan, mengangkat tumit, mengayuh/meliukkan bahu ke kanan dan ke kiri, membungkuk ke depan dan ke belakang, meliukkan badan ke kanan dan ke kiri. Gerak pernafasan dada dengan irama/hitungan, gerak pernafasan perut dengan irama/hitungan. Melangkah dengan pola, melangkah dan berlenggang dengan wajar dan benar, berjalan dengan merayap di dinding. Mengambil benda dari tempat yang lebih tinggi dibawa ke tempat yang rendah/sebaliknya. Merobek (kertas, plastik atau kain), melipat/menempel kertas, mewarnai gambar, meronce manik–manik. Meletakkan benda dengan berbagai posisi, mengambil benda (ringan) dari berbagai posisi, menyusun benda dari yang panjang berurutan sampai yang terpendek, menyusun berbagai balok kayu, membongkar/pasang *puzzle*.

Peserta didik mampu menjaga kebersihan mulut, hidung dan telinga, mengenal dan memahami pentingnya mandi untuk menjaga kesehatan tubuh, melakukan kegiatan

mandi dengan atau tanpa bantuan, memelihara kebersihan tubuh, membersihkan diri setelah buang air kecil dan air besar secara mandiri, mengenal dan memahami jenis kelamin laki-laki dan perempuan, mengenal dan memahami penggunaan pakaian sesuai dengan jenis kelamin, mengenal dan memahami bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, memahami pentingnya saling menjaga dan menghormati terhadap lawan jenis, memahami cara mengenakan dan melepas kaos kaki dan sepatu, mengenakan dan melepas kaos kaki, memakai dan melepas sepatu tanpa tali dengan atau tanpa bantuan, makan dengan menggunakan tangan atau anggota tubuh lain yang dapat difungsikan dengan mandiri, mampu menggunakan sedotan untuk minum, dengan atau tanpa bantuan, dapat mengamankan diri dari benda-benda berbahaya (benda tajam, runcing, licin, dan panas), memahami bahaya banjir, menghindari bahaya banjir, berhati-hati/menghindari ajakan atau bujukan orang asing/orang yang tidak dikenal, menghindari makan makanan berbahaya (makanan basi, makanan beracun).

Peserta didik mampu melakukan tanya jawab, bermain peran, memahami keterampilan komunikasi non-verbal (mengangguk, menggeleng dll), dapat berbicara menggunakan kata-kata positif dan singkat, menyampaikan dan menerima pesan lisan, membeli barang sesuai kebutuhan, mengenal saudara dari ayah dan ibu, bercerita kepada orang tua, bepergian bersama keluarga, mengikuti kegiatan sekolah secara mandiri, dapat membereskan tempat tidur.

► **Fase C (Usia Mental ± 8 Tahun, Umumnya untuk Kelas V dan VI SDLB)**

Pada akhir Fase C peserta didik mampu meraih benda di samping kanan dan kiri, meraih benda di depan dan belakang, berjalan di tempat dengan berpegangan, berjalan dengan/tanpa bantuan. Berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik/turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik/turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri. Berjalan dengan membawa benda (ringan), berjalan dengan mendorong sesuatu (kursi roda). Menendang bola (kecil), memasukan bola ke keranjang/sasaran (besar), merangkak masuk terowongan, melempar bola, menangkap bola, memukul benda dengan alat, memukul benda dengan tangan. Menulis, menggunting (kertas, plastik atau kain, memasukan benang pada jarum. mengambil benda dari berbagai posisi jurusan/letak. Melangkahkan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran, menahan bola.

Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing – masing.

Peserta didik mampu memahami jenis peralatan merawat kuku, memotong/menggunting kuku tangan dan kuku kaki dengan atau tanpa bantuan, memelihara kebersihan kuku tangan dan kuku kaki, mengenal peralatan mencuci rambut, memahami fungsi peralatan mencuci rambut, dan mampu mencuci rambut dengan atau tanpa bantuan, mampu menyisir dan mengikat rambut. Mengetahui dan memahami masa pubertas, memahami cara mengenakan jilbab atau topi, memahami manfaat memakai jilbab atau topi, memakai dan melepas jilbab atau topi, memakai sepatu tali dengan atau tanpa bantuan. Mampu memakai dan melepas dasi, memahami cara makan menggunakan alat, mampu makan dengan menggunakan alat (sendok dan garpu) secara mandiri. Memahami bahaya listrik, mampu menghindari bahaya listrik, memahami bahaya kendaraan, menghindari tempat-tempat yang membahayakan, memahami bahaya perundungan, menghindari/melawan perundungan.

Peserta didik mampu melakukan diskusi sederhana, menelpon dan menerima telepon, melakukan komunikasi tertulis (*Short Message Service, Chat Whatsapp dll*), memahami kosakata sopan dan santun, membaca cerita sederhana. Mampu mengenal tetangga terdekat, memahami tugas sebagai murid di sekolah, menggunakan gawai, dengan bijak, membersihkan meja makan dan meja belajar serta peralatan lainnya di rumah.

► **Fase D (Usia Mental ± 9 Tahun, Umumnya untuk Kelas VII, VIII dan IX SMPLB)**

Pada akhir Fase D, peserta didik mampu mendorong benda (sedang), menarik benda (sedang), memotong benda dengan pisau /gunting (lurus), melipat kertas/kain (berpola). Berjalan di tempat tanpa berpegangan, berjalan dengan/tanpa bantuan, berjalan dengan cepat. Berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik/turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik / turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri. Berjalan dengan membawa benda (ringan, berat), berjalan dengan mendorong alat bantu. Menendang bola (kecil, sedang, besar), memasukan bola ke keranjang/sasaran (sedang), merangkak masuk terowongan, melempar bola

(sedang), melempar bola (sedang) kedalam keranjang, menangkap bola, lempar tangkap, memasukan benang pada jarum. Melangkahkahkan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran bola, menahan bola. Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing – masing.

Peserta didik mampu memahami fungsi toilet, memelihara kebersihan toilet, menggunakan toilet dengan atau tanpa bantuan. Mampu menghemat air, memahami fungsi pembalut wanita, menggunakan pembalut wanita, mengenal dan memahami kesehatan reproduksi remaja, merias wajah sederhana, memakai deodorant, memahami cara mengenakan alat beribadah, memakai dan melepas pakaian untuk beribadah, memasang dan melepas kancing baju/Velcro/resleting/. Mampu memahami jenis makanan berkuah, makan makanan berkuah dengan atau tanpa bantuan, memahami cara membersihkan peralatan makan dan membersihkan peralatan makan dengan atau tanpa bantuan. Mampu memahami bahaya gempa, menghindari bahaya gempa, memahami jenis obat luka, mengobati luka dengan atau tanpa bantuan, memahami jenis hewan berbahaya, menghindari hewan berbahaya. Mampu memahami jenis pelecehan (Pelecehan verbal, fisik, seksual).

Peserta Didik mampu menerima tamu, berkomunikasi melalui *video call*, berkomunikasi menggunakan nada suara yang ramah, menjaga sikap tubuh tetap sopan, menulis pesan/surat sederhana analog/digital, membaca buku/koran/ majalah analog/digital, bercerita kepada teman dan guru. Mampu mencuci pakaian, dengan atau tanpa bantuan, melipat pakaian, menyetrika pakaian dengan atau tanpa bantuan. Mampu menggerakkan kepala ke atas dan ke bawah, melakukan gerakan tangan memukul benda, gerakan jongkok dan berdiri, melakukan gerakan badan memutar ke kiri dan ke kanan, melakukan gerak keseimbangan tubuh berjalan tanpa alat bantu, melakukan pernapasan dada dan perut, menaiki tangga tanpa alat dengan atau tanpa bantuan orang lain, memindahkan benda pada jarak jauh, melempar dan menangkap bola, mewarnai, menulis, meronce benda (manik-manik, kancing), melangkahkahkan kaki ke berbagai arah, bermain kelereng. Dan mampu memasang alat bantu sesuai kebutuhan tanpa bantuan.

► Fase E (Usia Mental ± 10 Tahun, Umumnya untuk Kelas X SMALB)

Pada akhir Fase E, peserta didik mampu mendorong benda (berat), menarik benda (berat), memotong benda dengan pisau/gunting (pola), melipat kertas/

kain (berpola). Berjalan di tempat tanpa berpegangan, berjalan dengan/tanpa bantuan, berjalan dengan cepat. Berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik/turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik/turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri. Berjalan dengan membawa benda (berat), berjalan dengan mendorong alat bantu. Menendang bola (kecil, sedang, besar), memasukan bola ke keranjang/sasaran (kecil), melempar bola (besar), melempar bola (besar) kedalam keranjang, menangkap bola, lempar tangkap. Melangkahakan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran bola, menahan bola. Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing – masing.

Peserta didik mampu mengenal dan memahami pentingnya kesehatan organ reproduksi. Memahami jenis pakaian dan mengenakan pakaian sesuai dengan peruntukannya. Memakai minyak wangi, memahami pentingnya mencukur rambut kumis dan jenggot, Memahami cara memelihara kebersihan kulit dan wajah, Disiplin menerapkan waktu makan, memahami jenis makanan (makanan sehat, makanan olahan, makanan instan, dan makan makanan sehat), memahami dan menghindari bahaya api/kebakaran, memahami dan menghindari bahaya listrik, memahami bahaya perundungan, menghindari perundungan, menjaga keselamatan dalam ruangan/tempat yang membahayakan, memahami cara naik dan turun tangga/lift/eskalator dengan menggunakan alat bantu, naik dan turun tangga/lift/eskalator tanpa alat bantu dengan memperhatikan keselamatan diri.

Peserta didik mampu melakukan tanya jawab, bermain peran, bercerita kepada orang tua, menyampaikan dan menerima pesan suara (*voice note*), melakukan komunikasi tertulis (*SMS, Chat WA*), menyampaikan informasi dengan jelas, mendengarkan dengan aktif, mengajukan pertanyaan dengan singkat, menyampaikan hal yang berupa fakta. merapikan peralatan memasak, mampu memasak masakan sederhana dengan atau tanpa bantuan.

► **Fase F (Usia Mental ± 10 Tahun, Umumnya untuk Kelas XI dan XII SMALB)**

Pada akhir Fase F, peserta didik mampu mendorong benda (berat), menarik benda (berat), memotong benda dengan pisau/gunting (pola), melipat kertas/

kain (berpola). Berjalan di tempat tanpa berpegangan, berjalan dengan/tanpa bantuan, berjalan dengan cepat. Berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik/turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik / turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri. Berjalan dengan membawa benda (berat). Menendang bola (kecil, sedang, besar), memasukan bola ke keranjang/sasaran (kecil), melempar bola (besar), melempar bola (besar) kedalam keranjang, menangkap bola, lempar tangkap. Melangkahkan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran bola, menahan bola. Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing.

Peserta didik mampu mengenal dan memahami sistem reproduksi pria dan wanita, Membersihkan peralatan makan, memahami jenis makanan Indonesia dan internasional. Memahami cara memelihara kebersihan kulit, merias wajah sesuai kebutuhan. Memahami cara merawat dan memelihara pakaian secara mandiri. Makan dengan menggunakan alat (sendok, garpu dan pisau) secara mandiri. Mampu memahami cara menyeberang jalan dengan menggunakan alat dan menyebrang jalan dengan memperhatikan keselamatan diri. Mampu memahami bahaya pergaulan bebas, menghindari pergaulan bebas, memahami bahaya rokok, minuman keras dan NAPZA, menghindari rokok, dan minuman keras serta NAPZA.

Peserta didik mampu melakukan diskusi sederhana, membeli barang sesuai kebutuhan, menghindari gosip dan topik kontroversi, memberikan umpan balik, melakukan diplomasi Mampu berkomunikasi dengan tidak menyinggung SARA, mengontrol emosi ketika berkomunikasi, mampu menulis dan mengirimkan email, memahami cara berkomunikasi di sosial media dengan bijak, menggunakan gawai dengan bijak, merawat hewan peliharaan dan merawat tanaman.

- ❓ Setelah membaca CP di atas, menurut Anda, apakah capaian pada fase tersebut dapat dicapai apabila peserta didik tidak berhasil menuntaskan fase-fase sebelumnya? Apa yang akan Anda lakukan jika peserta didik tidak siap untuk belajar di Fase yang lebih tinggi?

Capaian Pembelajaran Setiap Fase Berdasarkan Elemen

- 💡 Saat membaca CP per elemen berikut ini, hal yang dapat kita pelajari adalah:
- Apakah ada elemen yang tidak dicapai pada suatu fase, ataukah semua elemen perlu dicapai pada setiap fase?

Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa Fase A – Fase F untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Elemen	Fase A	Fase B	Fase C
Gerak, koordinasi Dan Keseimbangan Tubuh dan Alat Bantu Gerak	<p>Peserta didik mampu mengenal anggota tubuh, menunjukkan anggota tubuh, menyebutkan anggota tubuh. Mengenal berbagai arah (depan, belakang, kanan, kiri, atas dan bawah), mengenal berbagai arah sesuai mata angin (utara, selatan, barat dan timur), mengenal posisi, memposisikan tubuh tegak, tubuh menghadap depan, tubuh menghadap kanan, tubuh menghadap kiri, tubuh menghadap belakang. Mengangkat kepala dalam posisi tengkurap /duduk, mempertahankan kepala tegak dalam posisi duduk, merangkak dan berdiri, gerakan kepala dengan beban /benda diatas kepala, menggerakkan kepala ke kanan dan ke kiri, keatas dan ke bawah, serta kearah melipat, menggerakkan kepala berputar ke kiri dan ke kanan, menggerakkan kepala mengikuti irama. Menggerakkan pergelangan tangan, menggerakkan jari, mengangkat tangan ke atas, mengangkat tangan ke samping kanan dan kiri. Menggerakkan kaki ke arah depan, berselonjoran, menekuk lutut, melipat kaki. Mengangkat bahu naik turun, menggerakkan bahu ke depan dan ke belakang. Bergerak sesuai dengan kemampuan, merangkak dengan gerakan yang benar, berjalan dengan paralel bar.</p>	<p>Peserta didik mendorong benda (ringan), menarik benda (ringan), memukul benda dengan kepalan tangan, melipat kertas/kain (sederhana), meremas – remas benda, meraih benda di atas kepala. Meluruskan posisi tumit, menggerakkan kaki ke arah kanan dan kiri, jongkok dengan berpegangan, berdiri dengan/tanpa bantuan, mengangkat tumit. mengayuh/meliukkan bahu ke kanan dan ke kiri, membungkuk ke depan dan ke belakang, meliukkan badan ke kanan dan ke kiri. Gerak pernafasan dada dengan irama/hitungan, gerak pernafasan perut dengan irama/hitungan. Melangkah dengan pola, melangkah dan berlenggang dengan wajar dan benar, berjalan dengan merayap di dinding. Mengambil benda dari tempat yang lebih tinggi dibawa ke tempat yang rendah/sebaliknya. Merobek (kertas, plastik atau kain), melipat/menempel kertas, mewarnai gambar, meronce manik – manik. Meletakkan benda dengan berbagai posisi, mengambil benda (ringan) dari berbagai posisi, menyusun benda dari yang panjang berurutan sampai yang terpendek, menyusun berbagai balok kayu, membongkar/pasang puzzle.</p>	<p>Peserta didik mampu meraih benda di samping kanan dan kiri, meraih benda di depan dan belakang, berjalan di tempat dengan berpegangan, berjalan dengan/tanpa bantuan. Berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik /turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik/ turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/ turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri. Berjalan dengan membawa benda (ringan), berjalan dengan mendorong sesuatu (kursi roda). Menendang bola (kecil), memasukan bola ke keranjang/sasaran (besar), merangkak masuk terowongan, melempar bola, menangkap bola, memukul benda dengan alat, memukul benda dengan tangan. Menulis, menggunting (kertas, plastik atau kain, memasukan benang pada jarum. mengambil benda dari berbagai posisi jurusan/letak. Melangkahkkan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran, menahan bola. Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing – masing.</p>

Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa Fase A – Fase F untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Elemen	Fase A	Fase B	Fase C
<p>Merawat, Mengurus Dan Menyelamatkan Diri</p>	<p>Pada akhir fase A, peserta didik mampu mengenal alat kebersihan tubuh, memahami fungsi alat kebersihan tubuh, mencuci tangan dan kaki dengan atau tanpa bantuan, memelihara kebersihan tangan dan kaki, mencuci muka dan menggosok gigi dengan atau tanpa bantuan. Mampu memelihara kebersihan tangan dan kaki, menjaga kebersihan gigi, membersihkan diri setelah buang air kecil dan air besar dengan atau tanpa bantuan. Memahami cara mengenakan dan melepas pakaian dalam, mengenakan dan melepas pakaian dalam dengan atau tanpa bantuan, mengenakan dan melepas kemeja/blus, celana/rok. Mampu mengenal alat makan dan minum, makan menggunakan tangan dengan atau tanpa bantuan, minum menggunakan gelas atau cangkir. Mampu mengenal benda-benda berbahaya (tajam, runcing, licin, dan panas). Memahami bahaya api/kebakaran, menghindari bahaya api, menghindari menerima makanan/minuman dari orang yang tidak dikenal, dan mampu menghindari bahaya binatang.</p>	<p>Pada akhir fase B, peserta didik mampu menjaga kebersihan mulut, hidung dan telinga, mencuci mulut, hidung dan telinga, memahami jenis peralatan mandi, menjelaskan fungsi peralatan mandi, memahami pentingnya mandi untuk menjaga kesehatan tubuh, melakukan kegiatan mandi dengan atau tanpa bantuan, memelihara kebersihan tubuh, membersihkan diri setelah buang air kecil dan air besar secara mandiri, mengenal dan memahami jenis kelamin laki-laki dan perempuan, mengenal dan memahami penggunaan pakaian sesuai dengan jenis kelamin, memahami pentingnya saling menjaga dan menghormati terhadap lawan jenis, mengenal dan memahami bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh oleh orang lain, mampu memahami cara mengenakan dan melepas kaos kaki dan sepatu, memakai dan melepas kaos kaki, memakai dan melepas sepatu tanpa tali dengan atau tanpa bantuan, makan dengan menggunakan tangan atau anggota tubuh lain yang dapat difungsikan dengan mandiri, mampu menggunakan sedotan untuk minum dengan atau tanpa bantuan, mampu mengamankan diri dari benda-benda berbahaya (benda tajam, runcing, licin, dan panas), memahami bahaya banjir, menghindari bahaya banjir, berhati-hati/menghindari ajakan atau bujukan orang asing/orang yang tidak dikenal, menghindari makan makanan berbahaya (makanan basi, makanan beracun).</p>	<p>Pada akhir fase C Peserta didik mampu memahami jenis peralatan merawat memotong/menggunting kuku tangan dan kuku kaki dengan atau tanpa bantuan, memelihara kebersihan kuku tangan dan kuku kaki. mengenal dan memahami masa pubertas. Mengenal jenis peralatan mencuci rambut, memahami fungsi peralatan mencuci rambut, mencuci rambut dengan atau tanpa bantuan, menyisir dan mengikat rambut. Memahami cara dan manfaat mengenakan jilbab atau topi, mengenakan dan melepas jilbab atau topi, memakai sepatu tali dengan atau tanpa bantuan, memakai dan melepas dasi sebagai atribut seragam sekolah.</p> <p>Memahami cara makan menggunakan alat, makan dengan menggunakan alat seperti sendok, dan garpu secara mandiri. Memahami bahaya listrik, menghindari bahaya listrik, memahami bahaya kendaraan, menghindari tempat-tempat yang membahayakan diri. Memahami dan menghindari bahaya perundungan.</p>

Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa Fase A – Fase F untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Elemen	Fase A	Fase B	Fase C
Berkomunikasi, Bersosialisasi dan Mengembangkan Kecakapan Hidup	Peserta didik mampu melakukan kontak mata, terlibat dalam percakapan sederhana, menyampaikan dan menerima pesan lisan sederhana. Mampu mengenal simbol-simbol bahasa sederhana, mengenal keluarga inti. Mengetahui guru dan teman di sekolah, mengetahui alamat tempat tinggal, pergi dan pulang sekolah secara mandiri atau dengan diantar. Mampu berbelanja ke warung/toko dengan atau tanpa didampingi, dan mampu membereskan alat-alat tulis serta benda-benda di sekitarnya.	Peserta didik mampu melakukan tanya jawab, bermain peran, memahami keterampilan komunikasi non-verbal (mengangguk, menggeleng dll), mampu berbicara menggunakan kata-kata positif dan singkat, menyampaikan dan menerima pesan lisan, membeli barang sesuai kebutuhan, mampu mengenal saudara dari ayah dan ibu, bercerita kepada orang tua, bepergian bersama keluarga, mengikuti kegiatan sekolah secara mandiri, membereskan tempat tidur dan kamar tidur dengan atau tanpa bantuan.	Peserta didik mampu melakukan diskusi sederhana, mampu berkomunikasi secara langsung dan berkomunikasi dengan menggunakan alat seperti telepon, memahami kosakata sopan dan santun Berkomunikasi dengan menggunakan bahasa yang sopan dan santun. Mampu melakukan komunikasi tertulis melalui tulisan tangan, <i>Short Message Service</i> , <i>Chat Whatsapp</i> , dan media komunikasi tertulis lainnya serta mampu membaca cerita sederhana. Mampu mengenal tetangga terdekat dan orang-orang di sekitarnya memahami tugas sebagai murid di sekolah, menggunakan gawai, dengan bijak, membersihkan meja makan dan meja belajar serta peralatan lainnya di rumah dengan atau tanpa bantuan.

Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa Fase A – Fase F untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Elemen	Fase D	Fase E	Fase F
Gerak, koordinasi Dan Keseimbangan Tubuh dan Alat Bantu Gerak	<p>Peserta didik mampu mendorong benda (sedang), menarik benda (sedang), memotong benda dengan pisau/gunting (lurus), melipat kertas/kain (berpola). Berjalan di tempat tanpa berpegangan, berjalan dengan/tanpa bantuan, berjalan dengan cepat. Berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik/turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik/turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri. Berjalan dengan membawa benda (ringan, berat), berjalan dengan mendorong alat bantu. Menendang bola (kecil, sedang, besar), memasukan bola ke keranjang/sasaran (sedang), merangkak masuk terowongan, melempar bola (sedang), melempar bola (sedang) kedalam keranjang, menangkap bola, lempar tangkap, memasukan benang pada jarum. Melangkahakan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran bola, menahan bola. Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing – masing.</p>	<p>Peserta didik mampu mendorong benda (berat), menarik benda (berat), memotong benda dengan pisau/gunting (pola), melipat kertas/kain (berpola). Berjalan di tempat tanpa berpegangan, berjalan dengan/tanpa bantuan, berjalan dengan cepat. Berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik/turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik/ turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri. Berjalan dengan membawa benda (berat), berjalan dengan mendorong alat bantu. Menendang bola (kecil, sedang, besar), memasukan bola ke keranjang/sasaran (kecil), melempar bola (besar), melempar bola (besar) kedalam keranjang, menangkap bola, lempar tangkap. Melangkahakan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran bola, menahan bola. Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing – masing.</p>	<p>Peserta didik mampu mendorong benda (berat), menarik benda (berat), memotong benda dengan pisau/gunting (pola), melipat kertas/kain (berpola). Berjalan di tempat tanpa berpegangan, berjalan dengan/tanpa bantuan, berjalan dengan cepat. Berjalan dengan alat bantu, berjalan sendiri tanpa bantuan alat dengan sasaran, naik/turun tangga dengan alat bantu jalannya, naik/turun tangga tanpa alat bantu (berpegangan), naik/turun ke/dari kursi roda, jalan mengayuh roda sendiri. Berjalan dengan membawa benda (berat). Menendang bola (kecil, sedang, besar), memasukan bola ke keranjang/sasaran (kecil), melempar bola (besar), melempar bola (besar) kedalam keranjang, menangkap bola, lempar tangkap. Melangkahakan kaki dalam berbagai pola dan bentuk, menendang bola berbagai ukuran bola, menahan bola. Memasang dan melepas alat bantu gerak yang melekat pada tubuh, menggunakan alat bantu yang bergerak, memakai alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan masing – masing.</p>

Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran Program Kebutuhan Khusus Pengembangan Diri dan Gerak untuk Peserta Didik Berkebutuhan Khusus dengan Hambatan Fisik/Tunadaksa Fase A – Fase F untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Elemen	Fase D	Fase E	Fase F
Merawat, Mengurus Dan Menyelamatkan Diri	Peserta didik mampu memahami fungsi toilet, memelihara kebersihan toilet, menggunakan toilet dengan atau tanpa bantuan, menghemat air, memahami fungsi pembalut Wanita, menggunakan pembalut wanita, mengenal dan memahami kesehatan reproduksi remaja. Merias wajah sederhana, memakai deodorant, memahami cara menggunakan alat beribadah, mengenalan dan melepas pakaian untuk beribadah, memasang dan melepas kancing baju/Velcro/resleting/. Mampu memahami jenis makanan berkuah, makan makanan berkuah dengan atau tanpa bantuan, memahami cara membersihkan peralatan makan, membersihkan peralatan makan dengan bantuan, memahami bahaya gempa, menghindari bahaya gempa, memahami jenis obat luka, mengobati luka dengan atau tanpa bantuan. Mampu memahami jenis hewan berbahaya, menghindari hewan berbahaya, dan memahami jenis pelecehan (Pelecehan verbal, fisik, seksual).	Pada akhir fase E peserta didik mampu, Mengenal dan memahami pentingnya kesehatan organ reproduksi. Memahami jenis pakaian dan mengenakan pakaian sesuai dengan peruntukannya. Memakai minyak wangi, memahami pentingnya mencukur rambut kumis dan jenggot, Memahami cara memelihara kebersihan kulit dan wajah, Disiplin menerapkan waktu makan, memahami jenis makanan (makanan sehat, makanan olahan, makanan instan, dan makan makanan sehat), memahami dan menghindari bahaya api/kebakaran, memahami dan menghindari bahaya listrik, memahami bahaya perundungan, menghindari perundungan, menjaga keselamatan dalam ruangan/tempat yang membahayakan, memahami cara naik dan turun tangga/ lift/ eskalator dengan menggunakan alat bantu, naik dan turun tangga/lift/eskalator tanpa alat bantu dengan memperhatikan keselamatan diri.	Pada akhir fase F, peserta didik mampu mengenal dan memahami sistem reproduksi pada pria dan wanita, Membersihkan peralatan makan, memahami jenis makanan Indonesia dan internasional. Memahami cara memelihara kebersihan, merias wajah sesuai kebutuhan. Memahami cara merawat dan memelihara pakaian secara mandiri, makan dengan menggunakan alat (sendok, garpu dan pisau) secara mandiri. Mampu memahami cara menyeberang jalan dengan menggunakan alat dan menyebrang jalan dengan memperhatikan keselamatan diri. Mampu memahami bahaya pergaulan bebas, menghindari pergaulan bebas, memahami bahaya rokok, minuman keras dan NAPZA, menghindari rokok, dan minuman keras serta NAPZA.
Berkomunikasi, Bersosialisasi dan Mengembangkan Kecakapan Hidup	Peserta didik mampu berkomunikasi dengan orang-orang di sekitarnya, mampu menerima tamu, berkomunikasi melalui <i>video call</i> , berkomunikasi dengan menggunakan nada suara yang ramah, menjaga sikap tubuh tetap sopan. Mengkombinasikan komunikasi verbal dan nonverbal, Mampu menulis pesan atau surat sederhana analog/digital. Mampu membaca buku majalah analog/digital, bercerita kepada teman dan guru secara sederhana. Mampu mengumpulkan pakaian kotor, mencuci pakaian dengan atau tanpa bantuan, melipat pakaian serta menyetrika pakaian dengan atau tanpa bantuan.	Peserta didik mampu melakukan tanya jawab, bermain peran, bercerita kepada orang tua, menyampaikan dan menerima pesan suara (<i>voice note</i>), melakukan komunikasi tertulis (<i>SMS, Chat WA</i>), menyampaikan informasi dengan jelas, mendengarkan dengan aktif, mengajukan pertanyaan dengan singkat, menyampaikan hal yang berupa fakta. merapikan peralatan memasak, mampu memasak masakan sederhana dengan atau tanpa bantuan.	Peserta didik mampu melakukan diskusi sederhana, membeli barang sesuai kebutuhan, menghindari gosip dan topik kontroversi, memberikan umpan balik, melakukan diplomasi Mampu berkomunikasi dengan tidak menyinggung SARA, mengontrol emosi ketika berkomunikasi, mampu menulis dan mengirimkan email, memahami cara berkomunikasi di sosial media dengan bijak, menggunakan gawai dengan bijak, merawat hewan peliharaan dan merawat tanaman.

- ❓ Setelah membaca CP, dapatkah Anda memahami:
Kemampuan atau kompetensi apa yang perlu dimiliki peserta didik sebelum ia masuk pada fase yang lebih tinggi? Bagaimana pendidik dapat mengetahui apakah peserta didik memiliki kompetensi untuk belajar di suatu fase? Apa yang akan Anda lakukan jika peserta didik tidak siap untuk belajar di fase tersebut?

Refleksi Pendidik

Memahami CP adalah langkah yang sangat penting dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran dan asesmen. Setiap pendidik perlu memahami apa yang perlu mereka ajarkan, terlepas dari apakah mereka akan mengembangkan kurikulum, alur tujuan pembelajaran, atau silabusnya sendiri ataupun tidak.

Beberapa contoh pertanyaan reflektif yang dapat digunakan untuk memandu guru dalam memahami CP, antara lain:

- Kata-kata kunci apa yang penting dalam CP?
- Apakah capaian yang ditargetkan sudah biasa saya ajarkan?
- Apakah ada hal-hal yang sulit saya pahami? Bagaimana saya mencari tahu dan mempelajari hal tersebut? Dengan siapa saya sebaiknya mendiskusikan hal tersebut?
- Sejauh mana saya dapat mengidentifikasi kompetensi yang diharapkan dalam CP ini?
- Dukungan apa yang saya butuhkan agar dapat memahami CP dengan lebih baik? Mengapa?

Selain untuk mengenal lebih mendalam mata pelajaran yang diajarkan, memahami CP juga dapat memantik ide-ide pengembangan rancangan pembelajaran. Berikut ini adalah beberapa pertanyaan yang dapat digunakan untuk memantik ide:

- Bagaimana capaian dalam fase ini akan dicapai peserta didik?
- Proses atau kegiatan pembelajaran seperti apa yang akan ditempuh peserta didik untuk mencapai CP?
 - Alternatif cara belajar apa saja yang dapat dilakukan peserta didik untuk mencapai CP?
 - Materi apa saja yang akan dipelajari? Seberapa luas? Seberapa dalam?
- Bagaimana menilai ketercapaian CP setiap fase?

Sebagian guru dapat memahami CP dengan mudah, namun berdasarkan monitoring dan evaluasi Kemendikbudristek, bagi sebagian guru CP sulit dipahami. Oleh karena itu, ada dua hal yang perlu menjadi perhatian:

1. Pelajari CP bersama pendidik lain dalam suatu komunitas belajar. Melalui proses diskusi, bertukar pikiran, mengecek pemahaman, serta berbagai ide, pendidik dapat belajar dan mengembangkan kompetensinya lebih efektif, termasuk dalam upaya memahami CP.
2. Dalam lampiran Ketetapan Menteri mengenai Kurikulum Merdeka dinyatakan bahwa pendidik tidak wajib membuat alur tujuan pembelajaran, salah satunya adalah karena penyusunan alur tersebut membutuhkan pemahaman yang mendalam tentang CP dan perkembangan peserta didik. Oleh karena itu, pendidik dapat berangsur-angsur meningkatkan kapasitasnya untuk terus belajar memahami CP hingga kelak dapat merancang alur tujuan pembelajaran mereka sendiri.