

3. Akibat gangguan metabolisme, pertumbuhan atau gizi. Semua retardasi mental yang langsung disebabkan oleh gangguan metabolisme (misalnya 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.
4. 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 herediter). Reaksi sel-sel otak ini dapat bersifat *degeneratif, infiltratif, radang, proliferasif, sklerotik* atau *reparatif*.
5. Akibat penyakit/pengaruh pranatal yang tidak jelas. Keadaan ini diketahui sudah ada sejak sebelum lahir, tetapi tidak diketahui etiologinya, termasuk *anomali kranial primer* dan *defek kogenital* yang tidak diketahui sebabnya.
6. Akibat kelainan *kromosom*. Kelainan *kromosom* mungkin terdapat dalam jumlah atau dalam bentuknya.
7. Akibat *prematuritas*. Kelompok ini termasuk retardasi mental yang berhubungan dengan keadaan bayi pada waktu lahir berat badannya

Retardasi mental ialah keadaan dengan *inteligensi* yang kurang (*subnormal*) sejak masa perkembangan (sejak lahir atau sejak masa anak). Biasanya terdapat perkembangan mental yang kurang secara keseluruhan (Maramis, 2009 : 386).

Sedangkan menurut DSM-IV (dalam Kaplan 1997 :673), mendefinisikan retardasi mental sebagai fungsi intelektual keseluruhan yang secara bermakna dibawah rata-rata yang menyebabkan atau berhubungan dengan gangguan pada perilaku *adaptif* dan bermanifestasi selama periode perkembangan yaitu, sebelum usia 18 tahun fungsi intelektual keseluruhan secara bermakna di bawah rata-rata(IQ kurang dari 70)

Disini peneliti mengambil anak retardasi mental ringan. Sedangkan retardasi mental ringan menurut (Dvidson dkk, 2006 :708) yaitu, IQ 50-55 hingga 70 dimana mereka tidak dapat selalu dibedakan dari ana-anak normal sebelum mulai bersekolah. Di usia remaja akhir biasanya mereka dapat mempelajari keterampilan akademik yang kurang lebih sama dengan level kelas 6. Ketika dewasa mereka mampu melakukan pekerjaan yang tidak memerlukan keterampilan atau di balai karya di rumah penampungan, meskipun mereka mungkin membutuhkan bantuan dalam masalah sosial dan keuangan. Mereka bisa menikah dan mempunyai anak.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku yang merupakan usaha individu untuk

Mempunyai Gambaran Diri yang Positif tentang Dirinya. Pandangan individu terhadap dirinya dapat menjadi indikator dari kualitas penyesuaian diri yang dimiliki. Pandangan tersebut mengarah pada apakah individu tersebut dapat melihat dirinya secara harmonis atau sebaliknya individu melihat adanya konflik yang berkaitan dengan dirinya. Individu yang banyak melihat pertentangan-pertentangan dalam dirinya, dapat menjadi indikasi adanya kekurangan dalam penyesuaian diri. Gambaran diri yang positif juga mencakup apakah individu yang bersangkutan dapat melihat dirinya secara realistis, yaitu secara seimbang tahu kelebihan dan kekurangan diri sendiri dan mampu menerimanya sehingga memungkinkan individu yang bersangkutan untuk dapat merealisasikan potensi yang dimiliki secara penuh.

Kemampuan untuk Mengekspresikan Perasaannya. Individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik dicirikan memiliki kehidupan emosi yang sehat. Individu tersebut mampu menyadari dan merasakan emosi atau perasaan yang saat itu dialami serta mampu untuk mengekspresikan perasaan dan emosi tersebut. Individu yang memiliki kehidupan emosi yang sehat mampu memberikan reaksi-reaksi emosi yang realistis dan tetap di bawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Relasi Interpersonal Baik. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu mencapai tingkat keintiman yang tepat dalam suatu hubungan sosial. Individu tersebut mampu bertindak laku secara berbeda terhadap orang yang berbeda karena kedekatan relasi interpersonal antara mereka yang berbeda pula. Individu mampu menikmati disukai dan dihormati

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa bentuk penyesuaian diri anak tunagrahita di antaranya yaitu ingin mandiri, memiliki keinginan sama dengan orang normal, interaksi sosial, memiliki kontrol diri, serta percaya diri. Penyebab anak tunagrahita adalah karena sakit campak dan kesulitan ekonomi keluarga subjek, sehingga anak mereka terlambat untuk mendapatkan pengobatan yang akhirnya menyebabkan tunagrahita. Faktor-faktor yang menjadi penyebab penyesuaian diri pada anak tunagrahita yaitu faktor fisik dan psikologis serta faktor lingkungan, yaitu adanya perhatian dari lingkungan, seperti anggota keluarga dan tetangga sekitar tempat tinggal subjek. Dalam upaya penyesuaian dirinya, anak tunagrahita membutuhkan peran orangtua yang baik, yaitu yang memberikan dukungan dan pengasuhan yang tepat. Peran orangtua meliputi dukungan materi, dukungan perhatian, penerimaan orangtua, nasehat dan pengasuhan.