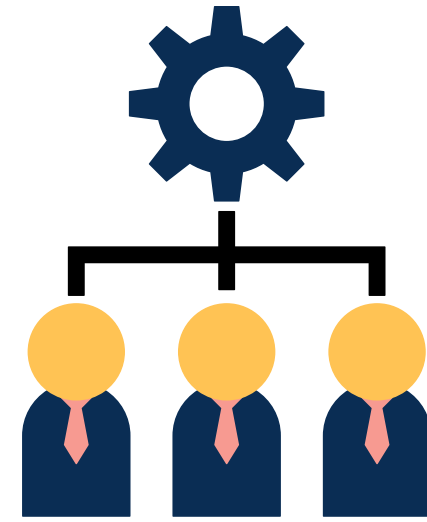




PENDIDIKAN PSIKOLOGI



**AKTIVITAS DASAR
MANUSIA**

ANGGOTA KELOMPOK 2

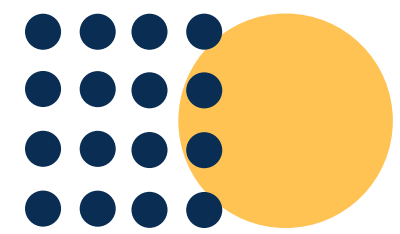


1. MECHA ADELIA SAFITRI (2513053029)

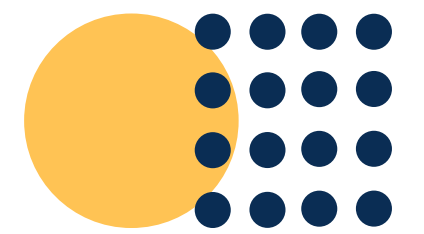
2. CHYKA AUDEA WABRYAN (2513053039)

3. M. DAFFA FIKRIANSYAH (2513053052)



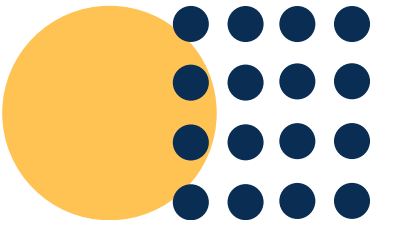


MATERI PRESENTASI



- 1** PENGERTIAN AKTIVITAS DASAR MANUSIA DAN MENURUT PARA TOKOH
- 2** JENIS – JENIS AKTIVITAS DASAR MANUSIA
- 3** FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEMAMPUAN SESEORANG DALAM MELAKUKAN AKTIVITAS DASAR MANUSIA SECARA MANDIRI
- 4** PERAN PENTING AKTIVITAS DASAR MANUSIA DALAM MEMBENTUK KEMANDIRIAN ANAK DI LINGKUNGAN SEKOLAH.
- 5** PERAN PENTING AKTIVITAS DASAR MANUSIA DALAM MEMBENTUK DISIPLIN ANAK DI LINGKUNGAN SEKOLAH.

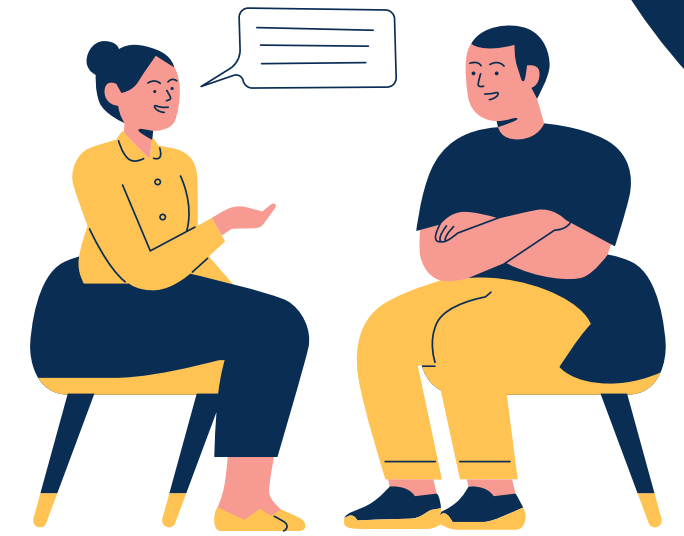
● ● ● **PENGERTIAN AKTIVITAS DASAR MANUSIA**



Secara umum, aktivitas dasar manusia adalah seluruh kegiatan pokok yang dilakukan individu untuk mempertahankan kelangsungan hidup, menjaga keseimbangan tubuh, serta memenuhi kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan spiritualnya. Aktivitas ini bersifat fundamental karena tanpa pelaksanaannya, manusia tidak dapat hidup secara optimal maupun mandiri.

Aktivitas dasar bukan hanya sekadar tindakan fisik seperti makan atau bergerak, tetapi juga mencakup proses mental dan sosial yang menunjang keberfungsian manusia sebagai makhluk biopsikososial dan spiritual.

PENGERTIAN AKTIVITAS DASAR MANUSIA MENURUT PARA TOKOH:



1. Menurut Abraham Maslow

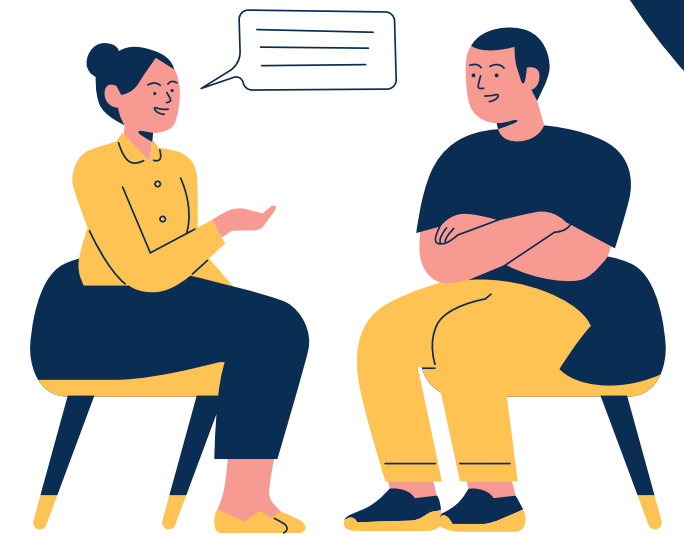
Abraham Maslow menjelaskan bahwa setiap aktivitas yang dilakukan manusia sebenarnya didorong oleh kebutuhan. Dalam teorinya yang dikenal dengan Hierarki Kebutuhan, Maslow membagi kebutuhan manusia menjadi lima tingkatan, dimulai dari kebutuhan paling dasar hingga kebutuhan tertinggi.

2. Menurut Virginia Henderson

menurut Virginia Henderson, manusia memiliki 14 kebutuhan dasar yang harus dipenuhi agar dapat hidup sehat dan mandiri. Kebutuhan tersebut tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga sosial dan spiritual, sehingga pemenuhannya secara menyeluruh sangat penting untuk mencapai kesejahteraan individu.

- a. Bernapas secara normal
- b. Makan dan minum yang cukup
- c. Buang air (eliminasi)
- d. Bergerak dan menjaga posisi tubuh
- e. Tidur dan beristirahat
- f. Memakai pakaian yang sesuai
- g. Menjaga kebersihan tubuh
- h. Berkomunikasi dengan orang lain
- i. Beribadah sesuai keyakinan
- j. Bekerja dan berekreasi

PENGERTIAN AKTIVITAS DASAR MANUSIA MENURUT PARA TOKOH:



3. Menurut Dorothea Orem

Teori Self-Care menekankan bahwa setiap individu memiliki kemampuan untuk merawat dirinya sendiri guna memenuhi kebutuhan dasar seperti makan, kebersihan, dan istirahat. Jika seseorang tidak mampu melakukan perawatan diri karena sakit atau keterbatasan, maka diperlukan bantuan. Tujuan utama teori ini adalah meningkatkan kemandirian agar kesehatan dan kesejahteraan tetap terjaga.

4. Menurut Katz (Konsep Activity of Daily Living/ADL)

Katz memperkenalkan konsep Activity of Daily Living (ADL) untuk mengukur kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas dasar sehari-hari. Aktivitas tersebut meliputi:

- a.Mandi
- b.Berpakaian
- c.Makan
- d.Menggunakan toilet
- e.Berpindah tempat
- f.Mengontrol buang air

JENIS - JENIS AKTIVITAS DASAR

1. AKTIVITAS PEMENUHAN KEBUTUHAN
FISIOLOGIS

3. AKTIVITAS KEHIDUPAN SEHARI-HARI
(ACTIVITIES OF DAILY LIVING/ADL)

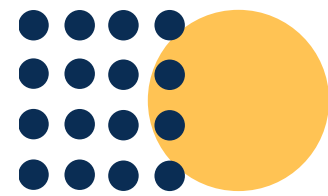
2. AKTIVITAS PERAWATAN
DIRI (SELF-CARE)

4. AKTIVITAS SOSIAL DAN
KOMUNIKASI

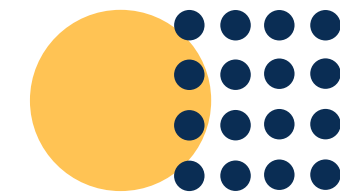


5. AKTIVITAS KEAMANAN DAN
PERLINDUNGAN





FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEMAMPUAN SESEORANG DALAM MELAKUKAN AKTIVITAS DASAR MANUSIA SECARA MANDIRI



- **Faktor Fisik dan Kesehatan Tubuh**

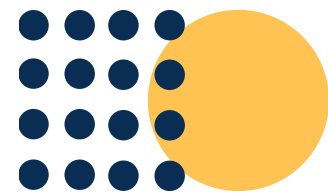
Kondisi fisik yang sehat dan fungsi organ tubuh yang optimal menjadi dasar utama kemandirian dalam melakukan aktivitas dasar. Gangguan kesehatan dapat menurunkan kemampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

- **Faktor Psikologis dan Kesehatan Mental**

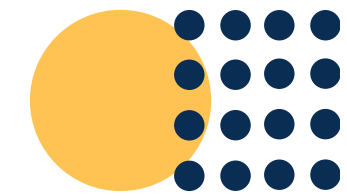
Kesehatan mental memengaruhi motivasi, kesadaran, dan kemampuan mengambil keputusan dalam merawat diri. Gangguan seperti stres atau depresi dapat menghambat kemandirian seseorang.

- **Faktor Usia dan Tahap Perkembangan**

Tingkat kemandirian berbeda pada setiap tahap usia. Anak-anak masih membutuhkan bantuan, dewasa lebih mandiri, sedangkan lansia dapat mengalami penurunan kemampuan fisik dan kognitif.



FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEMAMPUAN SESEORANG DALAM MELAKUKAN AKTIVITAS DASAR MANUSIA SECARA MANDIRI



- **Faktor Lingkungan Fisik**

Lingkungan yang aman dan nyaman mendukung kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Lingkungan yang tidak memadai dapat meningkatkan risiko cedera dan ketergantungan.

- **Faktor Pendidikan dan Pengetahuan**

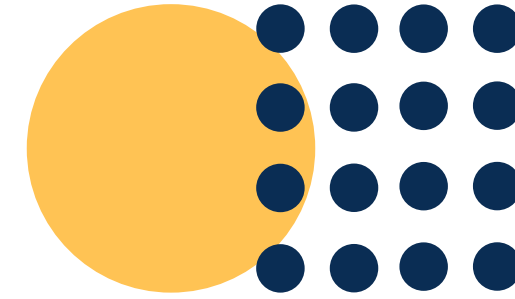
Pengetahuan membantu seseorang melakukan aktivitas dasar dengan benar, aman, dan sehat. Pendidikan membentuk kebiasaan serta keterampilan dalam merawat diri secara mandiri.

- **Faktor Ekonomi dan Sarana Pendukung**

Ketersediaan fasilitas dan alat bantu sangat memengaruhi kemampuan seseorang dalam beraktivitas secara mandiri. Kondisi ekonomi yang baik memungkinkan penyediaan lingkungan yang lebih aman dan mendukung.



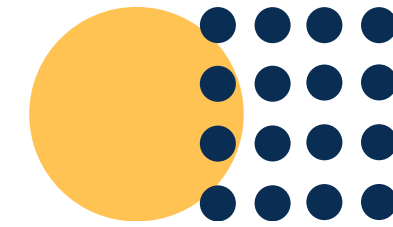
PERAN PENTING AKTIVITAS DASAR MANUSIA DALAM MEMBENTUK KEMANDIRIAN ANAK DI LINGKUNGAN SEKOLAH.



- Menurut Singgih Gunarsa dalam buku Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja (2004), kemandirian dapat berkembang dengan baik bila diberikan kesempatan untuk berkembang melalui latihan yang dilakukan sejak dini. Kemandirian semakin berkembang seiring pertambahan usia. Berikut tahapan perkembangan kemandirian
 - **Usia 0–2 tahun**
 - **Usia 2–6 tahun**
 - **Usia 6–12 tahun**
 - **Usia 12–15 tahun**
 - **Usia 15–18 tahun**



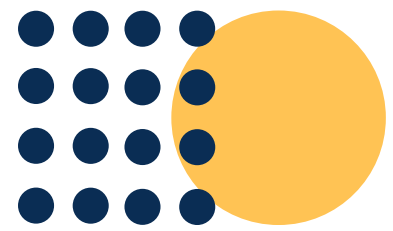
PERAN PENTING AKTIVITAS DASAR MANUSIA DALAM MEMBENTUK DISIPLIN ANAK DI LINGKUNGAN SEKOLAH.



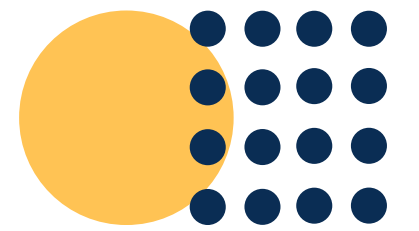
Disiplin merupakan dasar penting dalam pembentukan karakter anak sejak usia dini. Sikap disiplin tidak hanya membentuk kedisiplinan diri, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian, kemampuan beradaptasi, interaksi sosial, serta keberhasilan anak di masa depan. Peran penting sikap disiplin pada anak meliputi berbagai aspek yang relevan dengan perkembangan dan keberhasilan anak yaitu:

- 1. Pembentukan Karakter**
- 2. Pembentukan Karakter**
- 3. Kemampuan Sosial**
- 4. Kesejahteraan Mental dan Emosional**





KESIMPULAN

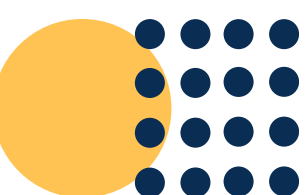
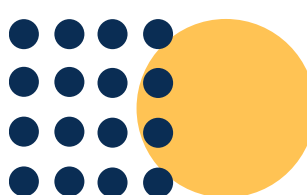


Aktivitas dasar manusia adalah fondasi kehidupan yang mencerminkan fungsi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Kegiatan seperti makan, tidur, dan komunikasi berperan penting dalam menjaga keseimbangan fisik, emosi, dan interaksi sosial. Secara teoretis, konsep ini didukung oleh Maslow (kebutuhan fisiologis sebagai dasar), Henderson dan Orem (pemenuhan kebutuhan dasar dan perawatan diri sebagai indikator kemandirian), serta Katz melalui konsep ADL yang menekankan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri sebagai penentu kualitas hidup.

Kemampuan menjalankan aktivitas dasar dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, usia, lingkungan, pendidikan, dan ekonomi yang saling berkaitan. Dalam pendidikan, kemandirian dalam aktivitas dasar menjadi landasan pembentukan disiplin, tanggung jawab, pengendalian diri, serta kesiapan belajar dan perkembangan karakter anak secara berkelanjutan.



SESI DISKUSI





TERIMA KASIH

