

INTERVENSI DINI BERBASIS *VISUAL SCHEDULE* UNTUK MELATIH KEMANDIRIAN ANAK DENGAN DISABILITAS INTELEKTUAL RINGAN

Iftitah, Renalatama Kismawiyati, Rosika Novia Megaswarie

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Argopuro Jember

Email: itsme.chika@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan program intervensi dini berbasis *visual schedule* untuk melatih kemandirian anak dengan disabilitas intelektual ringan. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan satu subjek anak usia enam tahun. Intervensi dilakukan di rumah selama enam minggu, dengan fokus pada keterampilan kemandirian anak melalui kegiatan mencuci tangan, menggosok gigi, dan memakai baju. Observasi, wawancara, dan dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *visual schedule* membantu anak memahami urutan kegiatan, meningkatkan keinginan mereka untuk berpartisipasi, dan secara bertahap membantu mereka menjadi lebih mandiri. Keberhasilan didukung oleh konsistensi pelaksanaan dan dukungan orang tua. Untuk anak dengan disabilitas intelektual ringan, *visual schedule* terbukti bermanfaat sebagai alat intervensi dini yang murah, fleksibel, dan mudah digunakan di rumah.

Kata kunci: Intervensi dini, visual schedule, kemandirian anak disabilitas intelektual ringan

PENDAHULUAN

Disabilitas intelektual ringan adalah keterbatasan kondisi intelektual dan perilaku adaptif pada tingkat ringan, ditandai dengan IQ berkisar antara 50 dan 70. Menurut Satria et al. (2023), anak disabilitas intelektual ringan masih dapat berkembang secara optimal dengan metode pendidikan yang tepat, meskipun ada kendala. Mereka biasanya memiliki kemungkinan untuk belajar keterampilan fungsional seperti keterampilan komunikasi dasar, bersosialisasi, dan membangun diri sendiri. Oleh karena itu, penting untuk memahami sifat-sifat mereka sebelum memberikan layanan pendidikan.

Salah satu bagian penting pada anak dengan disabilitas intelektual

ringan adalah pencapaian kemandirian. Kemandirian mencakup kemampuan anak untuk melakukan hal-hal seperti berpakaian, makan, mandi, dan tetap bersih sendiri. Wulandari (2021) mengatakan bahwa kemandirian merupakan indikator keberhasilan intervensi pendidikan luar biasa karena terkait dengan kualitas hidup dan integrasi sosial anak. Anak-anak yang mandiri lebih siap menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari dan cenderung lebih diterima masyarakat.

Anak-anak dengan disabilitas intelektual ringan sering menghadapi kesulitan dalam mencapai kemandirian karena keterbatasan daya ingat, kesulitan memahami instruksi verbal, dan kurangnya struktur dalam kegiatan sehari-hari. Menurut Mufidah et al.

(2024), anak-anak dengan tunagrahita ringan sering gagal menyelesaikan tugas secara utuh karena mereka tidak tahu urutan langkah-langkah yang harus diikuti. Keterbatasan ini memperlambat pencapaian keterampilan bina diri karena membuat anak disabilitas intelektual ringan bergantung pada bantuan orang dewasa.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di sebuah keluarga yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual ringan menunjukkan bahwa anak sering mengalami kebingungan saat melakukan aktivitas sederhana karena tidak memiliki penguatan yang konsisten. Anak tersebut belum mampu melakukan aktivitas dasar sehari-hari, seperti mencuci tangan, menggosok gigi, dan memakai baju. Dia belum paham urutan cara melakukan kegiatan tersebut, sehingga membutuhkan pengulangan yang intensif dan bimbingan visual yang nyata. Dalam situasi seperti ini, intervensi dapat digunakan untuk mengembangkan kemampuan anak berdasarkan kebutuhan aktivitas sehari-hari diperlukan.

Salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan keterampilan dasar anak, termasuk keterampilan kemandirian, adalah intervensi dini. Menurut Lestari (2019), intervensi dini pada masa *golden age* anak akan berdampak besar pada perkembangan otak dan perilaku mereka dalam jangka panjang. Intervensi ini dilakukan secara berkelanjutan, terencana, dan sistematis dengan tujuan

membangun pola perilaku fungsional yang dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Intervensi dini mengedepankan prinsip pencegahan ketimbang perbaikan, sehingga sangat penting dalam penanganan anak disabilitas, salah satunya disabilitas intelektual ringan. Anak disabilitas intelektual ringan yang dilatih keterampilan kemandirian sejak dini memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengembangkan rutinitas yang bermanfaat. Oleh karena itu, untuk membuat proses pembelajaran lebih menyenangkan dan efektif, pendekatan harus sesuai dengan gaya belajar dan karakteristik anak. Salah satu pelaksanaan intervensi dini yang diterapkan pada siswa disabilitas intelektual ringan adalah dengan menyusun *visual schedule*.

Visual schedule adalah media pembelajaran yang menampilkan urutan kegiatan harian dalam bentuk gambar atau simbol yang mudah dipahami oleh anak disabilitas intelektual ringan. Media visual dapat memperkuat struktur kognitif anak tunagrahita dengan membantu mereka memahami proses dan urutan aktivitas (Kwintasari dan Pangestuti, 2023). *Visual schedule* ini memudahkan anak mengenali kegiatan dengan lebih mudah.

Visual schedule menyederhanakan kegiatan menjadi gambar atau simbol yang disusun berurutan. Hal ini memungkinkan anak-anak melihat dan mengikuti setiap tahap

kegiatan secara mandiri. Mufidah et al. (2024) menemukan bahwa menggunakan *visual modeling* dan *visual schedule* dapat secara signifikan meningkatkan kemampuan berpakaian mandiri anak dengan disabilitas intelektual ringan. Ini menunjukkan fakta bahwa anak-anak lebih memahami perintah dan lebih tenang saat mengikuti kegiatan rutin dengan panduan visual yang terstruktur.

Keuntungan dari *visual schedule* adalah bahwa jadwal itu permanen dan dapat digunakan berulang kali oleh anak. Laililyah et al. (2023) menunjukkan bahwa *visual schedule* membantu anak tunagrahita ringan belajar menyikat gigi. Ini karena anak-anak dapat mengikuti instruksi secara mandiri dan tidak bingung dengan urutan langkah. Media visual juga meningkatkan daya ingat jangka pendek anak, yang sering menjadi penghalang untuk pembelajaran bina diri. *Visual schedule* juga membantu anak merasa lebih nyaman karena mereka dapat merencanakan aktivitas yang akan datang, selain memperjelas langkah-langkah aktivitas. Menurut Wulandari (2021), program jangka panjang sangat penting bagi anak-anak dengan disabilitas intelektual karena ketidakpastian sering kali menyebabkan perilaku yang tidak sesuai dengan kebutuhan. Anak lebih tenang dan siap untuk menyelesaikan kegiatan ketika ada media visual yang konsisten.

Visual schedule adalah alat bantu untuk pembelajaran fungsional yang

sangat cocok dengan fitur belajar anak dengan disabilitas intelektual ringan. Media visual yang konkret membantu orang memahami konsep urutan, mendapatkan penguatan positif, dan menjadi lebih sadar akan tanggung jawab mereka sendiri. Penggunaan alat bantu ini sesuai dengan prinsip pembelajaran diferensial yang mengutamakan keunikan setiap siswa, sehingga jadwal visual dapat digunakan dalam Program Pembelajaran Individual (PPI) untuk anak-anak dengan disabilitas intelektual ringan. *Visual schedule* ini juga bisa dimasukkan dalam intervensi dini dengan teknik *chaining*. Laililyah et al. (2023) menyatakan bahwa pelatihan berbasis *chaining* memungkinkan anak belajar tahapan kegiatan secara bertahap. Sementara itu, penguatan mendorong anak untuk menyelesaikan tugas. Kombinasi ini adalah yang terbaik untuk mempercepat pengembangan perilaku mandiri. Anak-anak merasa dihargai atas upaya mereka, dan pembelajaran menjadi lebih terarah.

Penggunaan *visual schedule* akan berhasil dengan baik apabila ada dukungan dari orang tua dan guru. Menurut Satria et al. (2023), jika *visual schedule* diterapkan secara bersamaan di rumah dan di sekolah, anak disabilitas intelektual ringan akan lebih cepat menginternalisasi rutinitas. Sekolah dan keluarga bekerja sama dengan baik untuk memperkuat proses pembelajaran dan menjamin kesinambungan antara dua lingkungan utama anak. Oleh karena itu,

sangat disarankan agar keluarga terlibat secara aktif dalam intervensi.

Visual schedule yang diterapkan oleh orang tua di rumah tidak hanya mengembangkan keterampilan dalam pelaksanaan intervensi, tetapi juga menciptakan ikatan emosional yang lebih kuat dengan anak. Anak merasa didukung dan lebih percaya diri ketika mereka melakukan tugas secara mandiri dengan bantuan orang tua. Orang tua juga dapat memberi penguatan langsung kepada anak mereka saat mereka berhasil, yang mempercepat perkembangan perilaku baru.

Visual schedule dapat digunakan untuk berbagai tugas harian, seperti mencuci tangan, menyikat gigi, makan, dan berpakaian. Orang tua dapat menyusun gambar aktivitas tersebut dan melatih anak setiap hari hingga menjadi rutinitas. Anak disabilitas intelektual ringan akan menguasai keterampilan dan mampu melakukannya sendiri setelah latihan berulang dan konsisten. Ini menunjukkan betapa pentingnya media visual dalam membangun kebiasaan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan intervensi dini berbasis visual schedule dalam melatih kemandirian anak disabilitas intelektual ringan. Harapan besar adalah bahwa temuan penelitian ini akan membantu dalam merancang program pembelajaran yang lebih inklusif, praktis, dan berdampak positif pada kehidupan anak berkebutuhan khusus di masa depan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan intervensi dini berbasis *visual schedule* membantu anak dengan disabilitas intelektual ringan menjadi lebih mandiri. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mempelajari fenomena secara alami dalam konteks kehidupan subjek penelitian. Menurut Khasnah (2024), metode kualitatif deskriptif memungkinkan peneliti memahami fenomena sosial yang sedang terjadi.

Penelitian kualitatif deskriptif memungkinkan peneliti untuk memahami perilaku, kebiasaan, dan respons subjek terhadap program intervensi yang digunakan. Metode ini tidak bertujuan untuk menguji hipotesis; sebaliknya, itu bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang proses dan situasi. Sebagaimana dinyatakan oleh Satria et al. (2023), penelitian kualitatif deskriptif, yang menekankan pendekatan individual dan kontekstual, sangat relevan untuk digunakan dalam konteks pendidikan.

Subjek penelitian dari penelitian ini adalah seorang anak laki-laki berusia enam tahun yang merupakan disabilitas intelektual ringan berinisial FD. Metode purposive sampling digunakan untuk memilih subjek penelitian karena memenuhi syarat sebagai anak yang membutuhkan pengembangan keterampilan kemandirian dalam

merawat diri, dan mendapat persetujuan dari orang tua.

Penelitian ini dilakukan di rumah subjek, yang lingkungan tempat tinggal anak. Lokasi ini dipilih karena keterampilan bina diri harus dilatih dan diterapkan di rumah. Sukriadi (2024) menekankan bahwa metode pembelajaran yang dilakukan di rumah anak dapat meningkatkan efisiensi program karena lebih cocok dengan rutinitas harian dan dukungan emosional dari keluarga.

Penelitian ini berlangsung selama enam minggu dan dilakukan tiga kali

seminggu. Setiap sesi berlangsung antara 30-45 menit dan dilakukan di rumah subjek pada waktu yang ditetapkan bersama orang tua. Jadwal pelaksanaan disesuaikan dengan aktivitas harian anak untuk memastikan kenyamanan selama intervensi dan tidak mengganggu rutinitas lainnya.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen program intervensi dini berbasis visual schedule untuk melatih kemandirian anak disabilitas intelektual ringan. Instrumen tersebut disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1.1 Instrumen Program Intervensi Dini Berbasis Visual Schedule untuk Melatih Kemandirian Anak Disabilitas Intelektual Ringan

Kode	Keterampilan	Deskripsi Aktivitas	Durasi	Catatan
K1	Mencuci tangan	a. Anak melihat urutan gambar orang mencuci tangan b. Anak menyimak cara mencuci tangan sesuai urutan gambar orang cuci tangan c. Anak menyimak contoh peneliti mencuci tangan d. Anak mempraktikkan cara mencuci tangan seperti yang dicontohkan peneliti e. Anak mencuci tangan sesuai dengan urutan	10-20menit	
K2	Menggosok gigi	a. Anak melihat urutan gambar orang gosok gigi b. Anak menyimak cara gosok gigi sesuai urutan gambar orang gosok gigi c. Anak menyimak contoh peneliti menggosok gigi d. Anak mempraktikkan cara menggosok gigi seperti yang dicontohkan peneliti e. Anak menggosok gigi sesuai dengan urutan	15-25 menit	

K3	Memakai baju	<ul style="list-style-type: none"> a. Anak melihat urutan gambar orang memakai baju b. Anak menyimak cara memakai baju sesuai urutan gambar orang memakai baju c. Anak menyimak contoh peneliti memakai baju d. Anak mempraktikkan cara memakai baju seperti yang dicontohkan peneliti e. Anak memakai baju sesuai dengan urutan 	15-20 menit
-----------	--------------	---	-------------

Dalam penelitian ini, observasi, wawancara semi terstruktur, dan dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data. Observasi dilakukan secara partisipatif, artinya peneliti berpartisipasi langsung dalam kegiatan intervensi dan mencatat perilaku dan respons anak selama proses. Lembar observasi dibuat untuk melacak perkembangan keterampilan bina diri anak setiap minggu. Sedangkan wawancara dengan orang tua anak dilakukan sebelum dan sesudah intervensi untuk mengetahui persepsi orang tua terhadap perubahan perilaku anak dan kebiasaan anak. Selanjutnya, hasil wawancara diperiksa untuk melengkapi data observasi. Data yang diamati, didukung oleh foto aktivitas harian. Selain itu, peneliti mencatat refleksi harian mereka dalam bentuk catatan lapangan yang menggambarkan dinamika kualitatif dari proses intervensi. Metode yang digunakan oleh Poerwanto et al. (2021) untuk studi eksplorasi yang menyelidiki kemampuan

membuat makanan anak dengan disabilitas.

Untuk menguji keabsahan data, menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan menggabungkan berbagai metode pengumpulan data. Metode ini dapat meningkatkan validitas temuan dan mengurangi bias interpretasi. Model analisis interaktif Miles dan Huberman digunakan untuk melakukan analisis data, yang terdiri dari tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan. Untuk mempermudah interpretasi, data yang diperoleh dari observasi dan wawancara diseleksi, dikodekan, dan kemudian dikelompokkan ke dalam kategori tematik.

Data yang direduksi difokuskan pada yang relevan dengan tujuan penelitian, terutama yang berkaitan dengan kemampuan anak untuk melakukan aktivitas bina diri seperti

mencuci tangan, menyikat gigi, dan berpakaian. Data yang tidak relevan dieliminasi dan hanya data yang menunjukkan perkembangan kemandirian yang dianalisis lebih lanjut.

Data disajikan dalam narasi deskriptif yang menunjukkan perkembangan anak dari minggu ke minggu. Dokumentasi visual dan hasil wawancara dilampirkan untuk mendukung cerita. Tujuan dari penyajian data ini adalah untuk menunjukkan proses perubahan secara langsung. Kemudian penarikan simpulan. Simpulan penelitian ini bersifat induktif, yaitu berdasarkan pola temuan yang konsisten selama berbagai sesi intervensi. Simpulan ini tidak ditarik secara instan, melainkan melalui proses refleksi berulang terhadap data yang telah dianalisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan intervensi dini berbasis *visual schedule* untuk melatih keterampilan bina diri anak dengan disabilitas intelektual ringan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menggunakan media visual secara teratur dapat mengembangkan kemampuan anak untuk melakukan tugas harian secara mandiri.

FD masih sangat bergantung pada bantuan orang tua pada awal pelaksanaan program. FD menunjukkan sikap menolak ketika diminta untuk menggosok gigi dan memakai baju. FD

juga tidak memahami urutan langkah yang harus dilakukan. Perubahan mulai terlihat pada minggu kedua setelah *visual schedule* diperkenalkan. FD mulai menunjukkan ketertarikan terhadap gambar yang disusun secara urut dan secara bertahap menunjukkan keinginan untuk mengikuti arahan.

Ketika aktivitas mencuci tangan, setelah melihat gambar urutan pertama, FD mulai mampu mencuci tangan sendiri. Pada minggu kedua, FD dapat menyelesaikan seluruh prosedur mencuci tangan dengan sedikit bantuan lisan. Selanjutnya, pada aktivitas mencuci tangan, berdasarkan hasil observasi harian, FD semakin terbiasa dengan struktur aktivitas yang digambarkan. FD mulai mengenali pola dan menunjukkan konsistensi dalam menjalankan rutinitas harian. Hasil observasi diperkuat oleh data wawancara dengan orang tua. Orang tua mengatakan bahwa FD menunjukkan perkembangan kemandirian dalam melakukan tugas sehari-hari, seperti mencuci tangan sebelum dan setelah makan, dan tidak membutuhkan bantuan lagi.

Pada minggu ketiga, kegiatan selanjutnya adalah pelaksanaan intervensi dalam menggosok gigi. FD awalnya sulit diminta gosok gigi. Bahkan, FD hanya mengambil sikat gigi, kemudian menyikat gigi depannya saja kemudian berkumur. Tidak melakukan aktivitas gosok gigi sesuai urutan. Namun, setelah hari kedua pelaksanaan intervensi dengan menggunakan visual

schedule yang memperlihatkan urutan gosok gigi yang benar, perlahan FD mulai menggosok gigi, meskipun ada dua langkah yang terlewat, yaitu membersihkan sikat gigi setelah digunakan dan meletakkan kembali sikat gigi pada tempatnya. Pada minggu keempat, FD mulai mampu menyelesaikan aktivitas gosok gigi sesuai urutan dengan sedikit pengawasan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, menunjukkan bahwa terdapat perkembangan kemandirian pada FD. FD mulai menunjukkan inisiatif melakukan kegiatan di luar pelaksanaan intervensi, seperti mencuci tangan setiap akan makan dan setelah makan. Bahkan setiap kali tangannya kotor, dia selalu mencuci tangan. Selain itu, FD juga mulai rutin menggosok gigi ketika mandi dan akan tidur.

Pelaksanaan intervensi selanjutnya dilakukan pada minggu kelima, yaitu intervensi berfokus pada kegiatan memakai baju. Pada awal minggu kelima, FD awalnya ragu ketika mau memakai baju. Namun, setelah diperlihatkan visual schedule, FD mulai mencoba mengenakan bajunya sendiri, meskipun pada awalnya masih terbalik. Setelah dilakukan berulang kegiatan memakai baju, pada hari terakhir minggu kelima, FD sudah bisa memakai baju tanpa bantuan.

Pelaksanaan program dilanjutkan pada minggu keenam. Pada minggu ini, FD diajak untuk mengulang dari

kegiatan awal, yaitu mencuci tangan, kemudian menggosok gigi, dan yang terakhir memakai baju. berdasarkan hasil observasi, FD menunjukkan perkembangan keterampilan kemandirian. FD antusias dalam menyelesaikan kegiatan sehari-hari, tanpa bantuan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, FD menunjukkan perkembangan yang signifikan. Dari yang awalnya tidak tahu cara mencuci tangan yang baik, sekarang FD mampu mencuci tangan dengan baik dan benar sesuai urutan. Begitu juga dengan kegiatan menggosok gigi dan memakai baju. FD selalu antusias menyelesaikan kegiatan secara mandiri.

Pelaksanaan intervensi dini berbasis visual schedule ini juga menerapkan penggunaan penguatan. Setiap kali FD berhasil menyelesaikan kegiatan dengan baik, maka FD mendapatkan reinforcement positif, seperti stiker dan pujian, yang terbukti membuat anak menjadi termotivasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan *visual schedule* sebagai media intervensi dini dalam melatih kemandirian anak disabilitas intelektual ringan dapat mengembangkan kemandiriannya. Hal ini sejalan dengan pendapat Kwintasari dan Pangestuti (2023) yang menyatakan bahwa media visual memberikan struktur konkret yang mudah dipahami oleh

anak-anak dengan keterbatasan dalam memahami instruksi verbal.

Anak yang sebelumnya kesulitan memahami urutan langkah dalam kegiatan mencuci tangan sekarang dapat mengikuti setiap tahap secara mandiri. Visualisasi proses seperti membuka keran air, menggosok tangan dengan sabun, dan membilas tangan membantu anak mengingat dan menerapkan prosedur tersebut secara konsisten.

Selain itu, sejak anak diberikan *visual schedule* menyikat gigi, yang menunjukkan cara mengambil sikat, mengoleskan pasta gigi, dan menyikat gigi secara menyeluruh, aktivitas menyikat gigi menjadi berkembang pesat. Laililyah et al. (2023), yang menyatakan bahwa pendekatan chaining berbasis visual membantu anak tunagrahita melakukan hal-hal sendiri.

Anak menunjukkan kemajuan dalam memahami dan mengurutkan langkah-langkah memakai pakaian dengan benar selama kegiatan berpakaian. Gambar yang berurutan yang menunjukkan langkah-langkah dari mengambil pakaian, mengenakan celana, dan merapikan pakaian memberi anak acuan visual yang konkret. *Visual schedule* tidak hanya membantu menyelesaikan tugas, tetapi juga berfungsi sebagai cara untuk berkomunikasi dengan anak-anak yang mengalami kesulitan memahami instruksi lisan. Anak-anak dapat menggunakan gambar sebagai pengingat aktivitas yang harus dilakukan tanpa

tekanan dari instruksi verbal yang panjang.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan rumah sebagai lokasi intervensi memberikan kontribusi signifikan terhadap tingkat keberhasilan program. Menurut Ichwan dan Pradana (2022) rehabilitasi berbasis keluarga membantu anak mengembangkan perilaku mandiri. Keberhasilan intervensi bergantung pada peran orang tua. Orang tua mendukung pembiasaan melalui jadwal visual dengan menjadi fasilitator yang sabar dan konsisten. Hasil ini sejalan dengan temuan penelitian Salsabila (2024), yang menekankan bahwa keluarga harus terlibat dalam mengajarkan anak-anak kemandirian.

Pengembangan kemandirian anak terlihat secara bertahap dan stabil selama enam minggu program berlangsung. Anak mula-mula membutuhkan bantuan penuh, tetapi pada minggu keempat mereka dapat melakukan tugas dengan bantuan minimal dan menjadi mandiri pada minggu keenam. Penguatan positif, seperti pujian dan stiker, meningkatkan keinginan anak untuk melakukan sesuatu. Menurut Satryawan dan Kusumiati (2021), penguatan sangat penting untuk mempertahankan perilaku positif pada anak dengan disabilitas intelektual.

Setelah diberikan tanggung jawab melalui *visual schedule*, observasi menunjukkan bahwa anak menjadi lebih

percaya diri dalam melakukan tugas secara mandiri. Kepercayaan diri ini tercermin dalam sikap anak yang aktif dan terlibat setiap sesi. Media visual yang digunakan dalam penelitian disesuaikan dengan fitur anak. Ini termasuk penggunaan warna, ukuran, dan desain gambar. Salah satu keunggulan yang mendukung keberhasilan program adalah kemampuan untuk membuat *visual schedule* yang fleksibel.

Aktivitas mencuci tangan dipilih sebagai latihan awal. Hal ini dikarenakan strukturnya yang jelas dan sederhana. Aktivitas dengan frekuensi tinggi mempercepat pembiasaan dan memungkinkan anak menginternalisasi tahapan dengan lebih baik. Proses menyikat gigi ditingkatkan mulai dari pengenalan alat hingga menyikat secara menyeluruh. Selain itu, memiliki jadwal visual membantu anak memahami bagian gigi mana yang harus dibersihkan tanpa perlu diingatkan oleh orang tua.

Anak belajar konsep urutan dan mengenali bagian depan dan belakang pakaian selama kegiatan berpakaian. Ketika ia mengenakan pakaian yang berlawanan, ia juga mulai mampu memperbaiki diri sendiri, yang menunjukkan bahwa ia lebih mampu menilai dirinya sendiri. Dengan menampilkan informasi dalam bentuk gambar berulang, *visual schedule* memperkuat memori jangka pendek anak. Anak dengan disabilitas intelektual ringan biasanya memiliki keterbatasan

dalam mengingat langkah-langkah panjang, sehingga hal ini sangat penting.

Orang tua mengatakan bahwa setelah anak-anak terbiasa menggunakan jadwal visual, mereka menjadi lebih teratur dan bertanggung jawab atas kebersihan dan penampilan mereka sendiri. Perubahan ini merupakan perkembangan kemandirian teknis dan keyakinan. Rutinitas anak bergantung pada program yang dijadwalkan dan divisualisasikan dengan benar. Menurut Lestari (2019), rutinitas anak-anak sangat penting untuk mengembangkan perilaku mandiri dalam jangka panjang.

Program ini menunjukkan bahwa intervensi tidak selalu bergantung pada teknologi atau media digital. Alat bantu sederhana, seperti kertas bergambar yang ditempel di rumah, terbukti berguna untuk membantu anak-anak belajar sendiri. Anak yang sebelumnya menunjukkan perilaku menolak ketika diarahkan, sekarang menunjukkan keinginan untuk menyelesaikan tugas secara sukarela. Ini menunjukkan bahwa teknik ini efektif secara kognitif dan emosional serta sosial. Berdasarkan teori yang mendukung dan hasil temuan, program intervensi dini berbasis *visual schedule* ini, sangat cocok untuk diterapkan dalam keluarga untuk melatih kemandirian anak dengan disabilitas intelektual ringan, khususnya dalam hal mencuci tangan, menggosok gigi, dan memakai baju.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa program intervensi dini berbasis *visual schedule* dapat mengembangkan kemandirian anak dengan disabilitas intelektual ringan. Anak mengalami perkembangan yang signifikan dalam keterampilan kemandirian, terutama dalam kegiatan mencuci tangan, menyikat gigi, dan memakai baju. *Visual Schedule* yang disusun secara sistematis membantu anak memahami dan mengingat langkah-langkah aktivitas secara bertahap dan konkret.

Visual schedule tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu untuk mengajar tetapi juga membantu anak memahami rutinitas harian. Metode ini menggunakan stimulus visual yang sesuai dengan karakteristik belajar anak disabilitas intelektual ringan, yang lebih cenderung untuk menanggapi informasi bergambar daripada instruksi verbal. Selain itu, keberhasilan intervensi ini dipengaruhi oleh konsistensi pelaksanaan di rumah, dukungan orang tua, dan penguatan positif yang diberikan kepada setiap anak untuk berhasil melakukan tugas sendiri. Anak menunjukkan perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik saat melakukan aktivitas bina diri dengan pelatihan yang dilakukan secara rutin dan bertahap. Oleh karena itu, *visual schedule* dapat digunakan sebagai salah satu metode intervensi dini yang relevan

dan aplikatif dalam konteks pendidikan yang luar biasa berbasis keluarga. *Visual schedule* ini tidak memerlukan alat yang rumit atau mahal, tetapi terbukti mampu membentuk rutinitas dan sikap mandiri pada anak-anak yang memiliki disabilitas intelektual tingkat ringan.

Saran

Orang tua harus sering menggunakan *visual schedule* di rumah untuk membantu anak mereka melakukan kegiatan secara mandiri. *Visual schedule* dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan anak, dan dapat dilengkapi dengan penguatan positif seperti pujian atau hadiah kecil untuk mendorong anak untuk melakukan aktivitas bina diri sendiri.

Selain orang tua, diharapkan guru di Sekolah Luar Biasa (SLB) atau layanan pendidikan inklusif dapat menggunakan *visual schedule* sebagai alternatif metode pembelajaran bina diri yang mudah digunakan. Mereka juga diharapkan membekali orang tua dengan pengetahuan dan keterampilan tentang cara menggunakan *visual schedule* secara mandiri di rumah untuk memastikan kesinambungan antara pembelajaran di sekolah dan di rumah.

Penelitian ini juga disarankan bagi peneliti selanjutnya. Dalam penelitian ini, hanya dilakukan pada satu subjek dalam konteks lingkungan rumah. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan lebih banyak subjek dalam konteks lain,

seperti di sekolah, dan membuat *visual schedule* untuk kegiatan tambahan

seperti makan, mandi, dan membersihkan tempat tidur.

DAFTAR REFERENSI

- Ichwan, M., & Pradana, H. (2022). *Rehabilitasi Berbasis Keluarga*. Khasanah, U. (2024). *Desain Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Jurnal Pendidikan Khusus Nusantara, 5(1), 10–21.
- Kwintasari, D., & Pangestuti, I. (2023). Program Pelatihan Bina Diri untuk Anak Disabilitas Intelektual Ringan. Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia, 6(2), 22–30.
- Laililyah, F., Rusli, R., & Safitri, J. (2023). Efektivitas Teknik Forward Chaining untuk Meningkatkan Kemampuan Menggosok Gigi pada Anak Disabilitas Intelektual Ringan. Jurnal Psikogenesis, 11(1), 65–74.
- Lestari, S. (2019). *Intervensi Dini dalam Perkembangan Anak*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mufidah, Q. A., Asmati, N., & Utami, Y. T. (2024). Pengaruh Penggunaan Video Modeling terhadap Peningkatan Keterampilan Bina Diri Berpakaian pada Siswa Tunagrahita. Jurnal Pendas, 9(3), 211–220.
- Poerwanto, R. A., Istiani, I., & Salamah, S. (2021). *Eksplorasi Pembelajaran Produksi dalam Pendidikan Anak Disabilitas*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandiri, 6(1), 112–120.
- Makanan bagi Siswa Tunagrahita di Sekolah Luar Biasa*. Jurnal Pendidikan Vokasional Khusus, 3(2), 67–78.
- Salsabila, A. (2024). *Strategi Orang Tua dalam Membina Kemandirian Anak Disabilitas Intelektual di Rumah*. Jurnal Pendidikan Luar Biasa dan Inklusi, 7(1), 55–63.
- Satria, A. R., Dita, P., & Rasyid, R. (2023). *Model Pembelajaran Bina Diri Berbasis My Home Environment untuk Anak Disabilitas Intelektual Ringan*. Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
- Satryawan, M., & Kusumiati, K. (2021). *Peran Peneliti sebagai Instrumen dalam Penelitian Kualitatif: Sebuah Kajian Konseptual*. Jurnal Ilmu Pendidikan dan Humaniora, 9(1), 19–27.
- Sukriadi, M. (2024). *Pengembangan Model Pembelajaran Kebugaran Jasmani Berbasis Multimedia untuk Siswa Tunagrahita Ringan*. Jurnal Pendidikan Adaptif, 6(2), 34–45.
- Wulandari, F. (2021). *Pelatihan Guru dalam Menyusun Program Intervensi Dini*. Jurnal Profesi Pendidikan Khusus, 5(1), 59–68.