

## MENINGKATKAN KETERAMPILAN MERAWAT DIRI PADA ANAK TUNAGRAHITA KELAS III MELALUI KEGIATAN MAKAN DENGAN SENDOK DI SLB C TPA JEMBER

**Dra. Tutik Pudjiastuti, MM**

SLB C TPA Jember

Tutikpudji99@gmail.com

### Abstrak

Anak tunagrahita adalah anak yang memiliki kecerdasan di bawah rata-rata anak-anak pada umumnya. Dampak dari kurangnya kecerdasan ini adalah anak tunagrahita tidak dapat berfikir secara abstraksi, sehingga kemampuan anak tunagrahita dalam kemampuan akademik dibawah anak-anak seusianya. Dalam penelitian ini, anak tunagrahita dilatih untuk mengoptimalkan kemampuan activity of daily living dalam makan sendiri. Metode penelitian yang digunakan untuk mengoptimalkan kemampuan tersebut adalah Penelitian Tindakan Kelas. Desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian S. Emmbut Kemmis dan Targart, teknik yang dilakukan dalam pengumpulan data adalah : (1) Metode tes, (2) Observasi, dan (3) Dokumentasi. Untuk analisis data penelitian menggunakan tehnik analisis kualitatif deskriptif. Dari hasil analisis penelitian diperoleh hasil bahwa terjadi peningkatan hasil kemampuan makan sendiri anak tunagrahita kelas III di SLB C TPA Jember.

**Kata kunci :** *Merawat Diri, Anak Tunagrahita, Makan Sendiri*

### Abstract

Children with mental retardation are children who have intelligence below the average of children in general. The impact of this lack of intelligence is that mentally retarded children cannot think abstractly, so that the ability of mentally retarded children in academic abilities is below children their age. In this study, mentally retarded children were trained to optimize their activity of daily living ability to eat alone. The research method used to optimize this ability is Classroom Action Research. The research design used is the research design of S. Emmbut Kemmis and Targart, the techniques used in data collection are: (1) Test method, (2) Observation, and (3) Documentation. For the analysis of research data using descriptive qualitative analysis techniques. From the results of the research analysis, it was found that there was an increase in the results of the self-feeding ability of class III mentally retarded children at SLB C TPA Jember.

**Keywords:** *Self-Care, Children with Intellectual disability, Eating Alone*

## PENDAHULUAN

Kemandirian pada umumnya dipelajari oleh anak-anak dengan sendirinya. Tidak perlu latihan atau bimbingan secara khusus untuk mengajarkan kemandirian pada anak-anak, mereka cukup dibiasakan sejak kecil untuk membentuk satu karakter tertentu terhadap anak tersebut. Misalnya, sejak kecil dibiasakan untuk mandi sendiri, menggosok gigi sendiri, menyisir rambut dan lain sebagainya, sehingga ketika memasuki usia sekolah

dasar, anak-anak tersebut telah mampu mengurus dirinya sendiri dalam hal kebersihan diri tanpa harus meminta bantuan orang lain untuk melakukannya karena telah terbiasa. Begitu juga dengan kegiatan – kegiatan yang lain dalam kehidupan sehari-hari, cukup dengan contoh dan pembiasaan maka anak-anak tersebut akan dapat melakukannya sendiri. Namun, hal tersebut tidak dapat diterapkan pada anak-anak berkebutuhan khusus, khususnya pada anak yang mengalami kelambatan berfikir atau biasa disebut dengan anak tunagrahita.

Anak tunagrahita atau retardasi mental adalah anak yang mengalami kelambatan perkembangan mental. Anak mempelajari berbagai hal lebih lambat daripada anak-anak lain sebayanya (Werner, 2002). Menurut Hillaard dan Kirman (dalam Smith, et al, 2002, hlm. 43) memberikan penjelasan tentang anak tunagrahita, sebagai berikut:

“People who are mentally retarded over time have been referred to as dumb, stupid immature, defective, subnormal, incompetent, and dull. Term such as idiot, imbecility, defective, subnormal, incompetent, a dull, term such as idiot, imbecile moral, and feebleminded were commonly used historically to label this population although the word food revered to those who care mentally ill. And the word idiot was directed toward individuals who errs severely retarded. These term were frequently used interchangeably”.

Pernyataan tersebut dapat diartikan dengan pada waktu lalu, orang-orang menyebut reteredasi mental dengan istilah dungu (dumb), bodoh (stupid), tidak masak (immature), cacat (defective) kurang sempurna (deficient), dibawah normal (subnormal), tidak mampu (incompetent), dan tumpul (dull). Dari pernyataan tersebut, dapat kita simpulkan bila anak tunagrahita membutuhkan pembelajaran yang lebih intensif, pelayanan yang bersifat individualis disesuaikan dengan kondisi serta kebutuhan masing-masing anak. Begitu juga dalam

mengajarkan kemandirian pada anak. Karena anak tunagrahita tidak seperti anak-anak pada umumnya yang dapat diajarkan dengan hanya melihat suatu keterampilan tertentu. Anak tunagrahita, memerlukan perhatian serta bimbingan khusus untuk mempelajari semua hal termasuk denganmengurus dirinya sendiri.

Kegiatan hidup sehari-hari atau biasa dikenal dengan *activity of daily living* merupakan hal pokok yang patut diajarkan kepada anak tunagrahita selain materi akademik lainnya. Karena dalam kegiatan tersebut terdapat beberapa hal tentang tata cara mandi, memakai baju, menyisir rambut, cara makan, menyetrika pakaian, mencuci pakaian, bersosialisasi dan lain sebagainya. Yang keseluruhannya merupakan kegiatan dalam keseharian setiap individu tanpa terkecuali pada anak tunagrahita.

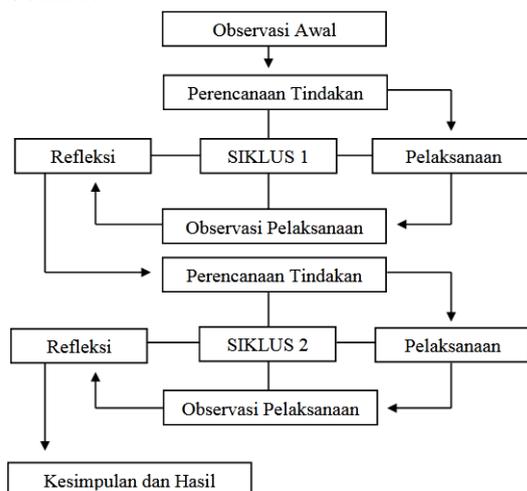
Salah satu kegiatan dalam *Activity of Daily Living* adalah merawat diri sendiri khususnya makan *sendiri*. Pada penelitian ini, peneliti memfokuskan pada anak tunagrahita kelas III sekolah dasar di SLB C TPA Jember. Pemilihan lokasi tersebut sebagai tempat dilaksanakannya penelitian karena didasari pada observasi langsung yang dilakukan oleh peneliti terhadap anak tunagrahita di sekolah tersebut, didapatkan bahwa permasalahan yang dihadapi adalah sebagian besar siswatunagrahita kelas III belum dapat makan dengan sendok sendiri, selain itu juga, SLB C TPA Jember adalah tempat dimana peneliti mengabdikan sebagai pendidik bagi anak-

anak berebutuhan khusus. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan peningkatan keterampilan merawat diri pada anak tunagrahita kelas III melalui kegiatan makan dengan sendok di SLB C TPA Jember.

**METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) Kolaboratif. Desain penelitian menggunakan Model Kemmis dan Mc. Taggart. Arikunto, dkk, 2010.

Jumlah subyek penelitian adalah 3 siswa dan lokasi penelitian di SLB C TPA Jember, Jl. Jawa No.57 Sumbersari Jember. Teknik pengumpulan data menggunakan metode tes, observasi dan dokumentasi. Analisis data menggunakan *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), dan *conclusion drawing/verification* (penarikan kesimpulan). Adapun desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Bagan Siklus dimodifikasi dari

Model Kemmis dan Mc. Taggart (sumber : Arikunto,dkk, 2010)

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Siklus I**

Hasil pelaksanaan siklus I pertemuan pertama diketahui bila seluruh siswa mendapatkan skor dibawah 50%.

**Tabel 1. Siklus 1 Pertemuan 1**

No	Nama	Ketepatan				Perhatian				Keaktifan				Ketelitian			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	A	√				√				√				√			
		$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{skor yang dicapai}}{\text{Skor maksimum}} \times 100\%$								$\frac{5}{16} \times 100\% = 31\%$							
No	Nama	Ketepatan				Perhatian				Keaktifan				Ketelitian			
2	B		√				√			√					√		
		$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{skor yang dicapai}}{\text{Skor maksimum}} \times 100\%$								$\frac{6}{16} \times 100\% = 37\%$							
No	Nama	Ketepatan				Perhatian				Keaktifan				Ketelitian			
3	C	√				√					√				√		
		$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{skor yang dicapai}}{\text{Skor maksimum}} \times 100\%$								$\frac{5}{16} \times 100\% = 31\%$							

Dari hasil tersebut diketahui bila pada siklus I pertemuan pertama, seluruh siswa masih belum memahami tentang materi merawat diri, sehingga intervensi dilanjutkan pada pertemuan ke-dua dan ke- tiga.

**Siklus II**

Pelaksanaan siklus kedua ini mengacu dari hasil pelaksanaan siklus pertama. Adapun hasil yang dicapai olehsiswa pada siklus kedua pertemuan ketiga mengalami pencapaian yang optimal. Seluruh siswa tunagrahita dapat menuntaskan kegiatan pembelajaran materi merawat diri melalui makan menggunakan sendok dengan baik.

Siklus II Pertemuan ke-3

Tabel 2. Siklus 2 pertemuan 3

No	Nama	Ketepatan				Perhatian				Keaktifan				Ketelitian			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	A				√				√				√				√
$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{skor yang dicapai}}{\text{Skor maksimum}} \times 100\%$										$\frac{13}{16} \times 100\% = 81\%$							
No	Nama	Ketepatan				Perhatian				Keaktifan				Ketelitian			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
2	B				√				√				√				√
$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{skor yang dicapai}}{\text{Skor maksimum}} \times 100\%$										$\frac{15}{16} \times 100\% = 93\%$							
No	Nama	Ketepatan				Perhatian				Keaktifan				Ketelitian			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
3	C			√					√				√				√
$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{skor yang dicapai}}{\text{Skor maksimum}} \times 100\%$										$\frac{14}{16} \times 100\% = 87\%$							

Hasil seluruh kegiatan dapat digambarkan melalui tabel berikut ini :

Tabel 3. Rekapitulasi Siklus I dan II

No	Subyek	Siklus I (%)			Siklus II (%)		
		Pert. 1	Pert. 2	Pert. 3	Pert. 1	Pert. 2	Pert. 3
		1	A	31	37	56	62
2	B	37	50	56	68	81	93
3	C	31	43	50	62	75	87
Jumlah (%)		31	40	51	60	73	84

Dalam pembelajaran Bina Diri yang diajarkan pada siswa tunagrahita, terdapat beberapa materi dasar anatara lain, merawat diri, mengurus diri, menolong diri, komunikasi, keterampilan hidup dan mengisi waktu luang. Fokus penelitian pada kegiatan ini adalah merawat diri khususnya makan dengan alat (sendok dan garpu). Kegiatan makan sendiri dipilih oleh peneliti/guru karena kegiatan tersebut merupakan hal yang paling dasar dalam merawat diri sendiri. Namun, tidak hanya diajarkan tentang bagaimana anak tunagrahita makan sendiri dengan baik dan benar, melainkan juga

diajarkan tentang materi makan dengan teratur.

Anak tunagrahita akan dikenalkan dengan materi makanan sehat dan waktu makan. Selain itu juga, anak tunagrahita juga akan dijelaskan tentang pentingnya makanan untuk tubuhnya, sehingga anak tunagrahita tidak hanya belajar bagaimana cara makan sendiri, melainkan juga anak dapat memahami manfaat makanan untuk tubuhnya.

Selama kegiatan pembelajaran berlangsung, peneliti tidak menemui kendala yang berarti. Kesulitan yang dialami peneliti hanya berkisar antara memahami karakteristik serta memotivasi masing-masing siswa tunagrahita agar tetap berusaha untuk mengoptimalkan kemampuan yang mereka miliki.

## PENUTUP

### Simpulan

Keterampilan merawat diri khususnya makan menggunakan alat (sendok dan garpu) pada anak tunagrahita kelas III dapat dioptimalkan dengan baik. Minat siswa tunagrahita untuk kegiatan tersebut pun sangat baik. Siswa sangat antusias, hal ini dapat dibuktikan dengan hasil yang dicapai siswa Tunagrahita pada setiap pertemuan mengalami peningkatan yang cukup baik. Sedangkan kendala dalam pelaksanaan kegiatan tersebut adalah memberikan layanan yang disesuaikan dengan masing-masing kondisi/kemampuan siswa tunagrahita

kelas III di SLB C TPA Jember.

#### DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.

Arsyad, A. (2011). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.

David Werner, dkk. (2002). *Anak – anak Desa Yang Menyandang Cacat*. Malang : Yayasan Bhakti Luhur.

Hadi, S. (1993). *Metodologi Research (jilid II)*. Yogyakarta : Fakultas psikologi UGM

Hobri. (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Dinas Pendidikan Kabupaten Jember Kamus Besar Bahasa Indonesia. (edisi ketiga). 2001. Jakarta : Balai Pustaka

Maleong, C. Lexy. (2002). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Ali, Muhammad. (2000). *Guru Dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru.

Soemantri, S. (1996). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Jakarta : Depdikbud

Wahyudi, Ari. (2005). *Pengantar Metode Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.