

MENUMBUKAN KEMANDIRIAN ANAK TUNAGRAHITA SEDANG PADA BIDANG BANTU DIRI MAKAN MENGGUNAKAN SENDOK MELALUI BIMBINGAN FISIK DAN LISAN

Edita Tersa Risa, Sekolah Tinggi Pastoral Yayasan IPI, Malang, Indonesia
Norimarsi Vani, Sekolah Tinggi Pastoral Yayasan IPI, Malang, Indonesia

Corresponding Autor:

Name : Edita Tersa Risa
E-mail : editatersarisa09@gmail.com

Article History:

Submit : April 2024
Revision : August 2024
Accepted : December 2024
Published: March 2025

semnas@stp-ipi.ac.id
Copyright © 2025 STP- IPI Malang

Abstract

Moderately mentally retarded children are children who experience disorders in mental development, these disorders are caused by a low level of intelligence. The condition of low intelligence for mentally retarded children in the moderate category results in very complex problems in their daily lives and tends to depend on other people. Researchers found one of the mentally retarded children at the Mitra Bawah homestead who could not eat properly using a spoon. Based on this, this community service aims to guide children through physical and verbal guidance for moderately mentally retarded children. The method used is a qualitative method and data collection techniques using observation and interviews. The results show that there is progress in moderately mentally retarded children at the Mitra Bawah homestead regarding eating using a spoon. Therefore, researchers strongly recommend to readers to apply physical and verbal guidance methods to children with severe mental retardation who have difficulty eating with a spoon.

Keywords: Children with moderate mental retardation, eating using a spoon, physical and verbal guidance

Penulis Koresponden:

Nama : Edita Tersa Risa
Surel : editatersarisa09@gmail.com

Histori Artikel:

Submit : April 2024
Revisi : Agustus 2024
Diterima : Desember 2024
Terbit : Maret 2025

semnas@stp-ipi.ac.id
Copyright © 2025 STP- IPI Malang

Abstrak

Anak tunagrahita sedang merupakan anak yang mengalami gangguan dalam perkembangan mental, gangguan tersebut diakibatkan karena tingkat kecerdasan yang rendah. Keadaan kecerdasan yang rendah bagi anak tunagrahita kategori sedang mengakibatkan permasalahan yang begitu kompleks dalam kehidupan sehari-harinya dan cenderung tergantung pada orang lain. Peneliti menemukan salah satu anak tunagrahita sedang di wisma Mitra Bawah yang belum bisa makan menggunakan sendok dengan benar. Berdasarkan hal tersebut maka pengabdian kepada masarakat ini bertujuan untuk membimbing anak melalui bimbingan secara fisik maupun lisan terhadap anak tunagrahita sedang. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif serta teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Dari hasil menunjukkan adanya perkembangan pada anak tunagrahita sedang di wisma Mitra Bawah terkait makan menggunakan sendok. Oleh karena itu peneliti sangat menganjurkan kepada pembaca agar menerapkan metode bimbingan fisik dan lisan pada anak tunagrahita berat yang mengalami kesulitan makan dengan sendok.

Kata Kunci: Anak Tunagrahita Sedang, Bimbingan Fisik dan Lisan, Makan Menggunakan Sendok

PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang dalam proses pertumbuhan atau perkembangan mengalami kelainan atau penyimpangan fisik mental-intelektual sosial atau emosional dibanding dengan anak-anak lain seusianya, sehingga mereka memerlukan pelayanan khusus (Darmawanti dan Jannah, 2004: 15). Meskipun anak termasuk kedalam kategori anak berkebutuhan khusus, tetapi memiliki hak yang sama dengan anak pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus berhak mendapatkan kasih sayang yang sama dari kedua orang tuanya, perlakuan khusus sesuai kategori yang dialaminya, serta mendapatkan pendidikan yang layak dan memenuhi setiap kebutuhannya. Sebagaimana diketahui bahwa anak dengan berkebutuhan khusus memiliki kebutuhan-kebutuhan khusus sesuai dengan kategorinya yang harus terpenuhi, baik di rumah atau bahkan di sekolah terlebih bagi anak tunagrahita.

Anaktunagrahita merupakan anak yang mengalami gangguan dalam perkembangan mental, gangguan tersebut diakibatkan karena tingkat kecerdasan yang rendah. Gangguan perkembangan tersebut akan berpengaruh terhadap aspek kehidupannya. Seorang anak tunagrahita memiliki kecerdasan di bawah standar atau rata-rata, yang ditandai dengan keterbatasan kecerdasan dan komunikasi sosial yang tidak memadai. Kondisi ini juga dikenal sebagai "terbelakang mental" karena keterbatasan kecerdasannya. Karakteristik utama keterbatasan mental adalah keterlambatan emosional, mental, perilaku, intelektual, dan sikap (Zahro, 2023). Anak tunagrahita cenderung mengalami keterbatasan dalam berhubungan dengan orang lain. Kondisi tersebut mengakibatkan anak tunagrahita mendapat label tertentu dari masyarakat. Masyarakat memberi label anak gila, anak stres, anak bodoh dan lain-lain.

Dalam beberapa konteks, "anak tunagrahita" adalah istilah yang mengacu pada anak yang memiliki kelainan mental yang dianggap subnormal. Anak tunagrahita juga dapat disebut sebagai anak yang memiliki keterbelakangan mental, lemah ingatan, feble-minded, atau mental subnormal (Gunawan, 2017). Anak tunagrahita memiliki IQ di bawah 70. Salah satu tingkatan ketunagrahitaan adalah tunagrahita sedang.

Anaktunagrahita sedang adalah anak yang tingkat kecerdasan (IQ) berkisar antara 30-50, mampu melakukan keterampilan mengurus diri sendiri (*self-help*), mampu mengadakan adaptasi sosial di lingkungan terdekat (Mumpuniarti, 2007:13). Keadaan kecerdasan yang rendah bagi anak tunagrahita kategori sedang mengakibatkan permasalahan yang begitu kompleks dalam kehidupan sehari-harinya. Anak tunagrahita kategori sedang sangat kurang dalam hal menjaga kebersihan dan kesehatan diri serta lingkungan sekitar, sehingga cenderung rentan terhadap penyakit. Permasalahan tersebut menyebabkan cenderung tergantung pada orang lain, yang dapat dilihat dalam aktivitas sehari-hari yang masih memerlukan bimbingan dan pengawasan dari orang lain.

Anak-anak tunagrahita sedang memiliki karakteristik berikut: mereka tidak dapat mempelajari pendidikan akademik; mereka belajar secara membeo; perkembangan bahasa mereka lebih terbatas; mereka hampir selalu bergantung pada orang lain; mereka memiliki kemampuan untuk belajar bina diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan; mereka dapat mempelajari pekerjaan yang menguntungkan secara ekonomi; dan mereka sering tergantung pada orang lain. Kecerdasannya sebanding dengan anak 7 tahun saat dewasa. Tidak mampu menolong diri sendiri, terutama dalam hal makan dengan sendok, adalah masalah yang dihadapi oleh anak (Erna Juherna et al., 2020). Sendok adalah alat makan yang dipakai setiap kali kita makan, sendok yang memiliki cekungan yang berbentuk oval atau bulat di satu ujungnya dan gagang di ujung lainnya. Di Indonesia biasanya dipegang ditangan kanan yang digunakan untuk mengambil makanan dari piring atau mangkuk dan menyuap ke mulut.

Makan adalah kebutuhan dan hidup semua orang, mulai dari bayi hingga dewasa, yang membutuhkan makanan. Jika tidak makan, tubuh akan lemah dan rentan terhadap penyakit. Makanan yang kita makan tidak hanya mengisi perut kita, tetapi juga membantu tubuh memperbaiki bagian yang rusak dan menambah tenaga (Ardiyanto, 2013), Makan adalah kegiatan yang dilakukan setiap hari, jadi setiap orang harus dapat melakukannya secara mandiri (Selung et al., 2014), Semua orang juga membutuhkan makan,

mulai dari bayi hingga dewasa, membutuhkan makanan; mereka melakukannya dengan cara tertentu, seperti memegang sendok, menyenduk, dan menyuap, sambil tetap sopan saat makan (Wijayanti, 2016)

Dalam kegiatan makan terdapat tata cara makan atau sering disebut aturan-aturan saat makan. Tata cara makan sangat penting dalam kegiatan makan, karena berisi tentang cara-cara makan yang baik dan sopan. Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti dan wawancara dengan, ditemukan adanya masalah pada Anak Tunagrahita kategori sedang kurang kurang memperhatikan kebersihan diri dan lingkungan, Masih dan perlu adanya pendampingan pada saat melakukan aktivitas makan, belum adanya kemampuan makan menggunakan sendok.

Berdasarkan gambaran tersebut, maka perlu dilakukan latihan. Dengan adanya latihan ini diharapkan dapat diketahui secara jelas tentang kondisi yang terjadi, tingkat kemampuan makan menggunakan sendok pada anak tunagrahita sedang.

METODE

Penelitian berfokus kepada anak tunagrahita sedang yang ada di Wisma Mitra Bawah yang berinisial A.V. F (sebagai subjek) yang belum mampu untuk makan sendiri yang perlu didampingi oleh paraperawat. Pada pelaksanaan peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan penanggung jawab wisma, untuk mengetahui kekurangan dari subjek. Selanjutnya, pada tahap meneliti diawali dengan pendekatan personal dan proses intervensi secara langsung kepada subjek. Setelah itu peneliti melakukan evaluasi untuk memberikan laporan dan pertanggung jawaban kepada penanggung jawab wisma.

Metode yang dilakukan dalam rangka untuk meningkatkan kemampuan makan sendiri melalui bantuan fisik dan lisan. Alasan peneliti memilih metode ini yaitu supaya subjek yang diteliti mampu mengerti dan memahami apa yang diarahkan oleh peneliti yang berperan sebagai seorang pendamping. Dengan bantuan fisik dan lisan upaya untuk meningkatkan kemampuan makan dengan memegang sendok yang dilakukan setiap hari, yaitu pada saat makan pagi dan makan malam selama sebulan, yakni dari minggu pertama dalam bulan November sampai dengan minggu pertama di bulan Desember 2023.

PROSES KEGIATAN

Berikut ini adalah bantuan fisik dan lisan yang diberikan kepada subjek

1. Kemampuan Aktivitas Sebelum Makan:

Langkah-langkah latihan

- Pelatih menyuruh anak untuk menempati tempat duduk (ruangan makan) dengan baik
- Pelatih mengajak subjek untuk berdoa sebelum makan
- Pelatih memegang tangan subjek dan mengarahkan untuk Menyenduk nasi di piring sedikit-sedikit agar tidak berceceran.

2. Memegang sendok

Langkah-langkah latihan

- Pelati menyuruh anak untuk megang Sendok dengan Tangan Kanan
- Letakkan Sendok di Antara Jari-jari anak
- Gunakan Jari Kelingking Sebagai Pendukung
- Jaga Postur Tubuh
- Gunakan Sendok dengan Gerakan yang Halus
- Jangan Pegang Sendok Terlalu Kuat
- Pegang Sendok Dengan Bahu yang Rendah
- Ikuti Kebiasaan Lokal atau Etiket

3. Mengangkat sendok dan memasukkan kedalam mulut

Langkah-langkah latihan

- Pelatih merapatkan jari-jari anak di sekeliling sendok atau dengan berusaha supaya anak mau atau mampu menggenggam sendok
- Jika anak mau dan mampu menggenggam sendok, maka pelatih membiarkan anak untuk menggenggam sendoknya sendiri tanpa dibantu secara fisik oleh pendamping

- Pelatih menggenggam tangan anak dengan sendok dan digerakkan ke piring dengan menyendok makan. Jika subjek sudah mampu untuk menggenggam sendoknya sendiri, maka pendamping membiarkan anak untuk menggerakkan sendoknya dan menyendok makan
- Pelatih membantu menggenggam tangan subjek dengan sendok yang berisi makanan sedikit
- kemudian diangkat dan digerakkan ke dalam mulut

Jika subjek sudah bisa menyendok makanan dengan baik, maka pelatih memintanya untuk membawa sendok ke dalam mulutnya secara mandiri.

HASIL KEGIATAN

Tabel 1. Kemampuan Bantu Diri Makan Sebelum dan Sesudah diberi Bantuan

Nama Latihan	Sebelum diberi Perlakuan	Setelah diberi Perlakuan
Mengangkat sendok berisi makanan dan memasukkannya ke dalam mulut	Sebelum pelatih memberi bimbingan dan latihan secara fisik dan lisan, subjek masih belum dapat mengambil makanan dari piring dan memasukkannya ke dalam mulut. Subjek bahkan masih membutuhkan bimbingan dari perawat untuk membantunya dalam aktivitas bantu diri.	Setelah mendapatkan bimbingan dan latihan dengan bantuan fisik dan lisan, subjek secara perlahan-lahan dapat mengambil makanan dari piring dan mengangkatnya untuk memasukkannya ke dalam mulut.

Pelatih melakukan bimbingan dan latihan di komunitas Yayasan Bhakti Luhur Malang disalah satu di Wisma Mitra Bawah. Dalam kegiatan subjek ini didasarkan pada penilaian wisma tentang kebutuhan utama setiap anak. Kegiatan dilakukan secara individual karena fokus pada bimbingan dan latihan dalam membantu untuk anak berkebutuhan khusus



Gambar 1. Subjek memegang sendok



Gambar 2. Proses pemberian bimbingan fisik



Gambar 3. Subjek dapat membawa sendok ke mulut

PEMBAHASAN

Pada minggu pertama bulan november, peneliti yang berperan sebagai pendamping masih dalam proses pengenalan atau masih menyesuaikan diri dengan subjek. Pada minggu kedua, subjek mulai diberi secara fisik dan lisan. pada saat peneliti memberikan bimbingan dan latihan, subjek suka ngamuk-ngamuk dan tidak tenang karena baru melatih seperti ini sebelumnya subjek pada saat makan selalu disuap. Seiring berjalannya waktu subjek dan pelatih dapat menyesuaikan diri. Sedikit menjelaskan untuk gambaran, subjek adalah seorang anak yang tinggal di wisma bersama dengan beberapa anak lainnya. Karena diwisma anak cukup lumayan banyak maka dari itu para pengasuh cukup kualah untuk membimbing dan melatih anak setiap hari. Namun sering disuap pada saat makan, tanpa disadari telah menciptakan ketergantungan sebenarnya subjek memiliki kemampuan untuk dapat mandiri, kurang lebih subjek dapat melakukan aktivitas bimbingan makan sendiri.

Dengan kemajuan yang telah dicapai, subjek sekarang dapat melakukan aktivitas makan secara mandiri setelah pelatih memberikan evaluasi lisan yang dilakukan melalui observasi (Asminarti, 2013) Dengan memberi Pujian sangat mendorong subjek untuk melakukan aktivitas makan sendiri secara lebih mandiri. Dengan bantuan secara lisan subjek tidak terlalu sulit untuk menerima latihan selanjutnya. Subjek dapat melakukan aktivitas makan sendiri dengan menggunakan sendok sendiri. Yang masih sulit dalam langkah mambawa sendok yang berisi makanan ke dalam mulut. Pelatih terus berusaha terus memberikan bimbingan fisi selama beberapa minggu lagi dan pada akhirnya subjek mampu membawa sendok berisi makanan kedalam mulutnya walapun belum sempurna.

KESIMPULAN

Melalu metode bimbingan fisik dan lisan yang digunakan untuk membantu anak tunagrahita sedang melakukan aktivitas makan dengan sendok telah menghasilkan hasil yang cukup memuaskan. Setelah mengikuti langkah-langkah bantuan fisik dan lisan, subjek yang sebelumnya tidak dapat menyendok dan membawa makanan ke dalam mulutnya pada akhirnya dapat melakukannya. Melalui bimbingan fisik dan lisan serta berbagai pendekatan yang diberikan oleh pendamping, subjek juga dapat melakukan aktivitas makan dengan cukup baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam pengabdian Masyarakat ini penulis menyampaikan terima kasih kepada Tuhan yang mahakuasa serta dukungan dan semangat dari suster dan perawat di Asrama. Penulis menyadari bahwa tanpa adanya dorongan serta motivasi karya tulis ini tidak dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Semoga dengan karya tulis yang sederhana ini dapat membawa dampak yang lebih baik bagi seorang pembaca artikel ini.

DAFTAR REFERENSI

- Abdullah, H. (2014). Strategi pemberdayaan anak penyandang tunagrahita pada unit pelaksana teknis dinas (uptd) pondok sosial kalijudan kota surabaya. *Publika*, 1–10.
<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/27/article/view/8902%0Ahttps://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/27/article/download/8902/8899>
- Adawiyah, S. (2021). Pendidikan Keterampilan Hidup Bagi Anak Tunagrahita di SLB Rimba Asam Betung. *Jurnal Sosialitas*, 16(2), 351–370.
- Agustin, N. (2014). Efektifitas Multi Metode Dalam Meningkatkan Kemampuan Cara Makan Bagi Anak Tunagrahita Sedang Kelas Iii Di Sdlbn 35 Painan. *E- Jukehu Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 3(1), 411–420.
- Ardiyanto, S. (2011). Meningkatkan Kemampuan Bina Diri Melalui Analisis Tugas pada Anak Tunagrahita Sedang Kelas 1 di SLB Limas Padang. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 3(2), 17–37.
- Asminarti. (2013). Meningkatkan kemampuan makan dengan sendok melalui pendekatan kontekstual bagi anak tunagrahita sedang. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 1 (2), 27–36.
- Astuti, P. (2018). Dukungan Orang Tua Dalam Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Sedang. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 124–131.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i1.4536>
- Bhakti Luhur. (2016). *Buku Program Terpadu Bhakti Luhur* (Yayasan Bh).
- Erna Juherna, Ronita Sari, I., Indirawati, D., & Nurhalimah, S. (2020). Meningkatkan Kemampuan Bina Diri Makan Bagi Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Pelita PAUD*, 4(2), 261–268.
<https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v4i2.866>
- Gunawan, A. A. (2017). Bimbingan Keterampilan Hidup Personal Bagi Anak Tuna Grahita Ringan Di SLB Kota Bandung. *Jurnal Ilmiah Mitra Swara Ganesha*, 4(1), 58–95.
- Jati Rinarkri Atmaja, M. P. (2017). *PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS*.
- Mumpuniarti. (2018). Hakikat Tunagrahita. *Tinjauan Anak Tunagrahita*, 8–37.
- Selung, R., Wasliah, I., & Pratiwi, E. A. (2014). *KEMAMPUAN BINA DIRI MAKAN BAGI ANAK TUNAGRAHITA KATEGORI SEDANG DI SEKOLAH LUAR BIASA TEGAR HARAPAN YOGYAKARTA*. April, 1–23.
- Setiyati, W. I. (2018). Pengaruh Metode Drill Terhadap Kemampuan Motorik Halus Pada Anak Tunagrahita Kelas Vi Di SLB Sekar Teratai 1 Pedak, Trimurti, Srandakan, Bantul, D.I. Yogyakarta. *Widia Ortodidaktika*, 7(5), 466–473.
<https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/plb/article/view/12261>
- Wijayanti, R. (2016). *ABILITY OF SELF-CARE EATING CHILDREN MENTALLY DISABLE CATAGORIES MODERATE PENDAHULUAN* Anak tunagrahita merupakan anak yang mengalami gangguan dalam perkembangan mental , gangguan tersebut diakibatkan karena tingkat kecerdasan yang rendah . Gangguan perkem. *Jurnal Widia Ortodidaktika*, Vol 5 No 1, 1135–1145.
- Zahro, A. F. (2023). Penerapan Terapi Okupasi Untuk Melatih Keterampilan Makan Pada Anak Tunagrahita Di Slb Negeri Jember. *Skripsi UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER FAKULTAS DAKWAH*, 105.

