

Efektivitas Teknik *Total Task Presentation* untuk Meningkatkan Kemampuan Bina Diri Makan pada Anak dengan Disabilitas Intelektual

Jehan Safitri*, Elisabeth Yohanes, dan Rusdi Rusli

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

j.safitri@ulm.ac.id, elisabethyohanes99@gmail.com, r.rusli@ulm.ac.id

Abstrak

Anak dengan disabilitas intelektual memiliki keterbatasan dalam fungsi adaptifnya, salah satunya adalah kemampuan bina diri. Anak dengan disabilitas intelektual dapat diajarkan untuk menguasai keterampilan bina diri. Salah satu keterampilan bina diri yang penting untuk dikuasai adalah keterampilan makan. Keterampilan ini dapat ditingkatkan dengan modifikasi perilaku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik total task presentation dalam meningkatkan kemampuan bina diri makan pada anak disabilitas intelektual. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria anak berusia 6 - 11 tahun, mengalami hambatan fungsi intelektual melalui tes intelegensi *Colored Progressive Matrices*, dan belum mampu melakukan keterampilan bina diri makan secara mandiri. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan checklist bina diri makan, observasi, dan wawancara. Data dianalisis dengan menggunakan uji t sampel berpasangan menunjukkan bahwa teknik pemberian tugas total efektif ($t = - 8,693$, $p = 0.013$). Pada hasil pre-test dan post-test dapat dilihat bahwa N-gain dari 3 partisipan, terdapat 2 partisipan berada pada kategori tinggi dan 1 partisipan berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan adanya pergeseran kemampuan bina diri makan pada anak disabilitas intelektual dalam makan sebelum dan sesudah menggunakan metode total task presentation.

Kata kunci: *bina diri makan; disabilitas intelektual; kesehatan mental; total task presentation*

Pendahuluan

Setiap individu selalu mengalami perkembangan dalam hidupnya dimana setiap tahapan perkembangan memiliki pola tertentu dan dapat diprediksi. Menurut data dari Direktorat Kesehatan Anak, estimasi prevalensi disabilitas intelektual di Indonesia sekitar 6,6 juta jiwa dari total 79,55 juta anak Indonesia (Saragih & Andayani, 2019). Namun pada anak berkebutuhan khusus, mereka memiliki hambatan dalam perkembangannya sehingga membutuhkan penanganan khusus. Umumnya, mereka yang mengalami disabilitas intelektual memiliki hambatan konseptual, sosial, dan praktis yang terjadi sebelum usia 18 tahun. Selain itu, mereka dapat diajari, hanya saja membutuhkan dukungan yang terus menerus dan waktu yang lebih lama. Pembelajaran khusus ini dapat ditingkatkan melalui bina diri. Umumnya, anak dengan disabilitas intelektual sering mengalami kesulitan untuk mempertahankan aktivitas sehari-hari seperti makan secara mandiri. Kemampuan bina diri makan ini dapat ditingkatkan

dengan modifikasi perilaku. Salah satu teknik modifikasi perilaku yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan bina diri makan adalah *chaining*. Dalam teknik ini terdapat tiga jenis, yaitu *forward*, *backward*, dan *overall task presentation*. Diantara ketiga teknik tersebut, *overall task presentation* cocok digunakan untuk mengajarkan anak dengan disabilitas intelektual sedang, karena individu diajarkan setiap langkah dari awal sampai akhir termasuk langkah yang sudah dikuasai dan langkah yang perlu ditingkatkan.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen dalam bentuk one group *pretest-posttest* design. Variabel penelitian adalah teknik *total task presentation*, yaitu teknik modifikasi perilaku yang terdiri dari kumpulan perilaku kompleks yang diurutkan dalam suatu rangkaian perilaku yang lebih sederhana, teknik ini juga menggunakan prosedur penguatan dan pemudaran untuk mengoptimalkan pengajaran rantai perilaku. Teknik *total task presentation* digunakan untuk meningkatkan kemampuan bina diri makan pada anak disabilitas intelektual dengan langkah-langkah sebagai berikut: partisipan membuka kotak makan; membersihkan alat makan dengan tisu; memegang alat makan; menyendok nasi dan lauk pauk dengan alat makan; makan dengan mulut tertutup; menutup kotak makan; menaruh kembali alat makan pada tempatnya; dan membersihkan kembali sisa-sisa makanan jika ada yang tercecer. Selain itu, variabel penelitian ini juga berupa bina diri makan yang merupakan keterampilan sehari-hari yang harus dimiliki karena keterampilan ini merupakan salah satu cara menolong diri sendiri untuk memenuhi kebutuhan nutrisi.

Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian ini adalah anak dengan disabilitas intelektual, berusia 6-11 tahun, belum mampu melakukan keterampilan makan secara mandiri, dan orang tua partisipan bersedia anaknya menjadi partisipan dalam penelitian ini dengan mengisi lembar *informed consent*. Terdapat tiga orang partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian ini, yang dilakukan *screening* tes IQ sebelumnya sesuai kategori subjek penelitian, yaitu anak dengan disabilitas intelektual sedang. Alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat tes *matricks progresif* berwarna (CPM : *Colour Progressive Matrices*) dengan partisipan anak disabilitas intelektual sedang kelas V, *checklist* kemampuan bina diri makan yang disusun berdasarkan teknik intervensi yang diberikan, lembar observasi, dan pertanyaan wawancara.

Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini, fokus bina diri yang diteliti adalah bina diri makan, karena merupakan keterampilan dasar yang harus dimiliki dan partisipannya adalah anak disabilitas intelektual. Penelitian sebelumnya memiliki fokus bina diri yang berbeda. Dalam penyajian tugas secara keseluruhan ini, peneliti menggunakan petunjuk gambar dan bermain peran sebagai strategi dalam mengajarkan perilaku yang sesuai dengan tahapan perkembangan kognitif (Piaget, dalam Santrock, 2011) untuk anak usia 7 hingga 11 tahun berada pada tahap ketiga yaitu operasi konkret. Pada tahap ini, pemikiran intuitif berubah menjadi pemikiran logis dengan catatan pemikiran tersebut harus disertai dengan contoh-contoh yang spesifik.

Operasionalisasi dari aktivitas bina diri makan adalah ketika partisipan mampu melakukan setiap tahapan bina diri makan dengan benar maka partisipan akan mendapatkan skor 1. Ketika partisipan sudah berusaha melakukan perilaku yang diinstruksikan namun masih mengalami kesulitan dan mendapatkan bantuan dari peneliti maka partisipan akan mendapatkan skor 0,5 atau setengah, dan ketika partisipan belum bisa melakukan hal yang diinstruksikan walaupun sudah diajarkan kembali maka akan mendapatkan skor 0.

Hasil dan Pembahasan

Sebelum melakukan analisis *paired sample t-test*, peneliti melakukan uji normalitas *shapiro wilk*. Pengujian ini menggunakan SPSS versi 23.0. Berdasarkan hasil uji normalitas pada 3 partisipan diperoleh hasil signifikansi pada *pretest* sebesar 1,00 dan *posttest* sebesar 0,637. Berdasarkan kaidah jika nilai signifikansi (sig) $\geq 0,05$ maka data berdistribusi normal (Nasrum, 2018). Karena data yang diperoleh berdistribusi normal, peneliti melakukan uji hipotesis dengan uji *paired sample t test*. Alasan pemilihan uji ini adalah karena metode pengujian hipotesis untuk dua sampel data yang berpasangan atau data dari perlakuan awal dan data dari perlakuan terakhir. Hipotesis alternatif dalam penelitian ini adalah “Teknik pemberian tugas total efektif dalam meningkatkan kemampuan bina diri makan pada anak disabilitas intelektual.”

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan skor bina diri partisipan pada saat sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) mendapatkan intervensi ($t(2) = -.869, p = 0.013$). Dengan demikian, H_a diterima yang berarti bahwa teknik *total task presentation* efektif dalam meningkatkan kemampuan bina diri makan secara signifikan pada anak disabilitas intelektual. Hasil total skor pada *pretest* dan *posttest* dari tiga partisipan tersebut kemudian dianalisis menggunakan *N-gain* untuk mengetahui besarnya peningkatan dari hasil *pretest dan posttest*. Nilai *N-Gain* menurut Hake (1998) berada pada kategori tinggi ($g > 0,7$), kategori sedang ($0,3 \leq N\text{-Gain} \leq 0,7$) dan kategori rendah ($g < 0,3$). Berikut ini adalah tabel analisis *N-gain* dari ketiga partisipan yang dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1.
Hasil N Gain Setiap Partisipan

Partisipan	Pretest	Posttest	N gain	Kategori
A	3,5	6,5	0,67	Sedang
K	4	8	1	Tinggi
Y	3	7,5	0,9	Tinggi
Rata-rata	3,5	7,33	0,85	Tinggi

Seperti yang dapat dilihat melalui skor pada saat *pre-test dan post-test*, diketahui bahwa ketiga partisipan pada saat *pre-test* memiliki kemampuan bina diri makan yang berbeda. Partisipan A saat makan biasanya masih disuapi makanan oleh kakaknya dan belum pernah diajarkan makan secara mandiri. Partisipan K masih belum terlalu terampil menggunakan alat makan dan belum pernah diajarkan makan secara mandiri. Sedangkan partisipan Y masih kesulitan menggunakan alat makan secara mandiri sehingga masih menggunakan tangan untuk makan. Setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik pemberian tugas total selama enam kali pertemuan dalam waktu dua minggu terjadi peningkatan, hal ini diperkuat dengan adanya peningkatan pada hasil

post-test dari ketiga partisipan. Pada partisipan A saat pre-test (3,5 poin) dan saat post-test (6,5 poin) dengan selisih tiga poin. Skor partisipan K saat pre-test (4 poin) dan saat post-test (8 poin) dengan selisih empat poin. Nilai partisipan Y saat *pre-test* (3 poin) dan saat *post-test* (7,5 poin) dengan selisih 4,5 poin. Penilaian *pre-test dan post-test* dilakukan oleh tiga orang observer, yaitu guru mata pelajaran dan dua orang mahasiswa psikologi yang telah menempuh mata kuliah observasi dan interview dan mata kuliah anak berkebutuhan khusus.

Berdasarkan perhitungan menggunakan *N-gain* yang dibantu dengan aplikasi *IBM SPSS Statistics 23*, didapatkan bahwa partisipan A termasuk dalam kategori sedang. Partisipan K dan Y termasuk dalam kategori tinggi. Kemudian ditambahkan juga hasil *Cohen's effect size* yang digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh dari perlakuan yang telah diberikan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa teknik pemberian tugas total memiliki efek yang besar pada ketiga partisipan, yaitu dengan nilai 5,02 yang termasuk dalam kategori efek yang tinggi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *teknik total task presentation* efektif secara signifikan dalam meningkatkan kemampuan bina diri makan pada anak disabilitas intelektual. Penelitian ini juga diperkuat dengan analisis *N-gain* dan *effect size* yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan kemampuan dan efek yang tinggi setelah diberikan perlakuan. Banyak juga penelitian yang menemukan bahwa teknik *total task presentation* untuk meningkatkan kemampuan bina diri, diantaranya penelitian Utami dan Tedjasaputra (2019) menggunakan teknik *total task presentation* untuk meningkatkan kemampuan buang air kecil secara mandiri pada anak disabilitas intelektual sedang usia 10 tahun, hasilnya terdapat peningkatan kemampuan buang air kecil secara mandiri. Penelitian lain oleh Magdalena dan Madjid (2018) menggunakan metode *total task presentation* pada anak disabilitas intelektual berat untuk meningkatkan keterampilan menggunakan kemeja, hasil dari penelitian ini adalah adanya peningkatan keterampilan menggunakan kemeja. Hapsari dan Hartiani (2019) juga melakukan penelitian dengan menggunakan teknik *total task presentation* untuk meningkatkan keterampilan menggosok gigi pada remaja disabilitas intelektual berat dan hasilnya terdapat peningkatan keterampilan menggosok gigi. Penelitian sebelumnya juga memiliki kesamaan berupa partisipannya adalah anak dengan disabilitas intelektual dan metode yang digunakan adalah *total task presentation*, hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan pada penelitian ini.

Faktor utama yang menyebabkan peningkatan kemampuan pada setiap partisipan adalah analisis tugas, bermain peran, dan menyiapkan penguat atau *reward*. Adanya contoh yang jelas membuat ABK dapat melihat bentuk perilaku yang ingin dilakukan secara nyata dan tahapan yang diajarkan pada setiap sesi dilakukan secara utuh dan berulang-ulang sehingga memudahkan mereka untuk mempraktekkan perilaku tersebut. Faktor pendukung lain yang mendukung peningkatan adalah pada setiap sesi partisipan akan diberitahu bahwa jika mereka dapat melakukan hal yang diajarkan oleh peneliti maka mereka akan mendapatkan stiker sehingga hal tersebut menjadi penyemangat bagi *partisipan* selama menjalani *treatment*.

Berdasarkan penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa teknik *total task presentation* efektif dalam meningkatkan kemampuan bina diri dengan berbagai kemampuan bina diri yang diajarkan seperti berpakaian, toilet training, menggosok gigi, dan lain-lain. Hal ini mendukung hasil penelitian ulang yang dilakukan oleh peneliti bahwa teknik *total task presentation* efektif dalam meningkatkan kemampuan bina diri

makan pada anak disabilitas intelektual. Keterbatasan yang dialami peneliti dalam penelitian ini adalah jenis menu makanan partisipan, beberapa partisipan sempat menolak menu makanan yang disediakan sehingga menu yang disediakan adalah camilan kesukaannya yang dimasukkan ke dalam kotak makan. Keterbatasan waktu dari pemberi perlakuan sehingga peneliti memberikan perlakuan kepada partisipan. Generalisasi yang terbatas pada partisipan, sehingga penelitian ini hanya dapat menjadi acuan bagi partisipan yang memiliki disabilitas intelektual dan terkendala dalam bina diri makan.

Kesimpulan dan Saran

Pada penelitian yang telah dilakukan mengenai efektivitas *teknik total task presen-tation* dalam meningkatkan kemampuan bina diri makan pada anak dengan disabilitas intelektual, diperoleh hasil bahwa uji normalitas *pre-test dan post-test* dengan menggunakan *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan parametrik *paired sample t test* dengan H_a diterima yang berarti hipotesis alternatif pada penelitian ini diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik pemberian tugas total efektif secara signifikan dalam meningkatkan kemampuan bina diri makan pada anak dengan disabilitas intelektual. Hasil yang signifikan kemudian diperkuat dengan melakukan uji *N-Gain dan effect size* pada ketiga partisipan yang menunjukkan peningkatan yang tinggi dan *effect size* yang menunjukkan teknik pemberian tugas total memiliki pengaruh yang besar.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau informasi yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang Psikologi, seperti Psikologi klinis, Psikologi perkembangan, Psikologi kesehatan, Psikologi pendidikan, dan Psikologi eksperimen dan modifikasi perilaku tentang efektivitas penerapan teknik modifikasi perilaku dalam meningkatkan kemampuan bina diri makan secara mandiri pada anak disabilitas intelektual.

Daftar Pustaka

- Ahadi, R. (2020). Penerapan metode drill untuk meningkatkan kemampuan bina diri makan siswa tunagrahita di SMALB Negeri Ternate. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 6(4). <https://doi.org/10.5281/zenodo.4498327>
- American Psychiatric Association. (2018). *DSM-5-TR™*. Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.
- Ayuning, A., Pitaloka, P., Fakhiratunnisa, S. A., & Ningrum, T. K. (2022). Konsep dasar anak berkebutuhan khusus. *MASALIQ: Jurnal Pendidikan Dan Sains*, 2(1), 26–42. <https://ejournal.yasin-alsys.org/index.php/masaliq>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Juherna, E., Sari, I. R., 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.v4i2.86>
- Hake, R. R. (1998). Interactive-engagement versus traditional methods: A six-thousand-student survey of mechanics test data for introductory physics courses. *American Journal of Physics*, 66(1), 64–74. <https://doi.org/10.1119/1.18809>

- Hapsari, K., & Hartiani, F. (2019). Penerapan prinsip modifikasi perilaku untuk meningkatkan kemampuan menyikat gigi pada anak dengan disabilitas intelektual berat. *Jurnal Psikologi*, 17(2), 119–130. <https://doi.org/10.14710/jp.17.2.119-130>
- Heward, W. L., & Orlansky, M. D. (2019). *Exceptional children: An introduction to special education* (11th ed.). Pearson Education, Inc.
- Hurlock, E. B. (2013). *Perkembangan anak* (1st ed.). Erlangga.
- Martin, G., & Pear, J. (2019). *Behavior modification: What it is and how to do it*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429020599>
- Miltenberger, R. G. (2012). *Behavior modification: Principles and procedures* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.1080/01431161.2016.1204478>
- Mugiyanti. (2022). Metode drill pada anak tunagrahita mampu. *Exponential: Jurnal*, 3, 372–379.
- Ndaumanu, F. (2020). Hak penyandang disabilitas: Antara tanggung jawab dan pelaksanaan oleh pemerintah daerah. *Jurnal HAM*, 11(1), 131–139.
- Nuryadi, T. D. A., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Dasar-dasar statistik penelitian*.
- Santrock, J. W. (2011). *Masa perkembangan anak* (11th ed., Vol. 4, Issue 1). Salemba Humanika.
- Saputra, G. Y., Kartika, D. L., & Muhasanah, N. (2022). Uji T berpasangan (Paired T-Test) terhadap pengaruh perbedaan jumlah jam terapi applied behaviour analysis (ABA) pada siswa berkebutuhan khusus autisme. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 2(3), 379–387.
- Saragih, A. A., & Andayani, B. (2019). Buku panduan aman untuk mengajarkan keterampilan bina diri berpakaian pada anak tunagrahita. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 173–180. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.49957>
- Silmina, A. A., & Djuwita, E. (2018). Penerapan modifikasi perilaku untuk meningkatkan kemampuan memakai kaos ber lengan pada anak dengan disabilitas intelektual tingkat berat. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 2(1), 1–14. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v2i1.1042>
- Supranto, J., & Syahfirin, A. (2017). *Pengantar statistik untuk berbagai bidang ilmu*. PT RajaGrafindo Persada.
- Utami, A. R., & Tedjasaputra, M. S. (2019). Penerapan teknik total task presentation untuk meningkatkan keterampilan buang air kecil pada anak dengan disabilitas intelektual moderat. *Jurnal Psikologi*, 17(2), 161–169. <https://doi.org/10.14710/jp.17.2.161-173>
- Wibowo, S. H., & Kemala, C. N. (2019). Penerapan teknik backward chaining untuk intellectual disability tingkat moderate. *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 2(1), 50–67.