

PROGRAM INTERVENSI DINI DALAM MELATIH BINA DIRI ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL RINGAN

^{1*}Rahmatullah, ²Renalatama Kismawiyati, ³Rosika Novia Megaswarie
^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Luar Biasa, Universitas PGRI Argopuro Jember
*Email: chika.phia@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pelaksanaan program intervensi dini dalam melatih keterampilan bina diri pada anak disabilitas intelektual ringan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif, dengan satu subjek berusia enam tahun yang menunjukkan tiga keterbatasan bina diri, yaitu makan, mandi, dan memakai baju secara mandiri. Intervensi dilakukan selama empat minggu dengan lima kali pertemuan dalam setiap minggunya. Observasi, wawancara, dan dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perkembangan keterampilan bina diri anak. Perkembangan ini ditandai dengan anak menjadi lebih mandiri dan lebih bersemangat untuk menyelesaikan tugas sendiri. Kolaborasi dengan orang tua sangat penting untuk keberhasilan program. Simpulan, penelitian ini menegaskan bahwa intervensi dini sangat penting untuk membantu anak dengan disabilitas intelektual ringan menjadi lebih mandiri.

Kata Kunci: Bina Diri, Disabilitas Intelektual Ringan, Intervensi Dini.

ABSTRACT

The purpose of this study was to describe the implementation of an early intervention program to train self-help skills in children with mild intellectual disabilities. The research method used was descriptive qualitative, with one six-year-old subject who demonstrated three limitations in self-help skills: eating, bathing, and dressing independently. The intervention was conducted over four weeks, with five meetings each week. Observation, interviews, and documentation were the data collection techniques used. The results showed that there was development in the children's self-help skills. This development was characterized by children becoming more independent and enthusiastic about completing tasks on their own. Collaboration with parents was crucial to the program's success. In conclusion, this study confirms the importance of early intervention in helping children with mild intellectual disabilities become more independent.

Keywords: Self-Help, Mild Intellectual Disability, Early Intervention.

PENDAHULUAN

Disabilitas intelektual ringan adalah kondisi yang membatasi kemampuan kognitif dan adaptif, yang memiliki IQ antara 50-70, dan mereka mampu mengikuti pendekatan

pembelajaran berulang dan konkret. Anak dengan kondisi ini biasanya dapat mengembangkan keterampilan dasar, seperti bina diri, jika mereka menerima latihan teratur dan dukungan yang tepat (Sutarto, 2020).

Karakteristik anak dengan disabilitas intelektual ringan menunjukkan bahwa mereka sering mengalami kesulitan dalam memproses informasi, mengingat petunjuk, dan menyelesaikan tugas-tugas yang membutuhkan perhatian yang rumit. Selain itu, anak dengan disabilitas intelektual ringan memiliki keterbatasan dalam fungsi intelektual dan perilaku adaptif, terutama dalam keterampilan sosial, konseptual, dan praktis. Hal ini membutuhkan pendidikan yang bersifat praktis dan akademik. Menurut Kurniawati (2021) pendekatan pendidikan untuk anak-anak disabilitas intelektual ringan harus berfokus pada aktivitas sehari-hari, agar lebih mudah dipahami dan diterapkan.

Keterampilan bina diri adalah komponen penting dalam pengembangan individu dengan disabilitas intelektual ringan. Keterampilan ini mencakup kemampuan untuk melakukan tugas dasar harian secara mandiri, seperti mandi, makan, berpakaian, dan menggunakan toilet. Nurhayati & Prasetyo (2021) menyatakan bahwa keterampilan bina diri membantu anak menjadi mandiri, meningkatkan harga diri mereka, dan membuat mereka lebih terlibat dalam masyarakat dan keluarga.

Keterampilan bina diri merupakan fokus utama dalam pendidikan luar biasa, salah satunya pada anak dengan disabilitas intelektual ringan. Keterampilan bina diri ini bertujuan untuk membantu anak menjadi mandiri dan menjalani hidupnya dengan lebih baik. Ketika anak mampu mengurus dirinya sendiri, tanggung jawab orang tua dan guru untuk membantu aktivitas sehari-hari berkurang. Selain itu, ketika mereka dapat mengurus dirinya sendiri, secara bertahap, mereka memiliki kesempatan untuk mengembangkan keterampilan lain.

Berdasarkan hasil observasi di sebuah keluarga yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual ringan, diperoleh informasi bahwa anak tersebut mengalami kesulitan dalam kemampuan bina diri. Dalam kegiatan sehari-hari, seperti makan, mandi, memakai baju, masih dibantu oleh orang tua atau keluarganya. Ketika makan, orang tua atau keluarga masih membantu mengambilkan, menyuapi, hingga mencuci piring. Pada saat mandi dan memakai baju juga masih dibantu, sehingga anak selalu bergantung pada orang tua. Menurut Novianti & Ardiansyah (2022), anak disabilitas intelektual ringan masih memiliki potensi belajar dan adaptasi yang baik. Dari temuan tersebut, jika dihubungkan dengan kebutuhan pendidikan untuk anak disabilitas intelektual ringan, maka pendidikan yang dibutuhkan adalah pendidikan yang bersifat praktis dan akademis. Salah satu pendidikan bersifat praktis yang dapat diterapkan adalah melalui program intervensi dini.

Program intervensi dini ini bertujuan untuk menangani masalah perkembangan anak sejak usia dini, termasuk pada anak disabilitas intelektual ringan. Menurut Lestari (2019), intervensi dini dimaksudkan untuk mendorong perkembangan adaptif, kognitif, motorik, dan sosial anak yang mengalami hambatan. Intervensi dini untuk disabilitas intelektual ringan berkonsentrasi pada melatih mengembangkan kemampuan adaptasi dan bina diri anak, yang akan membantu mereka dalam pendidikan berikutnya.

Intervensi dini dilakukan antara usia emas anak, yaitu antara 0 sampai 6 tahun. Pada usia tersebut, perkembangan otak anak sangat pesat, sehingga stimulasi yang tepat sangat berpengaruh terhadap kemampuan masa depannya. Menurut Rahmat & Sari (2020)

keterampilan hidup, seperti bina diri, harus dilatih sejak dini agar menjadi kebiasaan yang melekat.

Intervensi dini tidak dapat dilakukan secara sembarangan, tanpa ada program yang jelas. Program yang dirancang harus memenuhi kebutuhan setiap anak dengan mempertimbangkan kelebihan, kelemahan, dan kebutuhan setiap individu, termasuk pada anak disabilitas intelektual ringan. Program intervensi dini tidak hanya berfungsi sebagai terapi, tetapi juga bersifat edukatif dan kontekstual, dan disesuaikan dengan kebutuhan unik anak. Handayani (2020) menekankan bahwa pengalaman langsung, alat peraga visual, dan pengulangan teratur akan membantu anak dengan gangguan intelektual ringan memahami informasi.

Implementasi intervensi dini sering menemui hambatan, seperti beban kerja guru yang tinggi, waktu belajar yang terbatas, dan kurangnya media pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan berbasis komunitas yang dapat membantu pelaksanaan intervensi secara berkelanjutan baik di sekolah maupun di rumah (Ginting et al., 2023). Perkembangan konsistensi perilaku mandiri anak dalam kehidupan sehari-hari akan menunjukkan bahwa program intervensi dini berhasil diterapkan. Pratama & Dini (2021) menemukan bahwa anak-anak yang menerima instruksi terstruktur untuk melakukan tugas-tugas tertentu, seperti mencuci tangan dan memakai pakaian sendiri, menunjukkan perkembangan bina diri dan keterampilan motorik serta rasa tanggung jawab yang signifikan.

Program intervensi dini dalam melatih bina diri anak disabilitas intelektual ringan ini sebaiknya dilakukan secara bertahap. Proses pembelajaran ini harus diperkuat di rumah, bukan hanya di sekolah. Oleh karena itu, partisipasi orang tua sangat penting untuk keberhasilan program intervensi dini (Iskandar & Dewi, 2022).

Anak-anak dengan disabilitas intelektual ringan biasanya membutuhkan lebih banyak upaya dan waktu untuk menguasai keterampilan tertentu. Oleh karena itu, dorongan positif, seperti pujian, token, atau hadiah kecil, sangat disarankan dalam setiap sesi pelatihan (Sari & Fauzan, 2020). Reinforcement mendorong kebiasaan yang diinginkan.

Menurut Rachmawati (2019), evaluasi program intervensi dini harus dilakukan secara berkala dengan melibatkan guru, orang tua, dan tenaga ahli untuk mengetahui efektivitas metode dan membuat strategi tindak lanjut. Evaluasi ini tidak boleh hanya berfokus pada pencapaian sesaat tetapi juga harus mempertimbangkan hasil jangka panjang. Oleh karena itu, program intervensi dini yang membantu anak-anak dengan disabilitas intelektual ringan dalam melatih bina diri menjadi komponen penting dari pendekatan pendidikan yang luar biasa. Intervensi yang dilakukan secara hati-hati, secara pribadi, dan bersama keluarga akan meningkatkan kemandirian anak, meningkatkan partisipasi sosial, dan mengurangi ketergantungan anak pada lingkungan sekitarnya dalam jangka panjang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang proses dan hasil dari program intervensi dini untuk melatih keterampilan bina diri pada anak dengan disabilitas intelektual ringan. Pendekatan kualitatif deskriptif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami makna, proses, dan respons subjek secara alamiah tanpa menggunakan statistik atau pengukuran kuantitatif. Pengumpulan data kontekstual,

mendalam, dan menyeluruh dapat dilakukan dengan metode kualitatif deskriptif. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seorang anak disabilitas intelektual ringan, berusia 6 tahun, berinisial DK. DK menunjukkan keterbatasan dalam keterampilan bina diri, yang dipilih berdasarkan teknik purposive, yang mempertimbangkan kebutuhan data yang relevan dan mendalam. Penelitian ini mengumpulkan data melalui observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Selama sesi pembelajaran bina diri, observasi dilakukan baik di kelas maupun di lingkungan rumah untuk mendapatkan gambaran tentang perilaku dan respons anak terhadap intervensi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selama pelaksanaan program intervensi dalam melatih bina diri, observasi dilakukan di lingkungan rumah untuk mendapatkan gambaran tentang perilaku dan respons anak terhadap intervensi. Sedangkan wawancara dilakukan pada orang tua untuk mendapatkan informasi tentang perkembangan anak dan respons orang tua terhadap program intervensi dini tersebut. Instrumen dalam penelitian ini berupa program intervensi dini dalam melatih bina diri anak disabilitas intelektual ringan. Dalam penelitian ini, peneliti terlibat langsung untuk mengimplementasikan program.

Tabel 1
Program Intervensi Dini dalam Melatih Bina Diri Anak Disabilitas Intelektual Ringan

Kode	Keterampilan	Deskripsi Aktivitas	Durasi	Catatan
K1	Makan mandiri	a. Mengambil alat makan (piring dan sendok) b. Mengambil nasi, sayur, dan lauk c. Mengambil sendok d. Menyendok makanan e. Memasukkan makanan ke mulut f. Mengunyah dan menelan makanan g. Menghabiskan makanan h. Membersihkan mulut i. Membawa piring dan sendok kotor ke tempat cuci piring	10-20menit	
K2	Mandi	a. Berjalan ke kamar mandi b. Menutup pintu kamar mandi c. Melepas pakaian di kamar mandi d. Meletakkan pakaian di tempat yang disediakan di kamar mandi e. Membasahi kaki dengan air f. Membasahi tubuh dengan air g. Mengambil sabun h. Menggosok tubuh dengan sabun i. Membersihkan sabun dari	10-15 menit	

		tubuh dengan air	
		j. Meringkan dengan handuk	tubuh
K3	Memakai baju	a. Mengambil baju b. Memasukkan kepala c. Memasukkan tangan kanan dan kiri secara bergantian d. Merapikan baju	10-15 menit

Berdasarkan Tabel di atas, tahap awal dalam pelaksanaan program intervensi dini ini adalah penilaian keterampilan bina diri anak. Penilaian meliputi kemampuan anak untuk makan, mandi, dan memakai pakaian. Hasilnya menunjukkan bahwa anak belum mampu melakukan kegiatan tersebut. Prinsip chaining dan penguatan positif digunakan dalam pembuatan program intervensi dini pada penelitian ini. Metode chaining memungkinkan anak-anak mempelajari kegiatan secara berurutan dan konsisten. Laililyah et al. (2023) melalui penelitiannya, menunjukkan bahwa teknik *forward chaining* efektif untuk meningkatkan kemampuan menggosok gigi anak tunagrahita ringan. Pelaksanaan intervensi dilakukan lima kali setiap minggu selama empat minggu dan berfokus pada satu keterampilan bina diri. Setiap sesi berlangsung sekitar tiga puluh hingga empat puluh lima menit dan anak diberikan instruksi verbal, demonstrasi, dan bantuan fisik sesuai kebutuhan. Setelah itu, anak dilatih untuk secara bertahap melakukan kegiatan tanpa bantuan. Setiap kali anak berhasil menyelesaikan satu tugas secara mandiri, mereka menerima penguatan positif. Bentuk penguatan positif berupa pujian verbal, stiker bintang, dan waktu bermain tambahan. Analisis data terdiri dari tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilah informasi penting dari temuan dan wawancara, kemudian disajikan dalam bentuk deskriptif. Ketika pelaksanaan program intervensi dini berlangsung, peneliti juga mencatat dinamika respons anak, yang mencakup perubahan perilaku, ekspresi emosi, dan frekuensi menyelesaikan tugas mandiri. Data ini dianalisis untuk mengetahui pola perubahan keterampilan dari minggu ke minggu.

HASIL PENELITIAN

Pelaksanaan intervensi dini ini difokuskan pada tiga keterampilan bina diri utama, yaitu makan secara mandiri, mandi, dan memakai baju. Sebelum intervensi dimulai, penilaian awal menunjukkan bahwa DK masih dibantu ketika melakukan kegiatan sehari-hari, sehingga memerlukan bantuan penuh.

Pada minggu pertama, pelaksanaan intervensi dini difokuskan pada kemampuan makan dengan mandiri. DK diperkenalkan pada alat dan langkah-langkah kegiatan melalui demonstrasi langsung dan media gambar urutan. Pada awalnya, DK tampak pasif dan hanya meniru tindakan guru dengan bantuan verbal. Observasi menunjukkan bahwa DK masih memerlukan bantuan fisik untuk mengambil makanan, menyendok makanan dan memasukkan makanan ke dalam mulut, kemudian DK tidak membawa alat makan yang kotor untuk dicuci dan tidak membersihkan mulut setelah makan.

Pada hari ketiga, DK mulai mengambil alat makan sendiri, mengambil makanan untuk diletakkan ke piring sendiri. Kemudian DK juga mulai makan sendiri. Pada dua sesi terakhir atau hari keempat dan kelima pelaksanaan program intervensi dini yang difokuskan pada makan secara mandiri, hasil observasi menunjukkan bahwa anak mulai duduk lebih

tenang, makan dengan ritme yang lebih terkontrol, dan menggunakan tisu untuk membersihkan mulut setelah selesai makan, kemudian membawa piring kotor untuk dicuci. Ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku yang positif dihasilkan oleh pembiasaan berulang.

Berdasarkan wawancara dengan orang tua, DK mulai menunjukkan kemandirian dalam hal makan ketika di luar sesi intervensi. DK secara spontan mencuci tangannya sebelum dan sesudah makan, serta belajar mencuci piringnya sendiri. Ini menunjukkan bahwa intervensi berhasil menciptakan kebiasaan baru, bukan hanya respons sesaat ketika pelaksanaan program saja.

Fokus intervensi pada minggu kedua adalah mandi. Tantangan utama dalam mengajarkan mandi secara mandiri adalah DK merasa enggan karena tidak terbiasa mandi dengan orang lain, selain orang tuanya. Pada sesi pertama, DK mandi dibantu oleh ibunya. Berdasarkan hasil pengamatan, DK minta ditemani ketika berjalan ke kamar mandi. DK juga tidak menutup pintu kamar mandi setelah dia berada di kamar mandi. Namun, setelah sesi ketiga, DK mulai terbiasa mandi sendiri tanpa dibantu ibunya, hanya saja ketika masuk ke kamar mandi, masih minta ditemani.

Sebagai penguatan positif, DK diberi kesempatan untuk menonton video tentang tata cara mandi. DK lebih antusias dan mengatakan akan mandi sendiri tanpa dibantu orang tuanya. Model video sangat membantu anak memahami urutan langkah, sehingga anak mampu mandi secara mandiri.

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, DK lebih mandiri ketika mandi. DK sudah tidak minta diantar ke kamar mandi lagi dan juga sudah menutup pintu ketika mandi. Hal ini menunjukkan bahwa ada perubahan dari yang awalnya dibantu orang tua, menjadi lebih mandiri.

Pada minggu ketiga, intervensi ini berfokus pada keterampilan memakai baju. Ini adalah keterampilan yang paling menantang karena membutuhkan koordinasi motorik halus dan perencanaan gerak. DK tampak bingung dan menolak mengenakan baju sendiri selama sesi pertama. Untuk mengatasi hal tersebut, peneliti menggunakan alat bantu visual yang menunjukkan demonstrasi secara bertahap. Setelah lima hari latihan, DK mulai mampu memasukkan kepala mereka sendiri ke dalam pakaian tanpa bantuan. DK juga mulai mengenali sisi depan dan belakang pakaian.

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, orang tua menceritakan bahwa subjek DK sudah lebih mandiri dalam memakai baju. DK bahkan bisa memilih bajunya sendiri yang dianggap nyaman untuk dipakai.

Pada minggu keempat, kegiatan intervensi yang dilakukan adalah mereview kembali program yang sudah dilaksanakan, yaitu tentang kegiatan makan secara mandiri, mandi, dan memakai baju. Berdasarkan hasil review program, diperoleh data bahwa, program intervensi ini dalam melatih bina diri siswa disabilitas intelektual ringan, dapat dilaksanakan dengan baik. Hal ini terbukti ada perubahan perilaku dari yang awalnya DK selalu mendapat bantuan penuh, sekarang sudah bisa melaksanakan kegiatan sehari-hari, terutama dalam hal makan, mandi, dan memakai pakaian secara mandiri.

PEMBAHASAN

Program intervensi dini merupakan cara penting untuk mengajarkan keterampilan bina diri kepada anak-anak dengan disabilitas intelektual ringan. Intervensi yang dilakukan

sejak usia dini atau pada periode emas, membantu anak-anak membangun kebiasaan penting yang akan sangat memengaruhi kualitas hidup mereka di masa depan. Kwintasari & Pangestuti (2023) menyatakan bahwa intervensi dini untuk melatih bina diri sangat penting untuk meningkatkan kemandirian anak disabilitas intelektual ringan sejak usia dini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa program intervensi dini yang dilakukan selama empat minggu pada anak dengan disabilitas intelektual ringan mampu mengembangkan keterampilan bina diri mereka. Perubahan ini terlihat secara bertahap. Dalam pelaksanaannya, program intervensi dini dimulai dengan pengenalan alat, latihan dengan bantuan secara bertahap, dan akhirnya menyelesaikan tugas secara mandiri. Hal ini sejalan dengan penelitian Laililyah et al., (2023), yang menunjukkan bahwa teknik chaining berhasil membangun perilaku mandiri, terutama dalam kegiatan makan secara mandiri.

Pada subjek penelitian, yaitu DK menunjukkan perkembangan yang cepat dalam keterampilan kegiatan mandi secara mandiri. DK bergantung sepenuhnya pada orang tua selama empat hari, ketika program intervensi dalam kegiatan mandi dilaksanakan, tetapi pada hari kelima, DK mulai melakukan sebagian besar tugas secara mandiri. Dari perubahan ini, Nurwahidah (2022) menyatakan bahwa pelatihan motorik halus dapat secara bertahap meningkatkan keterampilan bina diri dasar seperti membuka baju sendiri, meletakkan baju pada tempat yang disediakan di kamar mandi, memegang gayung, mengambil dan mengguyurkan air ke badan.

Selain itu, penggunaan media video modeling membantu perkembangan anak dalam keterampilan mandi secara mandiri. DK lebih mudah memahami urutan tindakan dan menirunya dengan benar. Menurut Mufidah et al., (2024), video modeling dapat meningkatkan pemahaman visual dan memori jangka pendek anak dengan tunagrahita dalam konteks bina diri. Perubahan ini juga dapat dikaitkan dengan waktu latihan yang konsisten dan penguatan positif yang diberikan setiap hari. Pemberian token berupa stiker dan pujian mendorong DK lebih aktif menyelesaikan kegiatan secara mandiri. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Fahlevi & Basaria (2022) yang menekankan betapa pentingnya penguatan untuk mengubah perilaku anak yang memiliki kebutuhan khusus.

Pada awal intervensi memakai baju, DK mengalami kesulitan motorik, terutama saat memasukkan tangan ke dalam lengan baju. Namun, pada akhir minggu ketiga, DK mulai mampu menyelesaikan langkah-langkah memakai baju secara mandiri. Perkembangan ini menunjukkan bahwa pelatihan tahapan memakai baju menggunakan metode chaining seperti yang dijelaskan oleh Muhammad (2021) efektif, terutama untuk mengajar keterampilan mengancing.

Hasil wawancara orang tua juga menunjukkan adanya perubahan pada diri anak. DK semakin terdorong untuk melakukan kegiatan secara mandiri, lebih ceria, dan antusias. Selain itu, ada ekspresi bangga ketika DK berhasil menyelesaikan kegiatan atau tugasnya dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan dalam bina diri berdampak juga pada aspek psikososial, bukan hanya pada aspek keterampilan saja. Ini sejalan dengan penelitian Kwintasari & Pangestuti (2023) yang menunjukkan bahwa kemandirian berkorelasi positif dengan rasa percaya diri anak. Perubahan perilaku ini terlihat dari minggu pertama ke minggu keempat. DK yang awalnya pasif dan enggan mencoba, menjadi aktif, berani mencoba, dan bahkan sudah berani melakukan kegiatan tanpa bantuan sama sekali.

Konsistensi jadwal pelaksanaan intervensi dini juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan keterampilan DK. Menurut Wulandari (2021), jika dilakukan dengan konsisten dan bertahap, maka keterampilan bina diri anak disabilitas intelektual akan melekat. Selain itu, tempat belajar yang aman dan ramah juga sangat penting untuk keberhasilan dan juga penguatan positif. Penguatan positif dalam pelaksanaan program intervensi dini ini mampu menghasilkan perubahan besar dalam waktu yang relatif singkat, bahkan dengan satu subjek. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Laela (2024), yang juga menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami autisme dapat memperoleh keterampilan latihan toilet lebih baik ketika mereka menerima intervensi dini secara teratur.

Dalam program intervensi ini, pelaksanaan evaluasi untuk melihat kemajuan anak dilaksanakan setelah selesai program. Evaluasi ini tidak hanya melihat keberhasilan anak dalam menyelesaikan tugas, tetapi juga proses, upaya, dan gagasan yang mereka tunjukkan. Hasil penelitian ini mendukung gagasan bahwa intervensi dini yang dirancang dengan baik dan berbasis pada karakteristik anak memiliki kemampuan untuk menghasilkan perubahan besar. Bukan hanya dari sudut pandang kemampuan teknis, tetapi juga dari sudut pandang sosial, emosi, dan hubungan antara anak dan lingkungannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa program intervensi dini dalam melatih keterampilan bina diri anak disabilitas intelektual ringan dapat membantu mengembangkan keterampilan bina diri mereka dalam tiga keterampilan utama, yaitu makan secara mandiri, mandi, dan memakai baju secara mandiri selama empat minggu intervensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, S., & Hartanto, A. P. (2023). *Kemampuan Komunikasi Interpersonal Tunagrahita di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Intelektual (PPSDI) Raharjo Kabupaten Sragen*. IAIN Surakarta. <http://eprints.iain-surakarta.ac.id/8200/>
- Darmawan, A. (2022). *Adaptasi Lingkungan Pembelajaran untuk Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Fitriani, D. (2021). Konsistensi Pelatihan Bina Diri pada Anak Disabilitas Intelektual. *Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia*, 17(1), 34–42.
- Ginting, R. L., Carenina, Z. Y. T., & Putri, F. A. (2023). Penanganan Anak Tunagrahita dalam Bentuk Terapi Okupasi Bina Diri. *BA JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 102–110. <https://www.jurnal.bimaberilmu.com/index.php/ba-jpm/article/view/350>
- Handayani, N. (2020). Media Visual sebagai Alat Bantu Pembelajaran Anak Tunagrahita Ringan. *Jurnal Pendidikan Luar Biasa*, 8(2), 75–83.
- Iskandar, D., & Dewi, R. (2022). Peran Orang Tua dalam Intervensi Dini Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 12(1), 11–20.
- Kurniawati, H. (2021). Strategi Pembelajaran Adaptif bagi Anak Tunagrahita Ringan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khusus*, 10(1), 21–30.
- Kwintasari, D., & Pangestuti, I. (2023). Program Pelatihan Bina Diri untuk Anak Disabilitas Intelektual Ringan di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia*, 6(2), 22–30. <http://eprints.iain-surakarta.ac.id/8647/>

- Laela, N. (2024). Pengaruh Intervensi Dini terhadap Peningkatan Toilet Training Anak Autistik. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. <https://repository.radenintan.ac.id/32480/>
- Laililyah, F., Rusli, R., & Safitri, J. (2023). Efektivitas Teknik Forward Chaining Untuk Meningkatkan Kemampuan Menggosok Gigi Pada Anak dengan Disabilitas Intelektual Kategori Ringan. *Jurnal Psikogenesis*, 11(1), 65–74. <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/Jurnal-Online-Psikogenesis/article/view/3727>
- Lestari, I. (2019). Intervensi Dini untuk Anak Berkebutuhan Khusus: Konsep dan Implementasi. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 14(2), 93–101.
- Lubis, R., Syafitri, N., Maylinda, R. N., & Alyani, N. N. (2023). Pendekatan Behavioristik untuk Anak Disabilitas Intelektual Sedang. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2). <https://www.academia.edu/download/100883066/pdf.pdf>
- Maulidiyah, H. A., & Yoenanto, N. H. (2022). Pendidikan Kebutuhan Khusus Ditinjau dari Perspektif Psikologi Perkembangan. *Berajah: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 2(1), 58–65. <https://www.ojs.berajah.com/index.php/go/article/view/58>
- 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. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/19312>
- Muhammad, A. (2021). Pelatihan Mengancing Baju Menggunakan Media Boneka Bantal Berkancing untuk Anak Tunagrahita Ringan. Universitas Negeri Makassar. <https://eprints.unm.ac.id/21133/1/JURNAL%20MUHAMMAD.pdf>
- Nafisha, J., Fauzi, M. Y., & Muhammad, H. (2025). Pembagian Harta Warisan Bagi Ahli Waris Disabilitas Intelektual dalam Perspektif Hukum Islam: Studi Kasus di Blambangan Pagar. *Maqasid: Jurnal Studi Hukum Islam*, 14(1). <https://journal.um-surabaya.ac.id/Maqasid/article/view/26105>
- Nurhayati, S., & Prasetyo, A. (2021). Keterampilan Bina Diri Anak Tunagrahita dalam Konteks Pendidikan Fungsional. *Jurnal Ilmu Pendidikan Khusus*, 9(3), 112–120.
- Nurwahidah. (2022). Pelatihan Motorik Halus untuk Meningkatkan Keterampilan Bina Diri Anak Tunagrahita. Universitas Negeri Makassar. <https://eprints.unm.ac.id/22517/>
- Permana, R. Y. (2023). Implementasi Penentuan Usia Anak Penyandang Disabilitas Intelektual yang Berhadapan dengan Hukum di Persidangan. *Universitas Islam Indonesia*. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/48394>
- Pratama, B., & Dini, F. (2021). Pengaruh Latihan Harian Terstruktur terhadap Kemandirian Anak Disabilitas Intelektual Ringan. *Jurnal Intervensi Pendidikan Khusus*, 3(2), 87–95.
- Pratama, R. (2022). Bimbingan Psikososial dalam Membentuk Keterampilan Sosial Penyandang Disabilitas Intelektual di Sentra Terpadu Kartini Temanggung. *Universitas Islam Negeri Walisongo*. <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/20052/>
- Rachmawati, S. (2019). Evaluasi Program Intervensi untuk Anak dengan Hambatan Perkembangan. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 12(1), 73–81.
- Rahmat, S., & Sari, M. (2020). Golden Age dan Pentingnya Intervensi Dini bagi Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan*, 13(1), 44–53.

- Sari, I., & Fauzan, R. (2020). Strategi Penguatan Emosi Anak dalam Pelatihan Bina Diri. *Jurnal Terapan Pendidikan Khusus*, 2(1), 39–46.
- 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. <https://repository.unugiri.ac.id:8443/id/eprint/4946/>
- Setyawati, E., & Laila, R. (2020). Peran Media Gambar dalam Pembelajaran Keterampilan Hidup. *Jurnal Pendidikan Luar Biasa Indonesia*, 7(2), 66–72.
- Sriwardani, S. (2024). Strategi Pembinaan Kemandirian pada Siswa Tunagrahita Ringan melalui Program Bina Diri. *Jurnal Almustofa*, 5(2), 196–204. <https://ejournal.bamala.org/index.php/almustofa/article/view/160>
- Sutarto, H. (2020). Mengenal Disabilitas Intelektual dan Penanganannya di SLB. *Yogyakarta: UNY Press*.
- Wulandari, F. (2021). Pelatihan Guru dalam Menyusun Program Intervensi Dini. *Jurnal Profesi Pendidikan Khusus*, 5(1), 59–68.
- Yuliana, N. (2021). Kolaborasi Orang Tua dan Guru dalam Program Individual Anak Tunagrahita. *Jurnal Pendidikan Luar Biasa*, 10(2), 88–97.