

# **PENINGKATAN KETERAMPILAN BINA DIRI MENGGOSOK GIGI MELALUI METODE LATIHAN (*DRILL*) PADA ANAK TUNAGRAHITA KATEGORI SEDANG KELAS III SDLB DI SLB WIYATA DHARMA 3 NGAGLIK**

## ***THE IMPROVEMENT OF TOOTH BRUSHING SELF-CARE SKILL THROUGH DRILL METHOD FOR GRADE III ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS WITH MODERATE INTELLECTUAL DISABILITIES AT SLB WIYATA DHARMA 3 NGAGLIK***

Oleh: warih dwi cahyaning tias, pendidikan luar biasa fakultas ilmu pendidikan, [warihtyas13@gmail.com](mailto:warihtyas13@gmail.com)

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan bina diri menggosok gigi melalui metode latihan (*drill*) pada anak tunagrahita kategori sedang kelas III SDLB di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan desain Kemmis dan Mc. Taggart yang terdiri dari 4 tahapan yakni perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi. Penelitian dilaksanakan dengan memberikan tindakan dalam 2 siklus. Subjek penelitian adalah 2 siswa tunagrahita kategori sedang kelas III SDLB di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik, yang berusia 10 tahun dan berjenis kelamin laki-laki. Teknik pengumpulan data menggunakan tes perbuatan dan observasi. Analisis data menggunakan deksriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan bina diri menggosok gigi pada anak tunagrahita kategori sedang dapat ditingkatkan melalui metode latihan (*drill*) peningkatan diperoleh dengan cara (1) pembiasaan dan pembimbingan lebih intens pada setiap aktivitas, (2) bantuan media visual dan (3) menambahkan kegiatan kegemaran siswa sebagai *reward* agar siswa aktif mengikuti pembelajaran.

Kata kunci: Keterampilan bina diri menggosok gigi, metode latihan (*drill*), anak tunagrahita kategori sedang.

### **Abstract**

*This study aims at improving tooth brushing self-care skills through drill method of grade III elementary school students with moderate intellectual disabilities at SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik. The study is in the form of action research with Kemmis and McTaggart's design consisting of 4 phases, i.e. planning, acting, observing, and reflecting. The research is conducted by having 2 cycles of action. The subjects of the research are 2 10-year-old male students with moderate case of intellectual disabilities. They are the 3<sup>rd</sup> grade SDLB students of SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik. The data is obtained from behavioral test and observation. The obtained data is later analyzed using quantitative descriptive technique. The findings of the research show that the tooth brushing self-care skills of students with moderate case of intellectual disabilities improves through drill method. The improvement is obtained through (1) habit building and intense guiding in every activity, (2) the help of visual media and (3) the addition of students' favorite activities as rewards so that they actively participate in teaching and learning activities.*

*Keyword: tooth brushing self-care skills, drill method, children with moderate intellectual disabilities*

## **PENDAHULUAN**

Bina diri merupakan suatu keterampilan yang perlu dimiliki oleh siswa berkebutuhan khusus. Keterampilan bina diri siswa berkebutuhan khusus dapat dilatih melalui adanya program bina diri yang dilakukan oleh pihak

sekolah. Program bina diri bagi siswa berkebutuhan khusus telah dituangkan dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan tahun 2014 nomor 157 tentang Kurikulum Pendidikan Khusus bahwa siswa berkebutuhan khusus ditegaskan untuk meminimalkan

hambatan serta meningkatkan keterampilan secara optimal. Hal tersebut berfungsi untuk mengembangkan keterampilan serta kemampuan anak agar dapat melakukan pekerjaan untuk mengurus dan merawat diri.

Pengembangan keterampilan bina diri dilakukan agar siswa berkebutuhan khusus dapat melakukan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari dengan mengurangi ketergantungan pada orang lain. Artinya, program bina diri ini dilakukan dengan tujuan untuk mencapai kemandirian pada diri siswa. Keterampilan mengurus diri bagi siswa berkebutuhan khusus terutama bagi siswa tunagrahita kategori sedang.

Anak tunagrahita kategori sedang merupakan anak yang memiliki kemampuan intelegensi dan adaptasi perilaku dibawah anak tunagrahita ringan, mengalami kelemahan dalam mengingat dan berpikir abstrak. Anak tunagrahita sedang menurut Mumpuniarti (2007: 25) adalah:

Hambatan mental sedang hampir tidak dapat mempelajari pelajaran akademik, mereka pada umumnya belajar secara membeo, perkembangan bahasanya lebih terbatas daripada anak hambatan mental ringan. Mereka masih mampu mempunyai potensi untuk dilatih menahan diri dan beberapa pekerjaan yang memerlukan latihan secara mekanis.

Keterbatasan kemampuan intelegensi yang rendah pada anak tunagrahita kategori sedang menyebabkan anak tunagrahita kategori sedang mengalami hambatan dalam pembelajaran akademik. Kehidupan anak tunagrahita kategori sedang masih bergantung kepada orang lain, akan tetapi masih dapat mengucapkan kata-kata, dan

dilatih mengurus diri sendiri (Eko Suparlan & Ekowati dalam Maria J.Wantah, 2007: 18).

Keterampilan menolong diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari bagi anak tunagrahita kategori sedang membutuhkan pengajaran dan pemberian stimulus seperti latihan-latihan secara terus-menerus khususnya tentang keterampilan menolong diri sendiri. Selain itu pemberian motivasi terhadap anak tunagrahita kategori sedang seperti memberikan kesempatan agar anak tunagrahita kategori sedang memiliki keinginan untuk mencobanya. Keterampilan bina diri untuk menolong diri sendiri anak tunagrahita kategori sedang meliputi aktivitas yang anak lakukan sehari-hari seperti menggosok gigi.

Menggosok gigi merupakan hal yang perlu dilakukan setiap hari. Waktu yang tepat menggosok gigi adalah setiap hari sehabis makan dan sebelum tidur (Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010: 45). Menggosok gigi yang terintegrasi dalam aspek kesehatan gigi dan mulut menjadi perhatian bidang kesehatan. Mulut merupakan salah satu organ pada manusia yang didalamnya terdapat gigi.

Fungsi gigi bagi manusia salah satunya yaitu untuk mengunyah makanan. Menjaga kesehatan dan kebersihan gigi sangat penting bagi anak-anak sejak usia dini. Sejak usia dini anak seharusnya dilatih mengenai menjaga kebersihan dan kesehatan pada giginya. Hal ini karena penyakit gigi dan mulut menduduki urutan pertama dari 10 besar penyakit yang paling sering dikeluarkan masyarakat Indonesia (Nurzamah, Destiani & Dhamiri, 2012: 1). Selain itu, kebersihan dan kesehatan gigi memiliki fungsi sosial salah satunya yaitu berkomunikasi. Jika

gigi yang dimiliki tidak sehat dan menyebabkan aroma bau mulut dapat mengganggu dalam berkomunikasi khususnya dalam hal berbicara.

Gigi kelihatan jelek, berwarna kuning, kotor, ompong, tidak rata atau mulut berbau karena gigi berlubang dan mengalami kebusukan karena gigi tersebut kurang perawatan, merawat gigi sangat penting (Tranngono dalam Maria J.Wantah, 2007: 41). Permasalahan kebersihan dan kesehatan gigi terutama gigi, gusi pada anak tunagrahita kategori sedang, hal ini disebabkan anak tunagrahita kategori sedang tidak dapat mengontrol akan kebersihan mulut dan lidah, sehingga dapat menyebabkan kerusakan pada gigi (Werner dalam Maria J.Wantah, 2007: 42).

Pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi pada anak tunagrahita kategori sedang dilakukan secara bagian demi bagian dan perlahan agar anak dapat mempraktikannya sendiri. Pada kenyataan yang ada siswa tunagrahita kategori sedang kurang terampil dan menguasai dalam memahami bagian gigi yang harus dibersihkan, sehingga sering kali kurang bersih dalam menggosok gigi.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik terdapat 2 siswa tunagrahita kategori sedang yang masih mengalami keterbatasan dalam keterampilan bina diri menggosok gigi. Pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik menggunakan metode ceramah dan kartu gambar.

Pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi dengan memperlihatkan potongan-potongan gambar peralatan menggosok gigi dan cara menggosok gigi, menjelaskan isi

potongan gambar, menjelaskan manfaat menggosok gigi dan menempelkan potongan gambar tersebut sesuai urutan, serta kegiatan keterampilan bina diri menggosok gigi belum dilakukan praktik langsung secara rutin. Hal ini menyebabkan anak merasa kurang mengerti untuk belajar menggosok gigi, Aktivitas menggosok gigi anak tunagrahita kategori sedang belum mencapai tingkat optimal. Pada observasi yang dilakukan peneliti di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik kelas III SDLB anak belum bisa melakukan kegiatan menggosok gigi secara mandiri. Anak masih mengalami beberapa hambatan ketika melakukan aktivitas menggosok gigi.

Terdapat beberapa hambatan pada masing-masing anak tunagrahita kategori sedang diantaranya: subjek 1, belum mampu melakukan menggosok gigi secara benar, anak hanya mampu melakukan kegiatan berkumur, menggosok gigi pada bagian tertentu seperti gigi depan secara mandiri. Pada bagian gigi lainnya dengan bantuan, konsentrasi mudah teralih dengan tiba-tiba diam, belum memiliki inisiatif membersihkan sikat gigi setelah digunakan untuk menggosok gigi.

Pada subjek 2, belum mampu melakukan kegiatan menggosok gigi benar, anak masih bingung melakukan tahapan menggosok gigi dengan benar, anak hanya mampu menggosok gigi semanya seperti menggosok gigi depan kemudian setelah itu berkumur, konsentrasi anak mudah teralih, belum memiliki inisiatif membersihkan sikat gigi dan senang mengganggu teman sendiri saat pembelajaran. Aktivitas

menggosok gigi masih memerlukan bantuan dari guru dan peneliti.

Berbagai permasalahan di atas berdampak pada kemandirian anak dalam merawat diri sendiri terutama merawat kesehatan serta kebersihan gigi. Berdasarkan fakta di atas ada indikasi bahwa anak tunagrahita belum mandiri dan masih membutuhkan bantuan orang lain yang disekitarnya.

Berdasarkan pemaparan di atas, hal ini yang menarik peneliti untuk melakukan penelitian dalam upaya meningkatkan keterampilan bina diri menggosok gigi pada siswa tunagrahita kategori sedang yaitu memilih metode pembelajaran yang lain dan mudah dipahami oleh anak, karena pemilihan metode pembelajaran yang baik adalah yang mampu mengantarkan anak dalam berbagai macam kegiatan.

Hal di atas menjelaskan bahwa anak tunagrahita kategori sedang perlu diberikan kesempatan praktik langsung secara rutin untuk melatih kemampuannya. Apabila keaktifan anak tunagrahita kategori sedang dalam latihan dilakukan secara rutin dan teratur, maka dimungkinkan anak tunagrahita kategori sedang dapat memiliki keterampilan menggosok gigi yang lebih baik, karena anak tunagrahita kategori sedang telah terbiasa melakukan aktivitas tersebut dalam kehidupan sehari-harinya.

Terdapat beberapa metode pembelajaran untuk mengembangkan keterampilan menggosok gigi anak tunagrahita kategori sedang. salah satu metode yaitu metode *drill* atau latihan. Menurut Syaiful Sagala (2006: 217) Metode latihan (*Drill*) atau metode training merupakan “suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan kebiasaan-

kebiasaan tertentu. Juga sebagai sarana untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan”. Metode *drill* digunakan dalam pembelajaran agar anak memiliki keterampilan yang lebih baik dari apa yang telah diajarkan (Roestiyah, 2001: 125). Dengan metode *drill* anak tunagrahita kategori sedang langsung dihadapkan pada gambaran konkret pada pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi.

Kegiatan dalam pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi tidak akan dapat diterima oleh anak dengan satu kali penyampaian, karena anak memiliki karakteristik yang cenderung memiliki kemampuan berpikir konkret, tidak mampu berpikir abstrak dan mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi (Mohammad Efendi, 2006: 98), maka dengan metode latihan (*drill*) anak tunagrahita kategori sedang dibiasakan untuk melakukan aktivitas menggosok gigi secara berulang-ulang agar anak tunagrahita kategori sedang dapat memahami dan memiliki keterampilan dalam aktivitas menggosok gigi tanpa memerlukan bantuan dari orang lain.

Metode latihan (*drill*) ini berupa latihan menggosok gigi secara bertahap dan berulang, sehingga materi yang diajarkan dapat lebih melekat dalam pikiran anak tunagrahita kategori sedang. metode latihan (*drill*) juga merupakan metode mengajar yang dapat digunakan untuk mengaktifkan siswa pada saat proses pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi, karena metode *drill* memberikan pembiasaan pada anak tunagrahita kategori sedang untuk selalu berlatih.

Berdasarkan pada deskripsi tentang metode latihan (*drill*) di atas dan mengingat perkembangan keterampilan menggosok gigi di usia dini anak itu penting, terutama pada anak tunagrahita kategori sedang, cukup beralasan jika peneliti ini tentang peningkatan keterampilan bina diri menggosok gigi dengan menggunakan metode latihan (*drill*) pada anak tunagrahita kategori sedang kelas III SDLB di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam meningkatkan keterampilan menggosok gigi anak tunagrahita kategori sedang.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, jenis penelitian tindakan kelas yang digunakan yaitu model Kemmis & Taggart. Penelitian tindakan dilaksanakan dalam bentuk siklus. Berdasarkan model Kemmis & Taggart di atas, setiap siklus terdiri dari empat tahapan yaitu tahap perencanaan, tindakan, observasi atau pengamatan dan refleksi.

### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik beralamatkan Jalan. Plosokuning VII, Minomartani Ngaglik, Sleman, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April – Mei 2018.

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah dua siswa tunagrahita kategori sedang kelas III SDLB di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik.

### Prosedur

Prosedur penelitian adalah rincian dari penjelasan desain penelitian. Berdasarkan desain menurut Kemmis dan Taggart dijelaskan mengenai prosedur, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Penelitian ini akan dilaksanakan dengan tahap di bawah ini.

#### 1. Perencanaan

Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun rancangan tindakan yang akan dilakukan dengan berkolaborasi dengan guru kelas. Tahap perencanaan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah mempersiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan penelitian tindakan pada pembelajaran bina diri yang menunjang keterampilan bina diri menggosok gigi dengan menggunakan metode latihan (*drill*) pada anak tunagrahita kategori sedang kelas III SDLB di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik. Perencanaan yang perlu dilakukan sebagai berikut:

- a. Mengadakan koordinasi. Peneliti berdiskusi dengan guru kelas tentang kegiatan yang akan dilakukan dalam meningkatkan keterampilan bina diri menggosok gigi menggunakan metode latihan (*drill*).
- b. Melakukan observasi mengenai bina diri menggosok gigi untuk mengetahui kemampuan awal siswa sebelum dilaksanakan tindakan.
- c. Menyusun RPP dengan materi bina diri menggosok gigi.

- d. Menyiapkan panduan observasi dan mengkonsultasikan dengan guru mengenai panduan observasi, sebagai pedoman penilaian kinerja guru dan partisipasi siswa pada saat proses pembelajaran berlangsung.
- e. Mempersiapkan berbagai peralatan yang mendukung selama penerapan metode latihan (*drill*) dalam keterampilan menggosok gigi.
- f. Menyusun dan mengkonsultasikan instrumen evaluasi belajar, dalam tahap ini jenis evaluasi yang digunakan berbentuk tes perbuatan.

## 2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi menggunakan metode latihan (*drill*) pada siswa tunagrahita kategori sedang kelas III SDLB di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik dilaksanakan sebanyak 2 siklus. Dan setiap siklus mencakup 3 kali pertemuan dengan materi yang akan diberikan yaitu pembelajaran keterampilan menggosok gigi.

Tindakan tidak mutlak dikendalikan oleh rencana, hal ini mengandung resiko karena terjadi dalam situasi nyata, oleh karena itu rencana tindakan harus bersifat sementara, fleksibel siap diubah sesuai kondisi siswa, sebagai usaha arah perbaikan. Siklus akan dihentikan ketika indikatornya sudah tercapai. Adapun langkah-langkah dalam pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi dengan menggunakan metode latihan (*drill*) sebagai berikut:

Kegiatan awal, guru mengkondisikan siswa agar siap mengikuti pembelajaran, menyampaikan salam dan berdoa sebelum belajar, menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, menyiapkan bahan yang akan

digunakan, kemudian guru memberikan motivasi dengan bernyanyi dan apersepsi dengan menanyakan kegiatan sebelum berangkat sekolah.

Kegiatan inti, guru memberikan penjelasan kepada siswa mengenai materi menggosok gigi itu penting dan memiliki keterampilan untuk melatih setiap tahapan keterampilan menggosok gigi melalui metode latihan (*drill*), guru menunjukkan dan memperkenalkan peralatan menggosok gigi kepada siswa, guru menjelaskan tahapan keterampilan menggosok gigi sesuai urutan, guru memberikan contoh setiap tahapan keterampilan menggosok gigi sesuai urutan, kemudian siswa memperhatikan dan mempraktikkan contoh dari guru mengenai setiap tahapan keterampilan menggosok gigi sesuai urutan, guru membimbing siswa mempraktikkan setiap tahapan sesuai contoh dari guru, siswa diminta melakukan kegiatan kembali sesuai yang diajarkan oleh guru, kemudian guru memberikan *reward* dengan tos, tepuk tangan atau mengucapkan “pintar/hebat” maupun *reward* lainnya.

Kegiatan penutup, guru melakukan evaluasi belajar dengan mengajak siswa menyimpulkan materi yang diajarkan hari ini, memberikan pesan untuk rajin menggosok gigi dan menutup pembelajaran dengan berdoa sesudah pembelajaran.

## 3. Observasi

Tahap observasi dilakukan bersamaan pada waktu pelaksanaan tindakan sedang berlangsung. Tujuan dari observasi untuk mengetahui partisipasi belajar siswa dan kinerja guru selama pemberian tindakan saat melaksanakan proses

pembelajaran dari awal hingga selesai pembelajaran.

#### 4. Refleksi

Refleksi ini dimaksudkan untuk mengkaji secara menyeluruh tindakan yang telah dilakukan, berdasarkan data yang telah terkumpul. Dari hasil refleksi kemudian dilakukan evaluasi guna menyempurnakan tindakan selanjutnya. Adapun kegiatan refleksi yang dilakukan pada penelitian ini meliputi:

- a. Pengumpulan data hasil tes dan hasil observasi siswa sebelum diberi tindakan dan setelah dilaksanakan tindakan untuk mengetahui peningkatan keterampilan menggosok gigi, serta dokumentasi kegiatan, pengumpulan data mengenai kendala yang ditemui selama proses pelaksanaan tindakan.
- b. Melakukan diskusi dengan guru mengenai hasil pengamatan pembelajaran bina diri menggosok gigi menggunakan metode latihan (*drill*).
- c. Mencari jalan keluar terhadap masalah-masalah yang mungkin terjadi agar dapat dibuat perbaikan pada siklus selanjutnya.

Pengambilan keputusan. Apabila dari hasil pengamatan ternyata belum mencapai target, maka dengan demikian tindakan berikutnya yaitu berlanjut pada siklus berikutnya dengan tujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran. Siklus tersebut dilakukan sampai ada peningkatan seperti yang diharapkan dalam keterampilan bina diri menggosok gigi anak tunagrahita kategori sedang.

#### Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik observasi dan tes perbuatan dalam

melakukan langkah sesuai prosedur pada panduan. Tes perbuatan keterampilan bina diri menggosok gigi anak tunagrahita kategori sedang mengungkap keterampilan aktivitas dalam menggosok gigi. Observasi digunakan untuk mengamati partisipasi siswa dan kinerja guru selama tindakan dilakukan.

#### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif. Data-data kuantitatif didapat dari skor tes kemudian diubah menjadi nilai atau pencapaian dalam bentuk persentase dengan menggunakan rumus dibawah ini menurut Purwanta Ngalim, 2006: 102)

$$NP = \frac{R}{SM} \times 100\%$$

Keterangan :

- NP : Nilai persen yang dicari  
 R : Skor mentah yang diperoleh  
 SM : Skor maksimum  
 100 : Bilangan tetap

Selanjutnya nilai yang telah diperoleh dari rumus diatas nantinya akan dikategorikan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Kategori kriteria yang digunakan adalah pedoman kategori penilaian di bawah ini.

Tingkat Penguasaan	Nilai Huruf	Bobot	Predikat
86-100%	A	4	Sangat Baik
76-85%	B	3	Baik
60-75%	C	2	Cukup
55-59%	D	1	Kurang
≤ 54%	TL	0	Kurang Sekali

Semua data direkap untuk membandingkan siklus. Dengan membandingkan siklus I dan siklus II terdapat peningkatan atau tidak.

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN****Deskripsi Data Pra-Tindakan**

Pelaksanaan kegiatan pratindakan berupa pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi yang meliputi sebagai berikut:

Cara menyiapkan peralatan menggosok gigi, membuka dan menutup tutup pada pasta gigi, meletakkan pasta gigi dan sikat gigi pada tempatnya, berkumur, menggosok gigi mulai dari bagian luar gigi depan, gigi belakang samping, gigi permukaan kunyah, gigi bagian dalam dan mengembalikan peralatan menggosok gigi.

Tabel 1. Data Pra-Tindakan

Subjek	Total Skor Maksimum	Skor yang diperoleh	Nilai Pra Tindakan
E	104	62	59,6
D		59	56,7

Berdasarkan hasil yang diperoleh oleh kedua subjek menunjukkan bahwa hasil kemampuan melakukan aktivitas menggosok gigi termasuk pada kriteria kurang dan belum mencapai KKM yaitu 75.

**Pelaksanaan Tindakan**

Pelaksanaan tindakan dilakukan sebanyak dua siklus. Satu siklus terdiri 3 kali pertemuan. Setiap akhir siklus dilakukan tes pasca tindakan. Alokasi waktu tiap pertemuan adalah 2 x 35 menit. Adapun langkah-langkah pelaksanaan setiap siklus I dan II, sebagai berikut:

**Siklus I**

Kegiatan awal, guru mengkondisikan siswa agar siap mengikuti pembelajaran, menyampaikan salam dan berdoa sebelum belajar, menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, menyiapkan bahan yang akan

digunakan, kemudian guru memberikan motivasi dengan bernyanyi dan apersepsi dengan menanyakan kegiatan sebelum berangkat sekolah.

Kegiatan inti, guru memberikan penjelasan kepada siswa mengenai materi menggosok gigi itu penting dan memiliki keterampilan untuk melatih setiap tahapan keterampilan menggosok gigi melalui metode latihan (*drill*), guru menunjukkan dan memperkenalkan peralatan menggosok gigi kepada siswa, guru menjelaskan tahapan keterampilan menggosok gigi sesuai urutan, guru memberikan contoh setiap tahapan keterampilan menggosok gigi sesuai urutan, kemudian siswa memperhatikan dan mempraktikkan contoh dari guru mengenai setiap tahapan keterampilan menggosok gigi sesuai urutan, guru membimbing siswa mempraktikkan setiap tahapan sesuai contoh dari guru, siswa diminta melakukan kegiatan kembali sesuai yang diajarkan oleh guru, kemudian guru memberikan *reward* dengan tos, tepuk tangan atau mengucapkan “pintar/hebat” maupun *reward* lainnya.

Kegiatan penutup, guru melakukan evaluasi belajar dengan mengajak siswa menyimpulkan materi yang diajarkan hari ini, memberikan pesan untuk rajin menggosok gigi dan menutup pembelajaran dengan berdoa sesudah pembelajaran.

**Siklus II**

Pada pertemuan pembelajaran dimulai dengan mengkondisikan siswa untuk duduk dengan baik. Dilanjutkan salam dan berdoa bersama. Kemudian guru melakukan motivasi, dilanjutkan menjelaskan tujuan pembelajaran adalah berlatih menggosok gigi serta menjelaskan



kepada siswa mengenai kegiatan menempel stiker bintang sebagai “reward” jika siswa mampu melakukan aktivitas menggosok gigi dengan baik boleh menempel stiker bintang pada papan penempel yang telah disediakan, kemudian melakukan apersepsi dengan bertanya kegiatan sebelum berangkat sekolah.

Kegiatan inti diawali guru mempersiapkan materi pembelajaran menggosok gigi itu penting, kemudian menunjukkan gambar gigi yang sehat dan bersih, dilanjutkan dengan menunjukkan dan memperkenalkan peralatan menggosok gigi yaitu pasta gigi, sikat gigi, gayung, dan handuk. Guru mengajak siswa untuk menirukan ucapan guru dan bertanya peralatan menggosok gigi yang ditunjukkan oleh guru kepada siswa. Setelah itu guru menunjukkan media gambar atau foto tahapan atau tata cara menggosok gigi yang pertama yaitu gambar peralatan yang sudah tertata rapi, kemudian guru mencontohkan cara menyiapkan peralatan. Siswa memperhatikan arahan dari guru dan mempraktikkan tahapan menggosok gigi sesuai arahan guru dan gambar.

Guru mengajak siswa ke tempat praktik. Guru menunjukkan dan menjelaskan setiap tahapan menggosok gigi berikutnya, kemudian guru mencontohkan setiap tahapan menggosok gigi sesuai pada gambar. Kemudian, siswa memperhatikan dan dibimbing oleh guru untuk mempraktikkan tahapan menggosok gigi sesuai arahan dari guru dan gambar. Siswa melakukan kembali kegiatan yang telah dilakukan, guru memberikan ucapan hebat dan tos dengan siswa. Guru mengajak siswa kembali ke kelas dan membolehkan siswa menempel stiker bintang

sebagai “reward” ketika siswa mampu melakukan kegiatan menggosok gigi dengan baik. Kegiatan diakhiri dengan guru melakukan evaluasi menyimpulkan materi dari kegiatan yang telah dilakukan bersama-sama dengan siswa dan memberikan pesan kepada siswa untuk rajin menggosok gigi di rumah, dilanjutkan berdoa bersama.

### Deskripsi Data Tindakan

Data pasca tindakan diperoleh dari hasil tes keterampilan bina diri menggosok gigi setelah dilaksanakan tindakan menggunakan metode latihan. Tes yang digunakan adalah tes perbuatan. Berikut ini merupakan rekapitulasi data pasca tindakan siklus I dan II.

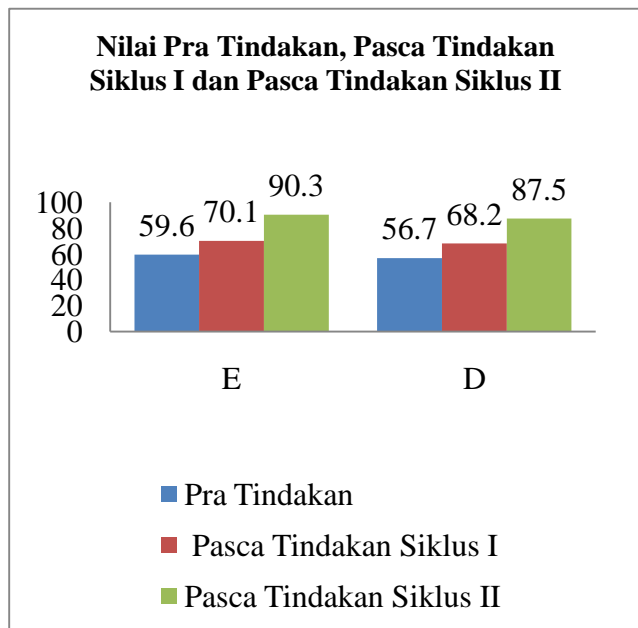
Tabel 2. Rekapitulasi Nilai Tes Pasca Tindakan Keterampilan Bina Diri Menggosok Gigi

Subjek	Siklus	Skor yang diperoleh	Nilai	Kriteria
E	I	73	70,1	cukup
E	II	94	90,3	Sangat baik
D	I	71	68,2	cukup
D	II	91	87,5	Sangat baik

Berdasarkan data tersebut, dapat diketahui bahwa kedua subjek pada siklus I mendapatkan nilai yang menunjukkan belum mencapai KKM. Kemudian pada siklus II terdapat peningkatan yang menunjukkan kedua subjek telah mencapai KKM yakni mendapatkan nilai lebih dari 75.

Gambaran peningkatan nilai tes keterampilan bina diri menggosok gigi dari pra tindakan. Pasca tindakan siklus I dan pasca

tindakan siklus II disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Pemerolehan nilai tes keterampilan bina diri subjek E pada pra tindakan memperoleh nilai 59,6. Pada pasca tindakan siklus I mengalami peningkatan sebesar 10,5% menjadi 70,1. Kemudian pada pasca tindakan siklus II meningkat sebesar 20,2% menjadi 90,3. Selanjutnya pada subjek D pra tindakan memperoleh nilai 56,7. Pada pasca tindakan siklus I meningkat 11,5% menjadi 68,2. Kemudian pada pasca tindakan siklus II meningkat 19,3% menjadi 87,5.

Berdasarkan pada grafik di atas dapat diketahui peningkatan keterampilan bina diri menggosok gigi dari pra tindakan, pasca tindakan siklus I dan pasca tindakan siklus II. Hal tersebut membuktikan bahwa tindakan yang diberikan dengan menggunakan metode latihan dalam pembelajaran yang dijadikan dasar pengembangan keterampilan bina diri menggosok gigi siswa tunagrahita kategori sedang.

## Deskripsi Data Observasi

Data observasi diperoleh dari pengamatan pada partisipasi siswa dan kinerja guru dalam melakukan kegiatan pembelajaran. Observasi dilakukan pada saat kegiatan berlangsung.

Hasil observasi menunjukkan bahwa terjadi pula peningkatan pada proses pembelajaran yakni dalam partisipasi siswa dan kinerja guru. Pada partisipasi subjek E terjadi peningkatan sebesar 25% yakni dari perolehan siklus I 54% menjadi 79,1% di siklus II. Kemudian partisipasi subjek D juga terjadi peningkatan sebesar 28,5% yakni dari perolehan siklus I 52,7% menjadi 81,2% di siklus II.

Pada observasi kinerja guru mengalami peningkatan dalam pelaksanaan tindakan siklus I dan II sebesar 4,2%, yakni dari 92,8% menjadi 97%.

## Pembahasan

Penggunaan metode latihan (*drill*) dapat meningkatkan keterampilan bina diri menggosok gigi siswa tunagrahita kategori sedang kelas III SDLB di SLB Wiyata Dharma 3 Ngaglik. Peningkatan keterampilan bina diri menggosok gigi menggunakan metode latihan (*drill*) didasari dengan diberikannya tindakan dengan pembiasaan dan pembimbingan yang lebih intens dalam setiap aktivitas menggosok gigi, karena dengan diberikan pembiasaan dan pembimbingan dalam latihan menggosok gigi agar anak dapat mencapai hasil yang optimal atau lebih baik sehingga diperolehnya kecakapan atau keterampilan yang diharapkan.

Tindakan berdasarkan teori Syaiful sagala (2006: 217) metode latihan merupakan “suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan

kebiasan-kebiasan tertentu dan sebagai sarana untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan”. Ditambahkan dengan pendapat Roestiyah (2001: 128) “suatu cara mengajar dimana siswa melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan dengan pembimbingan agar siswa memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tingkat dari apa yang telah dipelajarinya”.

Selain itu, adanya tindakan diberikannya bantuan media visual berupa gambar atau foto tata cara menggosok gigi karena karakteristik anak tunagrahita kategori sedang salah satunya mengalami kesulitan dalam menerima instruksi cenderung memiliki kemampuan yang bersifat nyata atau konkret. Oleh karena itu diberikan bantuan media visual berupa gambar atau foto tata cara menggosok gigi.

Menurut Hujair AH Sanaky (2013: 81) “gambar atau foto merupakan media yang paling umum digunakan orang, karena media ini mudah dimengerti dan dapat dinikmati, mudah didapatkan dan dijumpai di mana-mana, serta banyak memberikan penjelasan bila dibandingkan dengan verbal”.

Gambar atau foto yang digunakan dalam penelitian ini lebih konkret dan realitis. Informasi yang disampaikan bertujuan agar dapat dimengerti dengan mudah karena proses penyampaian yang diragakan lebih mendekati kenyataan melalui foto yang diperlihatkan kepada anak-anak dan hasil yang diterima oleh anak akan sama, adanya bantuan visual berupa gambar atau foto tata cara menggosok gigi agar perintah yang diberikan tidak hanya secara verbal, namun juga

menggunakan isyarat dengan menunjuk gambar yang dimaksud terutama pada bagian gigi.

Penggunaan perintah secara verbal dan isyarat melalui gambar atau foto ini untuk mempermudah kedua subjek dalam penelitian yakni anak tunagrahita kategori sedang melakukan aktivitas menggosok gigi, karena selain menangkap perintah secara auditori, kedua subjek juga dapat melihat gambar yang dimaksud. Hal ini seiring dengan pendapat Sugihartono (2013: 102) yang menyatakan bahwa “proses mengingat akan lebih baik dengan mengkodekan menggunakan kata-kata dan gambar daripada hanya melihat saja”. Kedua subjek dapat terbantu untuk mengingat perintah dengan adanya gambar atau foto tata cara menggosok gigi. Selanjutnya, memberikan selingan tindakan strategi yang lebih bervariasi dalam proses pembelajaran.

Strategi dalam proses pembelajaran yang diberikan variasi dengan menambahkan kegiatan menempel yakni kedua subjek boleh menempelkan stiker bintang bertuliskan kata-kata motivasi setelah menyelesaikan tugas, kegiatan ini dijadikan tambahan “*reward*” pada kedua subjek, agar kedua subjek termotivasi.

Strategi menempel dipilih karena, saat ini subjek sedang gemar menempel. Hal ini sesuai dengan pendapat Bromley (dalam Nurbiana Dhieni, dkk., 2008:22) menyebutkan bahwa “strategi yang dapat digunakan dalam pengembangan keterampilan anak adalah menyediakan hal sesuai dengan minat anak, melibatkan anak dan situasi secara individu dalam kelompok kecil, maupun kelompok besar”.

Hasil Penelitian mengenai keterampilan bina diri menggosok gigi pada anak tunagrahita

kategori sedang melalui metode latihan (*drill*) secara keseluruhan mengalami peningkatan dari tahap pra tindakan hingga pasca tindakan siklus II, masing-masing subjek mengalami peningkatan pada siklus II. Subjek E meningkat 20,2% dari Siklus I ke siklus II dengan nilai 70,1 meningkat menjadi 90,3 pada siklus II dan menunjukkan peningkatan 30,7% dari pra tindakan hingga pasca tindakan siklus II dengan nilai pra tindakan 59,6 meningkat menjadi 90,3 pada pasca tindakan siklus II.

Pada subjek D meningkat 19,3% dari siklus I ke siklus II dengan nilai 68,2 meningkat menjadi 87,5 pada siklus II dan menunjukkan peningkatan 30,8% dari pra tindakan hingga pasca tindakan siklus II dengan nilai pra tindakan 56,7 meningkat menjadi 87,5 pada pasca tindakan siklus II.

Jadi, penggunaan metode latihan (*drill*) dapat meningkatkan keterampilan bina diri kedua subjek dalam melakukan aktivitas menggosok gigi. Peningkatan pada aktivitas keterampilan bina diri menggosok gigi yang diamati. Ketertarikan kedua subjek pada kegiatan pembelajaran ini, karena adanya latihan yang memberikan pengalaman belajar yang bersifat konkret. Selain itu, cara pembelajaran keterampilan bina diri menggosok gigi melalui metode latihan (*drill*) tidak mengharuskan kedua subjek berkonsentrasi dalam waktu yang lama, namun dilakukan dengan berulang-ulang menjadikan kebiasaan, serta divariasikan dengan memberikan kegiatan kegemaran subjek, agar tidak menyebabkan kebosanan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dan guru kelas dapat disimpulkan bahwa keterampilan bina diri menggosok gigi anak tunagrahita kategori sedang melalui metode latihan (*drill*) dapat meningkat yang dibuktikan dengan mencapai lebih dari KKM yaitu perolehan yang lebih dari 75. Pada tahap pra tindakan subjek E meningkat 10,5% pada pasca tindakan siklus I, sedangkan pada pasca tindakan siklus II meningkat menjadi 20,2%. Peningkatan keterampilan bina diri menggosok gigi subjek E dari pra tindakan hingga pasca tindakan siklus II menunjukkan peningkatan 30,7% dengan nilai pra tindakan dari 59,6 meningkat menjadi 90,3 pada pasca tindakan siklus II. Pada subjek D pra tindakan meningkat 11,5% pada pasca tindakan siklus I, sedangkan pada pasca tindakan siklus II meningkat menjadi 19,3%. Peningkatan keterampilan bina diri menggosok gigi subjek D menunjukkan peningkatan 30,8% dengan nilai pra tindakan 56,7 meningkat menjadi 87,5 pada pasca tindakan siklus II.

Peningkatan diperoleh dengan cara yaitu, (1) memberikan pembiasaan dan pembimbingan lebih intens pada setiap aktivitas, (2) adanya bantuan media visual berupa gambar atau foto tata cara menggosok gigi, dan (3) menambahkan kegiatan kegemaran siswa sebagai *reward* agar siswa aktif dalam mengikuti pembelajaran.

## Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, peneliti menyampaikan saran, sebagai berikut :

### 1. Bagi Guru

Sebaiknya dapat menggunakan metode latihan (*drill*) dengan strategi yang lebih bervariasi dalam pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan bina diri menggosok gigi pada anak tunagrahita kategori sedang.

### 2. Bagi Sekolah

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam penggunaan metode pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan bina diri menggosok gigi siswa.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat meneliti mengenai keterampilan bina diri menggosok gigi menggunakan metode latihan pada siswa tunagrahita kategori sedang pada jenjang dan sekolah lain sehingga hasilnya dapat digeneralisasikan, serta diselingi kegiatan yang lebih menyenangkan agar anak tidak mudah jenuh atau melakukan penolakan saat pembelajaran dilakukan berulang-ulang.

## DAFTAR PUSTAKA

Dhieni, N. (2008). *Metode Pengembangan Bahasa*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Effendi, M. (2006). *Pengantar Psikopedagogi Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Bumi Aksara.

Mumpuniarti. (2007). *Pendekatan Pembelajaran Bagi Anak Hambatan Mental*. Yogyakarta: Kanwa Publisher.

Nurzaman, D.D., & Dhamrin D. J. (2012). *Pembangunan Aplikasi Sistem Pakar untuk Diagnosis Penyakit Gigi dan Mulut pada Manusia*. *Jurnal Alogaritma*, 9, 1-8.

Permendikbud. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 157, Tahun 2014, tentang Kurikulum Pendidikan Khusus*.

Purwanta, N. (2006). *Prinsip-prinsip Evaluasi Pengajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Roestiyah. (2001). *Strategi Belajar Mengajar Salah Satu Unsur Pelaksanaan Strategi Belajar Mengajar: Teknik Penyajian*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.

Sagala, S. (2006). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.

Sanaky, AH Hujair. (2013). *Media Pembelajaran Interaktif-Inovatif*. Yogyakarta: Kauba Dipantara.

Sugihartono (2013). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.

Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I. (2010). *Kesehatan Remaja: Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.

Wantah, Maria. J. (2007). *Pengembangan Kemandirian Anak Tunagrahita Mampu Latih*. Jakarta: Depdiknas.