

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN BINA DIRI MEMASAK BAGI ANAK AUTIS DI SLB  
CITRA MULIA MANDIRI YOGYAKARTA**

**LEARNING APPLICATION OF COOKING ACTIVITY DAILY LEARNING TO  
AUTISM STUDENTS IN SLB CITRA MULIA MANDIRI YOGYAKARTA**

Oleh : Saraswati Devi,  
pendidikan luar biasa, fakultas ilmu pendidikan, universitas negeri yogyakarta  
[carasdevi@gmail.com](mailto:carasdevi@gmail.com)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pembelajaran bina diri memasak bagi anak autis di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Penelitian ini menggunakan tiga orang subjek yaitu satu guru memasak dan dua siswa autis. Metode pengumpulan data yang digunakan ialah metode observasi dan wawancara. Instrumen yang digunakan ialah pedoman observasi serta pedoman wawancara. Analisis data yang digunakan ialah analisis dengan teknik reduksi data, penyajian data, dan penyimpulan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pembelajaran bina diri memasak disesuaikan dengan karakteristik siswa. (2) Kesulitan yang ditemui guru selama pembelajaran memasak berlangsung berbeda-beda sesuai dengan karakteristik anak. (3) Upaya yang dilaksanakan guru dalam mengatasi permasalahan yang ditemui ketika mengajarkan pembelajaran bina diri memasak bagi anak autis ialah guru mencari tahu penyebab terjadinya permasalahan serta berusaha untuk menyelesaikannya.

*Kata kunci: Pembelajaran, Bina diri memasak, Anak autis*

*Abstract*

*The aim of this research was to describe learning of cooking activity daily learning to autism students in SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta. This was a qualitative research with descriptive method. The subjects in this research were three people, they were cooking teacher and two autism students. Data was collected by observation and interview method. Instruments that used were observation guide and interview guide. Data was analysed by reducing data technique, presenting data, and concluding data. The result of this research showed (1) Learning of cooking activity daily learning must had a good compatibility with the students characteristic. (2) The difficulties found by teacher when cooking learning were different, depend on students characteristic. (3) The way was done by teacher to solve the problem when she taught the learning of cooking activity daily learning to autism students was teacher looking for the problem reason and trying to solve it.*

*Keywords: Learning, Cooking activity daily learning, Autism student*

## PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang memiliki kondisi khusus atau berbeda dari anak normal lainnya. Keadaan berbeda tersebut berupa kelainan dan kebutuhan menyimpang jika dibandingkan dengan keadaan anak normal lainnya. Anak berkebutuhan khusus memiliki jenis yang bermacam-macam. Anak berkebutuhan khusus memiliki jenis yang beragam, salah satunya ialah anak dengan autisme. Anak dengan autisme merupakan anak yang mengalami gangguan kompleks dalam perkembangan sosial, bahasa, dan perilaku. Gangguan perkembangan ini dapat dideteksi sebelum anak mencapai usia 3 tahun. Hanafi (dalam Hadis, 2006: 43) menyebutkan bahwa, autisme merupakan gangguan perkembangan organik yang mempengaruhi kemampuan anak-anak dalam menjalani kehidupannya.

Semua anak wajib mendapatkan pendidikan, termasuk anak dengan autisme. Negara telah mengaturnya dalam Undang-Undang Dasar 1945 Pasal 31 (ayat 1) yang berbunyi "Setiap warga negara berhak mendapat pendidikan". Pendidikan yang akan diterima anak autis akan berbeda dengan pendidikan yang anak normal terima pada umumnya. Hal yang membedakan pendidikan anak normal dengan pendidikan anak autis adalah orientasi atau tujuan dari pendidikan tersebut. Selain bertujuan untuk meningkatkan akademik, pendidikan yang diberikan untuk anak autis harus bertujuan untuk mengembangkan kemampuan komunikasi, sosial, perilaku, mengurangi perilaku non-adaptif, serta kemampuan dalam hal kemandirian. Hal ini bertujuan agar anak autis dapat hidup mandiri tanpa harus bergantung dengan orang lain. Salah satu upaya agar anak autis dapat hidup mandiri adalah dengan mengajarkan program bina diri. Program tersebut dapat diajarkan di sekolah untuk anak berkebutuhan khusus yaitu sekolah luar biasa (SLB).

SLB memiliki beberapa program bina diri yang bertujuan untuk meningkatkan kemandirian anak autis yang terkait dengan kesehariannya. Depdikbud (1994: 365) menyatakan bahwa tujuan dari pembelajaran bina diri memasak ialah Agar anak dapat hidup secara wajar dan mampu menyesuaikan diri di tengah-tengah kehidupan keluarga dan masyarakat dan agar anak dapat mengurus

keperluan sendiri serta dapat memecahkan masalah sendiri. Beberapa program bina diri tersebut antara lain bina diri mandi, mencuci, membersihkan rumah, dan memasak. Menurut Astaty (2003: 15) bina diri merupakan suatu usaha dalam membangun diri individu baik sebagai individu maupun makhluk sosial melalui pendidikan keluarga, di sekolah maupun di masyarakat, sehingga terwujud kemandirian dan keterlibatannya dalam kehidupan sehari-hari secara memadai. Sedangkan menurut Widhiastuti (2007: 1), kemampuan bantu diri merupakan kemampuan seorang anak atau individu dalam mengurus dirinya sendiri dari kemampuan yang sederhana seperti keterampilan membersihkan bagian-bagian tubuhnya sendiri (mencuci tangan, menggosok gigi, mandi, *toilet training*, makan, minum, menyisir rambut, dan berpakaian) hingga kemampuan bantu diri yang lebih kompleks seperti menyiapkan makan dan minum sendiri, memilih dan mempersiapkan pakaian sendiri, merapikan tempat tidur sendiri dan sebagainya.

Salah satu SLB yang menyelenggarakan pendidikan bina diri untuk anak autis adalah SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta. Program bina diri yang diajarkan di SLB Citra Mulia Mandiri kepada siswa bermacam-macam disesuaikan dengan keadaan, kemampuan dan kebutuhan siswa. Salah satu program bina diri yang diajarkan adalah merawat diri sendiri dan lingkungan, dalam hal ini mencakup mandi, berpakaian, gosok gigi, makan, *toilet training*, mencuci baju, mencuci piring, berkebun, dan memasak. Program bina diri untuk anak autis bertujuan untuk membekali anak autis agar mempunyai kemampuan bina diri, sehingga dapat mengurangi ketergantungan dengan orang lain.

Memasak merupakan salah satu keterampilan yang wajib dimiliki setiap orang agar dapat memenuhi kebutuhan dasar hidup yaitu kebutuhan akan makan. Menurut Bartono dalam Syahrizal (2014: 71), memasak adalah membuat suatu bahan mentah menjadi matang dengan tujuan agar dapat dimakan sesuai naluri manusia nomor tiga, yaitu yang disebut dengan istilah *voedingsdrang*. Dengan mengajarkan keterampilan memasak, anak diharapkan akan dapat membantu diri sendiri dalam

menyiapkan kebutuhan makan mereka masing-masing.

Peneliti memilih untuk melakukan penelitian di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta karena SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta merupakan salah satu SLB khusus autisme yang memiliki pembelajaran bina diri memasak bagi siswa autisme. Peneliti telah melaksanakan kegiatan observasi di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta pada tahun 2017. Hasil yang ditemukan selama observasi di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta menunjukkan bahwa ada beberapa permasalahan yang terjadi saat pembelajaran memasak. Permasalahan-permasalahan tersebut antara lain anak menolak untuk mengikuti proses pembelajaran memasak ketika *mood* anak sedang kurang baik sehingga guru juga mengalami kesulitan untuk membujuk anak agar anak mau mengikuti pembelajaran memasak kembali. Selain itu beberapa anak juga mengalami kesulitan dalam motorik halus. Kesulitan yang ditemui peneliti antara lain siswa mengalami kesulitan saat mengupas dan memotong bahan makanan, sehingga mempengaruhi proses pembelajaran memasak.

Permasalahan lain yang ditemukan dalam pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta yakni siswa mengalami kesulitan dalam pembelajaran memasak karena tahapan-tahapan yang dilalui siswa dalam proses pembelajaran memasak berbeda-beda setiap kali dilaksanakan pembelajaran memasak. Tahapan-tahapan memasak tersebut belum runtut sehingga siswa mengalami kesulitan dalam mengingat tahapan-tahapan memasak yang diajarkan. Anak autisme memiliki karakteristik mempertahankan keteraturan dan kecenderungan melakukan perulangan dalam melaksanakan sesuatu secara konsisten sehingga pembelajaran memasak bagi anak autisme harus dilaksanakan dengan memperhatikan karakteristik tersebut.

Merujuk dari komponen-komponen pembelajaran, beberapa permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran memasak bagi anak autisme di SLB Citra Mulia Mandiri adalah dari metode pembelajaran yang digunakan, sehingga muncul permasalahan-permasalahan seperti anak kurang bisa memahami pembelajaran, hingga tahapan pembelajaran

yang belum runtut. Melihat permasalahan-permasalahan di atas, maka dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta belum diketahui secara lengkap dan rinci. Oleh karena itu, peneliti ingin mengungkap gambaran nyata dari permasalahan-permasalahan yang ditemui dalam proses hingga evaluasi pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta serta bagaimana cara guru untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang muncul tersebut.

## METODE PENELITIAN

### Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif dengan jenis kualitatif. Menurut Sukmadinata (2015: 60) pendekatan kualitatif merupakan suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang baik secara individual maupun kelompok. Tujuan penelitian deskriptif, yakni untuk menjelaskan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau daerah tertentu (Arifin, 2014: 54).

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian yang digunakan adalah satu guru dan dua siswa autisme. Guru yang digunakan sebagai subjek merupakan guru memasak. Guru memasak disini berperan sebagai informan yang akan diwawancarai dan dua siswa autisme yang akan diobservasi. Berikut ini merupakan deskripsi subjek siswa:

#### a. Identitas Subjek Penelitian

- 1) Nama Guru : IS (Inisial)  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Umur : 43 Tahun  
Status : Non PNS
- 2) Nama Siswa : INZ (Inisial)  
Umur : 12 Tahun  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kelas : IV SD
- 3) Nama Siswa : BRP (Inisial)  
Umur : 19 Tahun  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Kelas : X SMA

## b. Deskripsi subjek penelitian

### 1) Subjek IS

Subjek IS merupakan guru yang ditunjuk sebagai guru pengampu pembelajaran memasak atau tata boga di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta. Subjek IS telah menjadi guru di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta selama 12 tahun yakni sejak tahun 2006. Subjek IS merupakan lulusan jurusan Pendidikan Kewarganegaraan, namun subjek IS telah memiliki sertifikat pendidikan luar biasa (PLB) setelah menempuh pendidikan keahlian dari Jurusan Pendidikan Luar Biasa UNY selama satu tahun sehingga dirasa telah cukup cakap untuk mengajar anak berkebutuhan khusus.

Subjek IS kerap mengajak siswa-siswanya untuk berkomunikasi secara intens meskipun mereka mudah beralih perhatiannya dan sebagian siswa mengalami kesulitan berkomunikasi, namun subjek IS mampu memahami inti dari apa yang disampaikan siswa-siswanya dengan cukup baik. Subjek IS juga mampu memahami keadaan-keadaan khusus yang dimiliki siswa-siswanya.

### 2) Subjek INZ

INZ dipilih menjadi salah satu subjek dalam penelitian ini karena berdasarkan pengamatan dan wawancara dengan guru, INZ memiliki karakteristik kemampuan intelektual dibawah rata-rata. INZ menunjukkan ciri-ciri anak dengan kemampuan intelektual dibawah normal, meskipun INZ tidak memiliki bukti IQ otentik yang dibuktikan dengan hasil tes IQ, namun INZ mengalami kesulitan dalam berpikir abstrak, daya ingat lemah, kesulitan memahami perintah kompleks, mudah bosan, mudah teralih perhatiannya, dan daya konsentrasi rendah.

### 3) Subjek BRP

Subjek BRP dipilih karena kondisi dan karakteristik subjek yang dirasa cocok sebagai subjek dalam penelitian ini. Subjek BRP memiliki tingkat intelektual di bawah rata-rata dengan ditandai ketidakmampuan dalam berpikir abstrak, sulit memahami sesuatu, daya ingat yang lemah, mengandalkan perulangan untuk menguasai suatu kemampuan, sulit memahami perintah kompleks, dan sebagainya.

## Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat penelitian berada di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta. *Setting* dari

penelitian ini ialah di dapur sekolah. SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta beralamatkan di Dukuh Semberembe, Desa Selomartani, Kecamatan Yogyakarta, Kabupaten Sleman, Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian dilaksanakan mulai dari tanggal 19 Maret 2018 hingga 3 April 2018.

## Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan dua metode yaitu metode observasi dan metode wawancara. Observasi sendiri dilakukan dengan cara mengamati jalannya proses pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta. Wawancara dilakukan untuk melengkapi data yang belum di dapatkan saat observasi. Wawancara disini digunakan untuk mengungkapkan pelaksanaan pembelajaran memasak, kesulitan yang muncul, serta upaya guru dalam mengatasi kesulitan-kesulitan yang muncul dalam pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan yang mendalam dan menyeluruh.

## Teknik Keabsahan Data

Teknik keabsahan data yang dipergunakan dalam penelitian ini merupakan teknik triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data dengan cara memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data tersebut untuk pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut (Djamil, 2015: 130). Teknik triangulasi data yang digunakan dalam penelitian ini ialah triangulasi teknik. Triangulasi teknik berarti menguji kredibilitas data dengan cara membandingkan beberapa teknik yang berbeda terhadap sumber yang sama (Dewi, 2017: 47). Peneliti akan membandingkan hasil data yang diperoleh dari observasi dengan data hasil wawancara.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Hasil Penelitian

#### a. Deskripsi Pelaksanaan Pembelajaran Bina Diri Memasak

Jenis masakan yang diajarkan pada siswa ada dua jenis yaitu menggoreng tempe dan memasak sop. Pembelajaran memasak dibagi menjadi dua hari yaitu hari senin

dengan jenis masakan yang dibuat adalah menggoreng tempe dan hari rabu dengan jenis masakan yang dibuat adalah memasak sop. Hal ini dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah dibagi oleh guru memasak.

Materi Pembelajaran yang diberikan berupa materi dalam mempersiapkan bahan yang akan dimasak, mempersiapkan alat untuk memasak, cara mengolah bahan mentah menjadi matang, menghidangkan makanan yang telah matang ke alat hidang, serta membersihkan, merapikan alat masak dan dapur. Kegiatan belajar mengajar yang diajarkan di SLB Citra Mulia Mandiri relatif sama dengan kegiatan belajar mengajar pada umumnya. Kegiatan belajar mengajar tersebut mencakup kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup. Menu masakan yang diajarkan ada 2 macam, hal ini menjadikan kegiatan belajar mengajar juga dibagi sesuai menu yang diajarkan.

Pendekatan pembelajaran yang digunakan dalam pelaksanaan pembelajaran memasak ialah pendekatan keterampilan proses. Hal ini dapat dilihat dari usaha guru untuk melibatkan siswa INZ dan BRP secara langsung dalam proses pembelajaran memasak. Pada saat pembelajaran berlangsung, guru mengarahkan serta melibatkan siswa dalam proses memasak. Melalui pendekatan tersebut, siswa mampu mengembangkan keterampilan memasak secara langsung.

Metode pembelajaran yang digunakan dalam pelaksanaan pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri ada tiga macam. Metode yang digunakan merupakan perpaduan antara metode ceramah, metode demonstrasi, dan metode latihan (*drill*). Perpaduan beberapa metode tersebut dipilih berdasarkan kemampuan dan keadaan siswa. Metode ceramah digunakan saat menjelaskan cara memasak yang baik dan benar. Metode demonstrasi digunakan untuk menunjukkan cara mencuci bahan-bahan yang digunakan untuk memasak, cara untuk mengupas bahan-bahan memasak, cara memotong bahan masakan, cara memasak bahan mentah menjadi matang, cara untuk menyajikan makanan matang ketempat penyaji, cara membersihkan dan mencuci alat memasak serta mengembalikannya ke tempat semula, dan yang terakhir cara untuk membersihkan dapur setelah digunakan untuk memasak. Metode

latihan (*drill*) digunakan ketika siswa mengulangi pembelajaran memasak agar ia menjadi terbiasa dan terlatih dengan tahapan-tahapan memasak sesuai yang telah diajarkan oleh guru.

Media yang digunakan pada saat melaksanakan pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta, guru menggunakan media konkret yang berupa kompor, wajan, panci, spatula, penyaring minyak, cobek, ulekan, pisau, talenan, mangkuk, dan piring untuk media pembelajaran memasak. Pemilihan media tersebut di dasari oleh kebutuhan akan alat-alat yang akan digunakan untuk memasak sop dan tempe goreng. Media lain yang digunakan ialah media video yang di dapat dari *youtube*.

Evaluasi pembelajaran yang dilakukan pada saat melaksanakan pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta ialah evaluasi proses. Evaluasi proses dilaksanakan dengan melihat performa siswa dalam menyiapkan alat dan bahan untuk memasak hingga proses memasak bahan mentah hingga matang dan disajikan. Saat evaluasi proses, guru dapat mengetahui kemampuan dan pemahaman materi yang telah dikuasi oleh siswa. Selain dapat mengetahui kemampuan siswa, evaluasi proses juga dapat menjadi momentum yang tepat bagi guru untuk melihat apakah siswa dapat melaksanakan proses memasak dengan benar atau belum sehingga guru dapat memberikan pembetulan jika siswa salah dalam proses memasak tersebut. Selain evaluasi proses, guru juga menerapkan teknik evaluasi tes lisan. Tes lisan dilaksanakan dengan memberi pertanyaan ketika proses pembelajaran memasak telah selesai dilaksanakan. Tes ini berisi pertanyaan-pertanyaan yang terkait nama alat dan bahan untuk memasak serta istilah-istilah yang digunakan dalam memasak seperti menggoreng, mengulek, dan sebagainya.

b. Kesulitan yang Dialami oleh Guru Ketika Mengajarkan Pembelajaran Keterampilan Bina Diri Memasak bagi Anak Autis.

1) Kesulitan Internal (dalam diri siswa)

Guru menyebutkan bahwa kesulitan dalam mengkondisikan anak berbeda di setiap individu karena keadaan dan kebutuhan tiap individu yang berbeda-beda. Siswa yang mengalami kesulitan dalam mengucapkan kata akan mengalami kesulitan dalam berkomunikasi di saat pembelajaran memasak.

INZ dan BRP mengalami kesulitan dalam berkomunikasi karena keengganan berbicara dan kata yang diproduksi juga masih kurang jelas sehingga lawan bicara terkadang mengalami kesulitan untuk memahami maksud dari perkataan INZ dan BRP. INZ juga sering meracau dengan tidak jelas dan tanpa sebab. Subjek INZ dan BRP sering marah dan tantrum jika *mood* sedang tidak baik, lapar, atau ingin mengutarakan sesuatu tapi lawan bicaranya tidak memahami maksud subjek.

Guru menyebutkan bahwa kesulitan yang dialami dari aspek perilaku yaitu tantrum dan perilaku repetitif. Perilaku tantrum biasanya dipicu oleh lapar atau marah karena dilarang melakukan sesuatu. Perilaku repetitif yang muncul dari INZ yaitu menggoyang-goyangkan badan, menggumam tidak jelas, mondar-mandir, berteriak-teriak, dan sebagainya. Perilaku repetitif BRP yaitu sering melompat-lompat, mengayun-ayunkan tangan, terkekeh-kekeh tanpa sebab, menggumam dan mengeluarkan suara-suara yang tidak jelas, terkadang menggigit tangan ketika ia lapar. Perilaku-perilaku repetitif seperti ini yang akan menghambat proses pembelajaran memasak karena subjek INZ dan BRP tidak bisa fokus jika terus menerus melakukan perilaku repetitif.

Guru menyebutkan bahwa kesulitan yang dialami dari aspek interaksi sosial anak autis ialah kesulitan komunikasi yang menyebabkan interaksi menjadi terbatas. Cara bicara subjek INZ dan BRP yang masih belum lancar dan jelas menjadikan komunikasi dua arah dengan guru menjadi terhambat. Karena kurangnya komunikasi, maka interaksi juga tidak banyak terjadi. Siswa lebih sering menyendiri dan sibuk dengan dunianya sendiri serta tidak memiliki inisiatif untuk mengerjakan hal lain atau bergabung dan berkumpul dengan orang lain. Interaksi yang terjadi biasanya terjadi ketika guru bertanya kepada siswa dan siswa baru mau menjawab guru, bahkan terkadang siswa hanya diam dan guru harus mengulangi pertanyaan agar subjek mau menjawab. Selain itu, siswa biasa menarik tangan guru ketika menginginkan sesuatu atau ingin menyampaikan sesuatu.

Guru menyebutkan bahwa kesulitan yang dialami dari aspek komunikasi siswa autis yaitu meskipun subjek INZ dan BRP sudah mampu memahami perintah, tapi perintah yang diberikan harus dalam bentuk

perintah sederhana dengan kalimat yang juga sederhana. Subjek BRP dan INZ sudah mampu mengidentifikasi alat dan bahan memasak, namun terkadang subjek masih lupa nama alat dan bahan tersebut. Subjek sering mendapat bantuan guru untuk mengingat nama alat dan bahan memasak dengan cara menyebutkan satu suku kata pertama dari nama-nama alat dan bahan memasak. Pada pembelajaran memasak, subjek INZ mampu mengingat tahapan-tahapan yang dibutuhkan untuk memasak sop maupun tempe goreng. Ia mampu mengurutkan tahapan-tahapan tersebut meskipun belum sepenuhnya bisa melaksanakan dengan mandiri. Namun subjek BRP belum bisa mengingat maupun melaksanakan tahapan-tahapan memasak dengan mandiri dan full harus dengan instruksi guru. Pada pelaksanaan, jika *mood* siswa sedang kurang baik, maka siswa tidak mau melaksanakan perintah guru, dan jika dipaksa maka subjek akan marah.

Guru menyebutkan bahwa lama waktu efektif bagi siswa untuk berkonsentrasi berbeda di tiap siswa. Subjek INZ cenderung memiliki ketahanan fokus yang lumayan lama jika dibanding dengan subjek BRP. INZ mampu fokus menyelesaikan satu kegiatan hingga selesai meskipun kadang masih sering berhenti sesuka hati namun ia mau melanjutkan pekerjaan yang tertunda dengan sukarela. INZ masih menyukai pekerjaannya sehingga sering menyelesaikan suatu pekerjaan dengan berlebihan. Misal INZ diinstruksikan guru untuk mengupas empat bawang, namun INZ mengupas lebih dari empat bawang sehingga guru mengingatkan INZ untuk berhenti, namun INZ sering marah-marah dan berteriak-teriak jika ia dibatasi melakukan hal yang ia sukai. INZ mampu berkonsentrasi dan menyelesaikan pekerjaannya dengan durasi waktu maksimal 20 menit. Subjek BRP memiliki rentang waktu konsentrasi yang sangat rendah. BRP mampu untuk duduk dan fokus berkonsentrasi belajar hanya berkisar sekitar satu hingga dua menit saja. Setelah satu hingga dua menit, ia akan melakukan hal lain sesuka hatinya, misalnya mondar-mandir di dalam dapur hingga melompat-lompat mengelilingi dapur. BRP sering keluar dari dapur jika *mood* subjek sedang tidak baik untuk belajar memasak. Namun jika kondisi dan *mood* BRP sedang baik, ia mampu duduk tenang hingga kisaran waktu sepuluh menit.

Guru menyebutkan bahwa faktor pertama yang menjadi pengganggu dalam konsentrasi anak autis ialah suasana di dalam ruangan pembelajaran memasak yaitu dapur. Jika suasana tenang dan tidak ramai, siswa akan mudah untuk berkonsentrasi dan mampu mempertahankan konsentrasinya dengan maksimal. Faktor yang kedua yaitu keadaan fisik siswa. Keadaan fisik siswa yang kurang sehat akan mempengaruhi kemampuan konsentrasi dan *mood* subjek. Faktor yang ketiga ialah terlalu banyak perintah atau instruksi karena siswa tidak suka jika diberi terlalu banyak perintah, akibatnya ia akan marah dan tidak bisa berkonsentrasi. BRP sering membuat guru mengulang-ulang perintah karena BRP sering tidak mau menurut dalam satu kali instruksi. Subjek INZ mau melaksanakan perintah dalam satu kali instruksi, namun jika *mood* sedang tidak baik, ia akan melaksanakan instruksi sambil marah-marah. Guru menyebutkan bahwa aspek kesehatan tidak mempengaruhi dalam pemilihan menu masakan bagi siswa autis. Hal ini disebabkan orang tua subjek INZ dan BRP tidak menerapkan diet atau pembatasan bahan makanan tertentu bagi kedua subjek tersebut.

## 2) Kesulitan Eksternal (dari luar diri siswa)

Guru menyebutkan bahwa kesulitan yang dihadapi guru dari lingkungan sekolah saat pembelajaran memasak berlangsung yang pertama ialah pengaturan jadwal yang kurang terstruktur dengan baik. Kesulitan yang kedua yakni keterbatasan alat memasak. Alat pembelajaran memasak tidak banyak tersedia di dapur SLB Citra Mulia Mandiri sehingga beberapa kali INZ dan BRP terlihat berebut dalam menggunakan alat pembelajaran memasak. Kesulitan selanjutnya ialah keterbatasan ruang praktek dan fasilitas pembelajaran memasak. Ruang praktek memasak yang tersedia di SLB Citra Mulia Mandiri merupakan ruangan kecil yang difungsikan sebagai dapur dan hanya muat untuk kurang lebih delapan hingga sepuluh orang saja. Kesulitan yang lain ialah keterbatasan dalam literatur dan sumber belajar siswa. Sumber pembelajaran memasak bagi siswa berkebutuhan khusus sangat sulit didapat, terlebih untuk anak autis. Guru hanya menggunakan media internet untuk mencari materi pembelajaran. Materi yang diajarkan biasanya dicari dari *youtube*.

Guru menyebutkan bahwa tidak ditemukan kesulitan dari orang tua siswa dalam pembelajaran memasak. Orang tua cenderung mendukung anaknya untuk melakukan pembelajaran memasak. Orang tua memahami bahwa pembelajaran memasak dapat meningkatkan kemampuan bina diri siswa serta dapat meningkatkan kemandirian bagi siswa. Orang tua menyatakan bahwa pembelajaran memasak bagi anak mereka telah memberi dampak yang signifikan ketika orang tua mengajak anak untuk memasak bersama di rumah masing-masing. Beberapa orang tua menyatakan anak mereka mampu diinstruksikan membantu orang tua memasak di rumah, misalnya anak di minta untuk mengupas bahan masakan maupun di minta untuk mengambilkan alat memasak.

Guru menyebutkan bahwa kesulitan yang dialami dari lingkungan teman sekolah berupa siswa saling berebut alat untuk memasak sehingga mereka bertengkar. BRP dan INZ belum memahami konsep antri dalam meminjam alat memasak sehingga mereka sering mengambil barang yang mereka butuhkan meskipun alat tersebut sedang digunakan orang lain. INZ dan BRP juga tidak bisa mengkomunikasikan keinginan mereka satu sama lain sehingga mereka tidak memahami bagaimana cara meminjam alat memasak dari teman yang lain. Guru menyebutkan bahwa tidak ada kesulitan yang dialami guru diluar dari lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, maupun lingkungan teman sekolah siswa. Kesulitan-kesulitan yang telah disebutkan merupakan kesulitan yang muncul dari lingkungan sekolah dan lingkungan teman sekolah siswa saja. Tidak ada kesulitan yang muncul dari aspek keluarga.

## c. Upaya yang Dilakukan oleh Guru dalam Mengatasi Kesulitan yang Dialami Guru Ketika Mengajarkan Pembelajaran Memasak.

### 1) Upaya yang Dilakukan untuk Mengatasi Kesulitan Eksternal (dari luar diri siswa)

Guru menyebutkan bahwa upaya yang dilakukan guru untuk mengondisikan siswa yang tantrum yaitu dengan menenangkan siswa tersebut, memberi perhatian serta bertanya pada siswa apa yang dirasakan dan apa yang diinginkan oleh siswa. Guru berusaha untuk menyelesaikan masalah siswa dengan membuka komunikasi kepada siswa. Guru berusaha memberikan kebutuhan siswa, misal

jika siswa marah atau menangis karena lapar, maka guru berusaha memenuhi kebutuhannya tersebut dengan memberi makanan agar siswa tenang. Setelah siswa tenang, guru membujuk siswa agar mau melanjutkan pembelajaran memasak lagi. Jika ada siswa yang marah-marah, guru mengingatkan siswa agar tenang dan mengkomunikasikan permasalahan yang dihadapi siswa. Jika permasalahan muncul dari aspek kesehatan siswa, maka pembelajaran dihentikan dan siswa diperbolehkan untuk istirahat.

Guru menyebutkan bahwa usaha yang dilakukan guru ialah mengingatkan siswa untuk tetap tenang dan mengingatkan siswa untuk tidak berbuat destruktif (memukul, merusak, dan sebagainya). Guru lalu menerangkan, jika siswa menginginkan sesuatu atau ingin mengutarakan sesuatu harus dengan cara yang baik agar guru dapat memahami maksud siswa. Ketika siswa marah karena tidak mau di beri instruksi dari guru, guru lalu memberi tahu siswa dengan baik-baik alasan mengapa siswa harus melaksanakan instruksi guru tersebut. Dalam menghadapi perilaku repetitif siswa seperti melompat-lompat di dalam ruang memasak, guru juga mengingatkan siswa untuk berhenti dan tidak melompat-lompat di dalam dapur karena hal tersebut bisa membahayakan siswa dan orang lain karena di dalam dapur terdapat banyak benda-benda berbahaya yang bisa mengenai siswa. Setelah dinasehati, siswa biasanya akan berhenti dan memahami karena sebenarnya sudah sering diingatkan, namun siswa masih saja sering mengulangi tindakan-tindakan repetitif sehingga guru harus sigap untuk menasehati siswa agar berhenti melakukan perilaku-perilaku repetitif tersebut. Perilaku terkekeh-kekeh sendiri yang sering dilakukan BRP biasanya dikarenakan BRP mengingat hal-hal lucu yang pernah dialaminya. Guru cenderung membiarkan perilaku tersebut karena perilaku tersebut tidak terlalu mengganggu jalannya pembelajaran memasak. Perilaku INZ yang sering marah-marah tanpa sebab hanya di atasi dengan mengingatkan dan menasehati INZ agar berhenti marah-marah.

Guru menyebutkan bahwa hal pertama yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan dalam aspek interaksi sosial ialah guru harus mencari tahu permasalahan siswa. Keterbatasan komunikasi menjadi permasalahan utama dalam aspek interaksi

sosial hingga sering terjadi kesalah pahaman antara guru dan siswa. Guru akan meminta siswa untuk menegaskan dan menjelaskan maksud dari perkataan siswa yang kurang jelas dan memberi penjelasan pentingnya untuk mengatakan sesuatu dengan jelas. Guru juga mengingatkan bahwa berkomunikasi dengan kalimat akan lebih memudahkan orang lain memahami subjek daripada menarik-narik tangan orang lain maupun menunjuk-nunjuk suatu hal. Guru juga sering menasehati siswa agar mengurangi perilaku menyendiri dan meminta subjek bergabung serta bermain bersama teman-temannya yang lain. Ketika subjek menyendiri ketika pembelajaran memasak berlangsung, subjek diingatkan untuk kembali ke aktifitas belajar memasaknya. Guru juga sering mengondisikan siswa agar belajar di tempat yang sama agar mereka dapat saling berinteraksi.

Guru menyebutkan bahwa upaya yang dilakukan untuk mengatasi kesulitan dari aspek komunikasi salah satunya ialah dengan banyak berinteraksi dengan mereka sehingga guru terbiasa memahami keseharian dan pola komunikasi anak. Komunikasi yang baik akan mempersempit terjadinya kesalahpahaman dalam menangkap informasi. Selain itu, guru juga menerangkan pentingnya berkomunikasi oral karena orang lain akan lebih mudah memahami komunikasi secara oral. Guru juga mengingatkan anak untuk tidak menarik-narik tangan atau menunjuk-nunjuk untuk mengutarakan sesuatu. Subjek BRP mampu berkomunikasi oral dengan cukup baik meskipun pengucapannya masih banyak yang salah, namun ia perlu dorongan agar mau mengucapkannya secara oral. Subjek INZ banyak berbicara menggunakan bahasa oral, namun karena pengucapannya masih buruk, orang lain sering kurang mengerti dengan apa yang ia maksud. INZ akan merespon dengan marah-marah jika ia tidak dipahami. Guru akan membujuk INZ agar tenang dan mengutarakan maksudnya dengan pelan-pelan agar guru memahami maksud INZ. Subjek INZ dan BRP belum bisa memahami instruksi-instruksi kompleks sehingga guru harus menyederhanakan instruksi untuk mereka. Ketika subjek INZ dan BRP sedang tidak *mood* untuk melaksanakan instruksi, guru akan memberi waktu kepada mereka agar *mood* mereka membaik, kemudian baru diberi instruksi secara bertahap.



Guru menyebutkan bahwa permasalahan fokus pada siswa, biasanya terjadi karena kondisi siswa sedang kurang baik. Sebab dari kondisi tersebut harus dicari tahu oleh guru. Setelah sebab tersebut diketahui, guru akan mencari solusinya. Ketika permasalahan terjadi pada kondisi fisik siswa, guru akan meminta siswa untuk menyudahi pembelajaran dan beristirahat. Ketika permasalahan fokus terjadi karena hal-hal sepele, guru berusaha untuk menyingkirkan gangguan tersebut dan mengembalikan fokus anak ke pelajaran kembali. guru menyebutkan bahwa guru menghindari dan mengurangi bahan-bahan yang dianggap riskan bagi kesehatan anak autis. Bahan-bahan tersebut seperti gandum, susu, gula, dan MSG. Orang tua subjek INZ dan BRP tidak melakukan diet khusus sehingga tidak menghindari bahan makanan tertentu, namun guru tetap membatasi beberapa bahan masakan tertentu.

## 2) Upaya yang Dilakukan untuk Mengatasi Kesulitan Internal (dari luar diri siswa)

Guru menyebutkan bahwa permasalahan jadwal, guru telah membuat beberapa perubahan untuk membuat jadwal yang lebih baik lagi. Upaya yang dilakukan guru untuk menangani keterbatasan alat pembelajaran memasak yaitu menyiasatinya dengan memberi pekerjaan yang berbeda pada tiap anak. Contohnya ketika subjek BRP memotong sayur, subjek INZ akan mengulek bumbu. Ketika mereka selesai, guru akan menukar pekerjaan mereka sehingga mereka juga akan bergantian alat memasak, INZ akan memotong sayur dan BRP akan mengulek bumbu. Hal ini dirasa cukup efektif dalam menghindarkan siswa dari berebut alat memasak. Kendala ruang praktek memasak yang sempit diatasi oleh guru dengan membagi jadwal memasak yang merata sehingga semua siswa dapat melaksanakan pembelajaran memasak tanpa harus berdesak-desakkan di ruang pembelajaran memasak. Untuk menyiasati materi pembelajaran yang terbatas, guru mencari materi memasak melalui *youtube* dan mengajak siswa untuk menyaksikannya bersama. Guru akan menerangkan ketika siswa memperhatikan video.

Guru menyebutkan bahwa tidak ada permasalahan yang muncul dari keluarga siswa. Keluarga siswa cenderung mendukung kegiatan pembelajaran memasak agar siswa dapat mandiri di kemudian hari. Orang tua

siswa cenderung bersyukur karena setelah diadakannya pembelajaran memasak, siswa jadi mampu diajak untuk membantu orang tua mereka memasak di rumah masing-masing. Siswa mau membantu meskipun pekerjaan yang mereka lakukan masih cenderung pekerjaan-pekerjaan yang ringan dan mudah untuk dikerjakan seperti mengupas sayur, mengulek, mencuci sayur, mengambilkan piring, dan sebagainya. Guru menyebutkan bahwa untuk menanggulangi permasalahan berebut alat memasak karena tidak memahami konsep bergantian, siswa akan dileraikan ketika berebut. Cara untuk menyiasatinya, guru akan memberikan tugas yang berbeda kepada anak agar mereka bisa bergantian menggunakan alat tanpa harus berebut. Guru menyebutkan bahwa tidak ada permasalahan lain yang muncul di lingkup di luar aspek lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, dan lingkungan teman sekolah.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

1. Pelaksanaan pembelajaran bina diri memasak bagi anak autis di SLB Citra Mulia Yogyakarta
  - a. Materi pembelajaran yang diberikan guru kepada siswa berupa materi dalam mempersiapkan bahan yang akan dimasak, mempersiapkan alat untuk memasak, cara mengolah bahan mentah menjadi matang, menghidangkan makanan yang telah matang ke alat hidang, serta membersihkan, merapikan alat masak dan dapur.
  - b. Kegiatan belajar mengajar pada siswa autis meliputi kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup.
  - c. Pendekatan pembelajaran yang digunakan yaitu pendekatan keterampilan proses.
  - d. Metode yang digunakan merupakan metode campuran antara metode ceramah, metode demonstrasi, dan metode latihan (*drill*).
  - e. Media yang digunakan meliputi media konkret/media nyata dan media video
  - f. Evaluasi yang digunakan meliputi evaluasi proses pembelajaran dan evaluasi tes yang berupa tes lisan.
2. Kesulitan yang dialami oleh guru ketika mengajarkan pembelajaran keterampilan bina diri memasak bagi anak autis dibagi menjadi dua yaitu kesulitan internal (dari

dalam diri siswa) dan kesulitan eksternal (dari luar diri siswa).

- a. Kesulitan internal (dari dalam diri siswa)
  - 1) Kesulitan yang dialami saat mengkondisikan siswa autis yaitu dari aspek komunikasi, emosi, perilaku, dan fisik anak.
- b. Kesulitan Eksternal (dari luar diri siswa)
  - 1) Kesulitan yang dialami dari aspek lingkungan sekolah siswa autis terdiri dari pengaturan jadwal, keterbatasan ruang praktek dan fasilitas pembelajaran memasak, dan keterbatasan dalam literatur dan sumber belajar siswa
  3. Upaya yang dilakukan oleh guru dalam mengatasi kesulitan yang dialami guru ketika mengajarkan pembelajaran memasak dibagi menjadi dua yaitu upaya untuk mengatasi kesulitan internal (dari dalam diri siswa) dan upaya untuk mengatasi kesulitan eksternal (dari luar diri siswa).
    - a. Upaya untuk mengatasi kesulitan internal (dari dalam diri siswa)
      - 1) Upaya yang dilakukan dalam mengkondisikan kesulitan yang muncul ketika pembelajaran memasak berlangsung yaitu menenangkan siswa, bertanya apa yang diinginkan, membuka komunikasi dengan siswa, serta memberikan kebutuhan siswa agar siswa tenang kembali.
    - b. Upaya untuk mengatasi kesulitan eksternal (dari luar diri siswa)
      - 1) Upaya yang dilakukan dalam mengatasi kesulitan dari aspek lingkungan sekolah antara lain guru telah membuat beberapa perubahan untuk membuat jadwal yang lebih baik, guru menyalasati keterbatasan alat dengan memberi pekerjaan yang berbeda pada tiap siswa sehingga siswa dapat bergantian menggunakan alat, guru membagi jadwal memasak yang merata sehingga semua siswa dapat melaksanakan pembelajaran memasak tanpa harus berdesak-desakkan di ruang pembelajaran memasak, dan guru mencari materi memasak melalui *youtube* untuk menyalasati materi pembelajaran yang terbatas.

## Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka terdapat beberapa saran yang diajukan sebagai berikut:

1. Bagi Guru
  - a. Guru diharapkan mampu menyediakan bahan ajar serta materi pembelajaran yang lebih lengkap di kemudian hari.
  - b. Guru diharapkan dapat membuat RPI khusus dalam pelaksanaan pembelajaran bina diri memasak siswa sehingga guru dapat mendapatkan panduan yang lebih baik lagi dalam mengajar
2. Bagi Kepala Sekolah
 

Kepala sekolah hendaknya mengupayakan pengadaan media pembelajaran salah satunya adalah media buku cerita bergambar untuk digunakan sebagai salah satu alternatif media dalam pembelajaran di sekolah sehingga memudahkan siswa dalam memperoleh dan mengolah informasi pembelajaran dari guru.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
 

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk melaksanakan penelitian hingga akhir semester agar mampu melihat proses evaluasi akhir semester yang dilaksanakan dalam pembelajaran memasak di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z. (2014). *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Astati dkk, (2003). *Program Khusus Bina Diri Bisakah Aku Mandiri*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pembinaan Pendidikan Luar Biasa.
- Depdikbud. (1994). *Kurikulum Pendidikan Luar Biasa Bagian C Ringan*. Jakarta: Direktorat PLB.
- Dewi, C.R. (2017). *Pelaksanaan Pembelajaran Keterampilan Holtikultura bagi Anak Autistik di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta*. *Skripsi*. Yogyakarta: Pendidikan Luar Biasa FIP UNY
- Hadis, A. (2006). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Autistik*. Bandung: Alfabeta.
- Syahrizal, S. & Putri, H.P. (1 Maret 2014). *Usaha Pengelolaan Makanan Untuk*

*Meningkatkan Kualitas Makanan Di Warung Makan Ulegfood Bantul. Jurnal Khasanah Ilmu Vol. V, 71, 69-75.*

Widhiastuti, S. (2007). *Melatih Kemampuan Bantudiri Anak Autis*. Yogyakarta: CV Datamedia.