PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA

THE INCREASE OF PRE-MENSTRUATION SKILL THROUGH PRACTICE METHOD FOR AUTISM CHILDREN IN SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA

Oleh:
Muji Lestari
Jurusan Pendidikan Luar Biasa, Universitas Negeri Yogyakarta
lestariabadi25@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang dilakukan secara kolaboratif. Pemberian tindakan dilakukan selama 2 siklus. Subyek penelitian terdiri dari seorang anak autis yang belum mengalami menstruasi. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes unjuk kerja dan observasi. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskripstif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode latihan dapat meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Hal itu dibuktikan dengan adanya peningkatan dari kemampuan awal subyek FIA yang mendapat skor 40. Setelah dilakukan tindakan pada siklus I berupa pemberian penjelasan dan kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi dengan pemberian contoh dan bimbingan, subyek memperoleh skor 56. Pasca tindakan siklus II subyek mampu memperoleh skor 74,67 atau meningkat sebesar 18,67% dan telah memenuhi KKM yang ditentukan yakni 70. Hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi pasca tindakan siklus II yaitu subyek dapat melakukan keterampilan secara mandiri pada tahap membuka bungkus pembalut, melepas kertas perekat, memasukan pembalut ke kantong plastik, membuang pembalut ke tempat sampah dan dapat melakukan dengan bantuan verbal pada tahap melepas celana, memakai celana dalam yang sudah dipasangi pembalut, melepas pembalut, mencuci pembalut, memeras pembalut. Kesimpulan akhir adalah penggunaan metode latihan dapat meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.
Kata kunci: *Keterampilan pra menstruasi, metode latihan, anak autis*

Abstract

This research aimed to increase pre-menstruation skill through practice method for autism children in SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. This research was Action Research which was done collaboratively. The research was done in two cycles. The subject of the research was a student of autism children who was not has menstruation yet. The data collection technique was using work test technique and observation. The data analysis was using quantitative descriptive analysis. The result of the research showed that the use of practice method could increase pre-menstruation skill for autism children in SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. It was proved by there was an increase in FIA early subject ability which gained 40 score. After the first cycle was done by giving explanation and increasing activity in pre-menstruation with giving example and coaching, the subject of the research gained 56 score. After the second cycle was done, the subject of the research could gain 74.67 score or it increased 18,67% and had fulfilled KKM which was decided in 70 score. The result of increasing pre-menstruation skills after second cycle is the sybject can perform the skills independently in the stage of unwrapping the sanitary napkins, removing adhesive paper, put sanitary napkins into the plastic bag, throw the sanitary napkins into the trash. Subject also can perform with the verbal help in the stage of take off pants, wear pants which was fitted with a sanitary napkins, removing the sanitary napkins, wash the sanitary napkins, squeeze the sanitary napkins. The conclusion was by giving exercise method, it could increase pre-menstruation skill for autism children in SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

Key words: pre-menstruation skill, exercise method, autism children

PENDAHULUAN

Anak autis merupakan salah satu jenis dari anak berkebutuhan khusus yang mengalami gangguan perkembangan pada tiga aspek perkembangannya yang meliputi aspek komunikasi, aspek interaksi sosial dan aspek perilaku. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat ahli yang menyatakan bahwa autisme merupakan gangguan perkembangan yang berat pada anak. Perkembangan anak autis menjadi terganggu terutama dalam aspek komunikasi, interaksi, dan perilaku (Mirza Maulana, 2012:12-13). Adanya gangguan perkembangan pada anak autis menyebabkan anak mengalami hambatan dalam berkomunikasi, kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan disekitarnya, berperilaku yang tidak wajar dan kurang mandiri dalam mengurus dirinya sendiri sehingga bergantung dengan bantuan orang lain.

Layanan pendidikan non akademik yang bersifat pengembangan diri sangat penting diberikan kepada anak autis. Program pengembangan diri memiliki tujuan untuk menyiapkan anak menjadi individu yang mandiri di kemudian hari sehingga melatih anak untuk tidak bergantung kepada bantuan orang lain. Pengembangan diri yang dapat diberikan kepada anak autis dapat berupa keterampilan bina diri, salah satunya adalah keterampilan mengurus diri sendiri. Keterampilan mengurus diri dapat dibagi dalam berbagai macam kegiatan sehari-hari yang tidak bisa lepas dari kebutuhan diri anak, seperti keterampilan *toileting* dan keterampilan menggunakan dan mengganti pembalut bagi anak perempuan saat mengalami menstruasi.

Adanya hambatan yang dimiliki anak autis tidak berpengaruh dengan perkembangan biologisnya. Anak autis tetap mengalami perkembangan biologis yang normal, sehingga akan mengalami pubertas seperti anak normal pada umumnya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Fauziah Rachmawati (2012:41) yang berpendapat bahwa anak autis perempuan juga mengalami perkembangan biologis seperti anak normal lainnya, sehingga juga mengalami masa pubertas dan mengalami perubahan emosional, fisik, dan sosial yang hampir sama.

Kemampuan terhadap keterampilan pra menstruasi akan sangat mudah dikuasai oleh anak normal, namun hal tersebut tidak mudah dikuasai oleh anak autis. Oleh karena itu, bimbingan keterampilan pra menstruasi sangat penting diberikan kepada anak autis sedini mungkin dan secepatnya harus segera diberikan kepada anak yang sudah mulai memiliki ciri-ciri seks sekunder. Hal tersebut didukung oleh penelitian Sukinah & Endang Rochyadi (2010:162) yang menyatakan bahwa orangtua dan guru sebaiknya mengajarkan anak autis cara memakai pantilener dan pembalut sedini mungkin dengan pembiasaan agar tidak risih ketika waktu menstruasi tiba. Bimbingan keterampilan pra menstruasi dapat diberikan oleh orangtua saat di rumah dan oleh guru saat di sekolah. Hal tersebut akan mendukung keberhasilan pada anak dalam menguasai keterampilan pra menstruasi yang tentunya akan mempengaruhi kemandirian anak autis dalam mengurus diri saat menstruasi tiba.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta pada bulan Oktober dan November 2016 ditemukan permasalahan sebagai berikut:

1. Anak autis yang akan mengalami menstruasi belum mengetahui tentang konsep menstruasi dan kegunaan pembalut.
2. Anak autis usia 11 tahun belum pernah mendapatkan bimbingan keterampilan pra menstruasi di rumah.
3. Anak autis yang sudah memiliki ciri-ciri seks sekunder dan akan mengalami menstruasi belum memiliki keterampilan pra menstruasi yang baik.
4. Bimbingan keterampilan pra menstruasi belum pernah diberikan oleh guru kepada anak autis yang akan mengalami menstruasi.
5. Belum digunakannya metode yang sesuai oleh guru untuk melatihkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis.

Pemberian bimbingan keterampilan pra menstruasi perlu diberikan sedini mungkin kepada anak autis yang akan mengalami menstruasi. Hal tersebut selain untuk menghindarkan anak autis dari ketergantungan terhadap bantuan orangtua atau guru dalam mengurus diri saat menstruasi, juga untuk menghindarkan anak dari ketidaknyamanan lingkungan disekitarnya. Seperti yang sudah diketahui dari hasil observasi bahwa lingkungan anak autis adalah lingkungan inklusif. Di dalam kesehariannya di sekolah, anak autis bergaul dan berinteraksi dengan anak-anak normal. Apabila keterampilan pra menstruasi belum dimiliki oleh anak autis dan suatu hari anak mendapatkan menstruasinya di sekolah sampai terjadi *kebocoran,* tentunya hal tersebut akan membuat ketidaknyamanan bagi diri anak autis sendiri maupun bagi teman-temannya di sekolah.

Keterampilan pra menstruasi dapat diajarkan melalui metode latihan. Menurut Moh. Sholeh Hamid (2011:216) metode latihan adalah metode untuk menanamkan keterampilan tertentu oleh guru kepada siswa. Dengan demikian, anak autis akan menguasai keterampilan tertentu yang dapat dijadikan bekal dalam kehidupannya kelak. Berdasarkan pemikiran ahli tersebut dapat diartikan bahwa metode latihan dapat digunakan untuk mengajarkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis dengan tujuan agar anak memiliki keterampilan yang diajarkan dan mampu mandiri dalam mengurus diri saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang.

Berdasarkan uraian di atas didapatkan permasalahan salah satunya adalah ada anak autis perempuan berusia 11 tahun di SD inklusi belum memiliki keterampilan pra menstruasi yang baik dan keterampilan pra menstruasi belum pernah diajarkan oleh guru di sekolah dengan metode yang sesuai. Melalui penggunaan metode latihan pada pemberian bimbingan keterampilan pra menstruasi akan dapat meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan menggunakan pendekatan kuantitatif.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan yaitu pada bulan Januari 2017. Penelitian ini dilakukan di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta yang beralamatkan di Jalan Kenari UH II/ 304 RT 06 RW 02 Miliran, Umbulharjo, Yogyakarta, D.I.Yogyakarta.

Subjek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah seorang siswi autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta yang belum mengalami menstruasi.

Prosedur Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu desain yang dikembangkan oleh Kemmis dan Mc. Tagart (Suharsimi Arikunto, 2007:17). Desain ini berbentuk siklus, di dalam setiap siklus terdapat empat tahapan atau langkahlangkah. Tahapan tersebut meliputi:

1. Perencanaan

Tahap perencanaan meliputi beberapa langkah, yaitu sebagai berikut:

a. Peneliti melakukan observasi dan tes pra tindakan untuk mengetahui kemampuan awal subyek.
b. Peneliti mengadakan koordinasi dengan guru kelas.
c. Peneliti mendiskusikan materi keterampilan yang akan diajarkan pada proses tindakan dengan guru kolaborator.
d. Peneliti dan guru kolaborator menentukan indikator keberhasilan.
e. Peneliti menyusun rancangan pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dan mengkonsultasikan kepada guru kolaborator.
f. Peneliti membuat instrumen tes unjuk kerja.
g. Peneliti menyiapkan pedoman observasi kinerja guru dan partisipasi subyek.
h. Peneliti dan guru kolabolator menentukan jadwal, tempat pelaksanaan tindakan dan menyiapkan peralatan yang dibutuhkan.

2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan dilakukan dengan kolaborasi dengan guru. Pelaksanaan tindakan siklus pertama dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan, 3 kali pertemuan tindakan dan 1 kali pertemuan untuk melakukan tes pasca tindakan I. Pada siklus kedua dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan, 3 kali pertemuan melakukan tindakan dan 1 kali pertemuan melakukan tes pasca tindakan II. Pelaksanaan setiap kali tindakan adalah 60 menit. Pada tahap pelaksanaan tindakan mengacu pada rancangan pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi yang telah dibuat peneliti dan guru kolaborasi.

3. Pengamatan

Pengamatan dilaksanakan pada proses pemberian tindakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan pada anak autis. Pengamatan dilakukan dengan menggunakan pedoman observasi berupa *chek list* yang telah disusun oleh peneliti, termasuk juga pengamatan pelaksanaan tindakan dari waktu ke waktu serta dampaknya terhadap proses dan hasil belajar subyek. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai partisipasi subyek dan kinerja guru dalam proses pelaksanaan tindakan serta hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi subyek pasca tindakan.

4. Refleksi

Kegiatan refleksi dilakukan oleh peneliti dan guru kolaborator. Data yang dievaluasi dalam kegiatan refleksi ini meliputi kumpulan hasil pengamatan selama pelaksanaan tindakan dan hasil tes unjuk kerja keterampilan pra

menstruasi pada subyek. Hasil refleksi ini digunakan sebagai bahan evaluasi untuk memperbaiki tindakan yang akan dilakukan selanjutnya dan untuk mengetahui tingkat keberhasilan terhadap tindakan yang telah dilakukan. Apabila hasil refleksi pada siklus I ditemukan permasalahan maka akan dilakukan perbaikan rancangan pada proses pemberian tindakan pada siklus II.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini berupa observasi dan tes unjuk kerja. Penelitian ini menggunakan observasi partisipan yaitu peneliti ikut berpartisipasi langsung di dalam proses pemberian tindakan. Tes unjuk kerja digunakan untuk mengetahui peningkatan keterampilan pra menstruasi pada anak autis pasca tindakan.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan jenis analisis data deskriptif kuantitatif. Teknik kuantitatif digunakan untuk mengolah data kuantitatif yang diperoleh dari hasil perolehan skor dari tes sebelum dan setelah dilakukan tindakan pada siklus I dan siklus II. Data tersebut disajikan dalam bentuk tabel dan grafik yang disertai dengan deskripsi, sehingga akan mudah diketahui tingkat keberhasilan subyek menguasai keterampilan pra menstruasi.

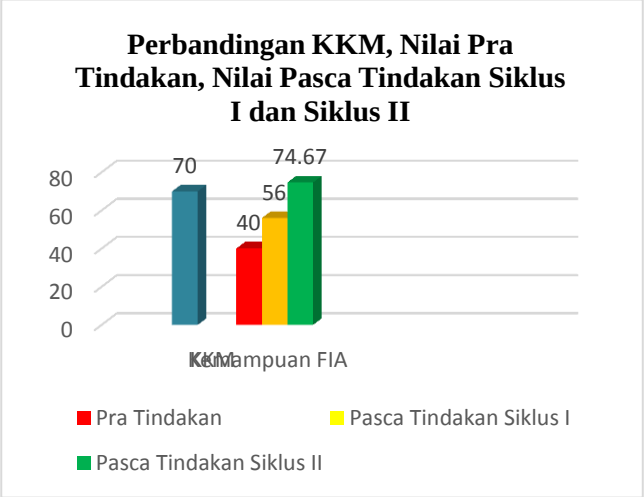
HASIL PENELITIAN

Kemampuan subyek terhadap penguasaan keterampilan pra menstruasi mengalami peningkatan. Hal tersebut terlihat dari perbandingan perolehan nilai yang didapat subyek pada tes pra tindakan, tes pasca tindakan siklus I dan tes pasca tindakan siklus II. Peningkatan secara umum juga dapat diketahui apabila nilai yang diperoleh subyek pada tes pasca tindakan siklus II mampu mencapai atau lebih dari kriteria ketuntasan minimum (KKM) sebesar 70. Peningkatan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta dapat dilihat pada tabel yang disajikan di bawah ini:

Tabel 20. Rekapitulasi Nilai Pra Tindakan dan Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I dan Siklus II

KKM	Skor Pra Tindakan	Skor Pasca Siklus I	Skor Pasca Siklus II
70	40	56	74,67

Tabel di atas menunjukkan adanya peningkatan kemampuan terhadap penguasaan keterampilan pra menstruasi pada subyek yang terjadi setelah dilakukan tindakan pada siklus II. Subyek mengalami peningkatan skor sebanyak 18,67% yaitu dari skor 56 pada siklus I menjadi 74,67pada siklus II. Gambaran lebih jelas dari hasil pencapaian penguasaan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta dari kemampuan awal, pasca tindakan siklus I dan pasca tindakan siklus II dapat dilihat pada grafik histogram berikut ini:



Gambar 11. Grafik Perbandingan KKM, Nilai Pra Tindakan dan Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I dan Siklus II

Partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi juga mengalami peningkatan yang lebih baik. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil perolehan nilai observasi pada tindakan siklus II lebih tinggi dari pada tindakan siklus I. Pada siklus II subyek terlihat lebih antusias dan semakin terbiasa melakukan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan tanpa penolakan. Penggunaan metode latihan mampu memberikan pengalaman langsung kepada subyek dalam melakukan keterampilan pra menstruasi. Hal ini mampu membentuk kebiasaan yang baik pada subyek. Perbandingan hasil observasi partisipasi subyek pada siklus I dan II dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 19. Rekapitulasi Data Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I dan Siklus II

Nilai Rata-Rata Siklus I	Nilai Rata-Rata Siklus II	Peningkatan
56,66	80,66	24

Beberapa hal positif yang dapat dimiliki oleh subyek setelah diberikan tindakan menggunakan metode latihan pada siklus II diantaranya adalah : a) subyek terlihat lebih antusias dan bersemangat dalam melakukan latihan keterampilan pra menstruasi dengan melakukan praktik langsung. b) Subyek menjadi memiliki pengalaman langsung dalam mempraktikkan keterampilan pra menstruasi. c) Subyek terlihat lebih mudah dalam menguasai keterampilan yang diajarkan karena berlatih secara langsung menggunakan peralatan yang sebenarnya. d) Subyek menjadi memiliki kebiasaan baik seperti terlatih menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasangi pembalut dengan benar terlebih dahulu sebelum memasang pembalut, terbiasa memasang pembalut dengan posisi yang benar (tidak terbalik), terlatih mencuci pembalut yang kotor dan memasukan ke kantong plastik hitam terlebih dahulu sebelum membuangnya ke tempat sampah dan kebiasaan baik mencuci tangan dengan sabun setelah beraktivitas.

Peningkatan hasil latihan keterampilan pra menstruasi dan partisipasi subyek dalam mengikuti proses latihan tidak dapat lepas dari peran guru dalam mengajar. Demi dapat mencapai tujuan yang diharapkan, guru melakukan beberapa modifikasi tindakan yang dilakukan di siklus II. Hal tersebut sebagai upaya perbaikan terhadap kekurangan pada pelaksanaan tindakan di siklus I. Adapun beberapa modifikasi yang dilakukan pada pemberian tindakan di siklus II adalah sebagai berikut: a) Memberikan bimbingan yang lebih intensif. b) Memperbanyak pengulangan latihan dengan durasi waktu yang tidak terlalu lama dan ada jeda untuk istirahat. c) Menjadikan makanan sebagai daya tarik dan *reward* bagi subyek. d) Menggunakan bantuan model dalam memberikan contoh, sehingga guru

dapat fokus dalam membimbing dan mengkondisikan subyek.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan selama dua siklus dengan tiga kali pertemuan tindakan dan satu kali pertemuan tes pasca tindakan pada masing-masing siklus. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan pra menstruasi pada subyek setelah diberikan tindakan menggunakan metode latihan. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan perolehan skor subyek pada tes kemampuan awal sebesar 40 mengalami peningkatan menjadi 56 pada tes pasca tindakan siklus I. Setelah dilakukan tindakan pada siklus II dengan melakukan beberapa modifikasi tindakan, subyek mampu memiliki skor 74,67 atau meningkat sebesar 18,67%. Skor tersebut masuk kategori baik dan mampu mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditentukan sebesar 70, sehingga tindakan dihentikan sampai siklus II.

Pemberian tindakan keterampilan pra menstruasi yang telah dilaksanakan selama dua siklus telah sesuai dengan prinsip penggunaan metode latihan, sehingga tujuan yang diharapkan dapat terwujud. Hal yang dilakukan pada tahap persiapan, peneliti dan guru mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam latihan keterampilan pra menstruasi yang meliputi: membuat jadwal tindakan, menyusun rancangan latihan keterampilan pra menstruasi, menyiapkan peralatan yang dibutuhkan, menentukan tempat untuk pemberian tindakan yaitu di ruang khusus dan kamar mandi. Pada saat pemberian tindakan, guru mengenalkan terlebih dahulu peralatan yang digunakan dalam latihan dan kegunaannya, membimbing dan memberikan contoh terlebih dahulu kepada subyek cara melakukan keterampilan pra menstruasi, memberi kesempatan kepada subyek untuk melakukan praktek langsung terhadap keterampilan yang dipelajarinya. Pada pertemuan terakhir di setiap siklus, guru melaksanakan evaluasi untuk mengetahui peningkatan keterampilan pra menstruasi subyek dengan memberikan tes unjuk kerja. Evaluasi yang digunakan untuk mengukur keberhasilan latihan keterampilan pra menstruasi dalam penelitian ini adalah dengan evaluasi proses. Evaluasi proses dilakukan secara seketika pada saat proses kegiatan berlangsung dengan cara meluruskan atau membetulkan perilaku menyimpang (Yoswan Azwandi, 2005:157). Peneliti berperan sebagai pengamat dan mencatat hasil tes unjuk kerja yang dilakukan subyek. Hal yang dilakukan oleh guru dalam penelitian tindakan kelas ini telah sesuai dengan prinsip penggunaan metode latihan. Sesuai dengan pendapat Oemar Hamalik (2009:194) yang menyatakan bahwa sebelum dan selama pelaksanaan tindakan latihan keterampilan menggunakan metode latihan harus memperhatikan hal-hal berikut ini: sebelum pelaksanaan tindakan guru membuat jadwal latihan terlebih dahulu, merinci langkah-langkah yang akan dilakukan, mempersiapkan peralatan yang digunakan, memilih dan mempersiapkan tempat untuk latihan, sedangkan selama pemberian latihan guru harus menghadapkan anak lansung pada peralatan yang akan digunakan, guru memberikan penjelasan dan contoh, guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk mencoba, pada bagian akhir guru melakukan evaluasi. Keberhasilan yang dicapai

dalam penelitian ini tidak dapat lepas dari peran guru dalam mempersiapkan dan melaksanakan pemberian tindakan kepada subyek dengan sungguh-sungguh.

Peningkatan keterampilan pra menstruasi pada subyek dapat terjadi berkat penggunaan metode yang sesuai. Metode latihan merupakan metode yang tepat untuk mengajarkan keterampilan kepada anak autis. Pemberian tindakan berupa latihan yang diulang-ulang mampu membuat anak autis menjadi semakin terampil dalam melakukan keterampilan yang diajarkan. Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat Suwarna (2006:111) yang menyatakan bahwa metode latihan merupakan cara mengajar dengan memberikan latihan secara berulang-ulang mengenai keterampilan tertentu yang akan diajarkan sehingga anak menjadi terampil dalam melakukan keterampilan tersebut. Latihan yang diulang-ulang tersebut mampu melatih subyek untuk memiliki kebiasaan baik yang dapat dijadikan sebagai bekal dalam kehidupannya.

Penggunaan metode latihan dapat meningkatkan keterampilan pada anak autis karena memberikan kesempatan kepada subyek untuk melakukan praktik langsung secara nyata. Pemberian kesempatan tersebut membuat subyek menjadi tidak mudah lupa dengan keterampilan yang diajarkan. Hal ini sesuai dengan pendapat Yoswan Azwandi (2007:71) yang menyatakan bahwa guru perlu memberikan kesempatan kepada anak autis untuk melakukan kegiatan nyata yang melibatkan fisik dan pikirannya yaitu dengan melakukan praktek dalam aktivitas latihan keterampilan. Dengan banyak mengalami biasanya hal yang diajarkan akan mudah diingat oleh anak autis. Hal tersebut juga sesuai dengan kondisi dan karakteristik anak autis yang pada umumnya memiliki pola pikir yang kongkrit. Oleh karena itu, dengan pemberian latihan yang berulang-ulang mampu meningkatkan kemampuan anak autis dalam menguasai keterampilan yang diajarkan. Latihan keterampilan pra menstruasi juga didukung oleh penggunaan sarana-prasarana atau media yang nyata sehingga memudahkan subyek dalam memahami dan menguasai keterampilan yang diajarkan. Pernyataan di atas sesuai dengan pendapat Yoswan Azwandi (2005:157) yang menyatakan bahwa pola pikir anak autis pada umumnya adalah pola pikir kongkrit, sehingga proses latihan juga harus menggunakan sarana prasarana yang kongkrit. Latihan secara nyata mampu menjadikan subyek lebih antusias dan bersemangat dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi. Dengan demikian, penggunaan metode latihan berupa latihan yang diulang-ulang dengan menggunakan media yang nyata sangat tepat untuk menanamkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis.

Pemberian tindakan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan mampu memberikan dampak positif bagi subyek dan guru. Dampak positif bagi subyek menjadikan subyek memiliki pengalaman secara langsung dalam melakukan keterampilan pra menstruasi dan lebih mudah menguasai keterampilan yang diajarkan. Tentunya hal ini dapat memberikan bekal dan akan membantu subyek untuk berlatih mandiri dalam mengurus diri sehingga tidak bergantung pada bantuan orangtua atau guru saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang. Dengan dilakukannya penelitian ini guru menjadi memiliki pengalaman di dalam memberikan

program khusus kepada anak berkebutuhan khusus dalam hal ini adalah anak autis. Pengalaman ini menjadi pengalaman pertama bagi guru, karena sebelumnya guru belum pernah melakukan tindakan yang serupa. Hal tersebut juga menjadikan intropeksi diri bagi guru sekaligus dorongan untuk memberikan layanan khusus kepada peserta didik berkebutuhan khusus yang membutuhkan sesuai kondisi dan kebutuhannya.

Pengalaman berharga bagi guru salah satunya adalah dalam melakukan refleksi dan merancang modifikasi tindakan untuk meingkatkan kemampuan subyek pada siklus II. Beberapa tindakan modifikasi tersebut adalah melaksanakan perbaikan tindakan yaitu memperbanyak pengulangan latihan dengan durasi waktu yang tidak begitu lama dan ada jeda waktu untuk istirahat. Hal ini dilakukan supaya subyek tidak cepat bosan dalam mengikuti latihan. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Abdul Majid (2013:214), bahwa waktu pelaksanaan latihan tidak perlu lama asalkan sering dilaksanakan dan latihan disesuaikan dengan taraf kemampuan siswa yang akan dilatih. Pendapat lain oleh Suwarna (2006:111) dalam pelaksanaan latihan perlu adanya selingan atau jeda istirahat agar siswa tidak merasa bosan. Selain itu, guru memberikan *reward* sebagai daya tarik supaya subyek bersemangat dan termotivasi mengikuti latihan. *Reward* yang digunakan guru adalah kalimat pujian dan makanan ringan atau *snack* yang disukai subyek. Hal ini sesuai dengan pendapat Ngatini (2011: 38), guru perlu memberikan imbalan atau hadiah berupa makanan, benda-benda atau pujian agar anak dapat melakukan aktivitas dengan baik dan selalu melaksanakan kegiatan latihan keterampilan. Dengan demikian, secara tidak langsung penelitian ini juga mampu memberikan bekal bagi guru dalam menyusun dan melaksanakan program layanan khusus bagi peserta didik berkebutuhan khusus.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Penggunaan metode latihan mampu meningkatkan proses latihan keterampilan pra menstruasi. Peningkatan keterampilan pra menstruasi pada subyek terjadi karena adanya modifikasi tindakan yang dilakukan pada siklus II sebagai upaya perbaikan terhadap kekurangan-kekurangan pada pelaksanaan siklus I.

Hasil tes terhadap keterampilan pra menstruasi yang dilatihkan melaui metode latihan mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil perbandingan perolehan skor pada tes pra tindakan, tes pasca tindakan siklus I dan tes pasca tindakan siklus II. Subyek memperoleh skor 40 dengan kategori rendah pada hasil tes kemampuan awal. Hasil tes pasca tindakan siklus I subyek memperoleh skor 56 dengan kategori cukup atau meningkat sebesar 16%. Hasil tes pasca tindakan siklus II subyek mampu memperoleh skor sebesar 74,67 dengan kategori baik atau meningkat sebesar 18,67% dari hasil tes pasca tindakan siklus I. Hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi pasca tindakan siklus II yaitu subyek dapat melakukan keterampilan secara mandiri pada tahap membuka bungkus pembalut, melepas kertas perekat, memasukan pembalut ke kantong plastik, membuang pembalut ke tempat sampah dan dapat melakukan dengan bantuan verbal pada tahap melepas

celana, memakai celana dalam yang sudah dipasangi pembalut, melepas pembalut, mencuci pembalut, memeras pembalut. Peningkatan yang dicapai oleh subyek pada siklus II mampu mencapai KKM yang sudah ditentukan sebesar 70, sehingga penelitian ini dihentikan di siklus II.

Saran

Bagi Kepala Sekolah sebagai pemegang kebijakan hendaknya mempertimbangkan pemberian program bina diri untuk peserta didik berkebutuhan khusus sesuai dengan kondisi dan kebutuhannya. Program bina diri peserta didik berkebutuhan khusus dapat dipertimbangkan untuk dimasukan ke dalam kurikulum tambahan yang ada di sekolah.

Guru hendaknya memberikan bimbingan keterampilan pra menstruasi kepada siswi autis yang akan mengalami menstruasi untuk memberikan bekal keterampilan dalam mengurus diri saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang. Pemberian bimbingan keterampilan pra menstruasi hendaknya dilakukan secara kontinyu dan konsisten.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Majid. (2013). *Strategi Pembelajaran.* Bandung : Remaja Rosdakarya.

Fauziah Rachmawati. (2012). *Pendidikan Seks untuk Anak Autis.* Jakarta: Elex Media Komputindo.

Mirza Maulana. (2012). *Anak Autis.* Yogyakarta: Katahati.

Moh. Sholeh Hamid. (2011). *Metode Edutainment.* Yogyakarta: Diva Press.

Ngatini. (2011). *Melatih Kemandirian Anak Autis.* Jakarta: Rineka Cipta.

Oemar Hamalik. (2009). *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem.* Bandung: Bumi Aksara.

Suharsimi Arikunto. (2007). *Penelitian Tindakan Kelas.* Jakarta: Bumi Aksara.

Sukinah, Z. Alimin, dan Endang Rochyadi. (2010). Penangan Penyaluran Dorongan Seksual Remaja Autis. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Volume 3 Nomer 2, September 2010.

Suwarna. (2006). *Pengajaran Mikro, Pendekatan Praktis dalam Menyiapkan Pendidik Profesional.* Yogyakarta: Tiara Wacana.

Yoswan Azwandi. (2005). *Mengenal dan Membantu Penyandang Autisme.* Jakarta: Depdiknas Dirjen Pendidikan Tinggi Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.

_____. (2007). *Media Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus.* Jakarta: Depdiknas Dirjen Pendidikan Tinggi Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.