

**PENDEKATAN TERAPI BERMAIN DALAM MEMBANTU MENINGKATKAN
KETERAMPILAN MAKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI
SEKOLAH LUAR BIASA**

**Ni Kadek Sriasih^{1*}, Anak Agung Istri Wulandari D², Ni Kadek Ary Susandi³,
A.A.Ayu Yuliati Darmini⁴, Ni Ketut Purnariastuti⁵**

^{1,2,4}Prodi Sarjana Keperawatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

³Prodi D-IV Keperawatan Anestesiologi, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

⁵SLB N 3 Denpasar

Email Korespondensi: sriasih.kadek@gmail.com

Disubmit: 11 Desember 2025

Diterima: 16 Maret 2026

Diterbitkan: 01 April 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i4.23948>

ABSTRAK

Anak berkebutuhan khusus (ABK) sering mengalami hambatan dalam mengembangkan kemandirian, termasuk dalam keterampilan makan yang merupakan bagian penting dari aktivitas bina diri. Hambatan motorik halus, koordinasi tangan-mata, serta keterbatasan sosial dan emosional menyebabkan anak cenderung bergantung pada orang tua atau guru saat makan. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan meningkatkan kemandirian makan anak berkebutuhan khusus melalui pendekatan terapi bermain menggunakan media boneka tangan di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 3 Denpasar. Sasaran kegiatan adalah 9 orang siswa kelas IIIb dengan berbagai kondisi disabilitas, yaitu Down syndrome, autisme, speech delay, dan hiperaktif. Metode pelaksanaan terdiri dari tiga tahap: (1) persiapan, meliputi koordinasi dengan pihak sekolah dan observasi awal kemampuan makan anak; (2) pelaksanaan, berupa kegiatan edukasi gizi seimbang, pelatihan kemandirian makan, dan pembentukan perilaku makan sehat melalui terapi bermain boneka tangan, di mana anak berinteraksi langsung dengan boneka dalam permainan "Menyuapi Boneka" dan "Boneka Makan Sendiri"; serta (3) evaluasi, melalui observasi perilaku makan dan aktivitas anak dalam mengelompokkan makanan sehat dan tidak sehat. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan terapi bermain dengan boneka tangan secara signifikan meningkatkan motivasi dan kemampuan anak dalam makan secara mandiri. Anak tampak lebih fokus, percaya diri, dan antusias dalam mengikuti kegiatan. Guru juga melaporkan peningkatan pemahaman anak terhadap konsep makanan sehat serta kemampuan menggunakan alat makan tanpa banyak bantuan. Kesimpulannya, terapi bermain dengan media boneka tangan terbukti efektif dan menyenangkan dalam menstimulasi kemandirian makan anak berkebutuhan khusus, sekaligus memperkuat kolaborasi antara guru, anak, dan lingkungan belajar yang inklusif.

Kata Kunci: Anak Berkebutuhan Khusus, Kemandirian Makan, Terapi Bermain, Boneka Tangan, Pengabdian Masyarakat.

ABSTRACT

Children with special needs often experience difficulties in developing independence, particularly in self-feeding skills, which are essential aspects of daily living activities. Limitations in fine motor skills, hand-eye coordination, and social-emotional development often cause dependency on parents or teachers during mealtime. This community service program aimed to enhance the self-feeding independence of children with special needs through play therapy using hand puppets at Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 3 Denpasar, Bali. The activity involved nine students from class IIIb with various disabilities, including Down syndrome, autism, speech delay, and hyperactivity. The program consisted of three stages: (1) preparation, including coordination with the school and initial observation of children's feeding abilities; (2) implementation, which focused on nutrition education and self-feeding training through interactive play therapy with hand puppets, such as the activities "Feeding the Puppet" and "Puppet Eats by Itself"; and (3) evaluation, conducted through observation and children's performance in classifying healthy and unhealthy foods. The results showed that play therapy using hand puppets significantly improved the children's motivation, focus, and independence in self-feeding. Children became more confident and enthusiastic, while teachers observed better understanding of healthy food concepts and improved use of eating utensils with minimal assistance. In conclusion, hand puppet-based play therapy proved to be an effective, engaging, and inclusive approach to promoting self-feeding independence among children with special needs, while also fostering collaboration between teachers, students, and their learning environment.

Keywords: *Children With Special Needs, Self-Feeding Independence, Play Therapy, Hand Puppets, Community Service.*

1. PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan individu yang memiliki kebutuhan spesial akibat kondisi fisik, intelektual, atau perkembangan yang berbeda dari anak pada umumnya (Adimayanti & Siyamti, 2019). Kondisi ini memerlukan pendekatan dan penanganan khusus agar mereka dapat berkembang secara optimal. Salah satu aspek penting dalam perkembangan ABK adalah kemandirian, termasuk dalam kegiatan makan. Kemandirian makan tidak hanya menunjang aspek fisik, tetapi juga mendukung aspek psikologis dan sosial anak (Gea et al., 2023)

World Health Organization (WHO) memperkirakan pada tahun 2019 terdapat 8 juta yang terdiagnosis down syndrome di Dunia (Rafii et al., 2019). Setiap tahun, 3.000-5.000 bayi lahir dengan kelainan kromosom khususnya di Indonesia, total bayi yang lahir dengan kecacatan lahir mencapai 0.41% pada tahun 2018 dan sejumlah 0.21% merupakan penyandang down syndrome (Arsyad, 2013). Jika dilihat dari kelompok usia sekolah (6-17 tahun), maka jumlah penduduk di Indonesia yang menyandang down syndrome adalah sebanyak 962.011 (Ditasari, 2011). Di Provinsi Bali, jumlah penyandang disabilitas pada tahun 2024 tercatat sebanyak 22.782 orang, dengan berbagai jenis disabilitas yang mempengaruhi kemampuan motorik dan kognitif mereka. Berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset,

dan Teknologi (Kemendikbudristek) per 2 November 2024, jumlah peserta didik berkebutuhan khusus di Provinsi Bali adalah 3.024 orang. Data ini mencakup anak-anak dengan berbagai jenis kebutuhan khusus, baik ketunaan tunggal maupun ganda, yang tersebar di seluruh jenjang pendidikan, mulai dari PAUD hingga pendidikan menengah (Kemendikbudristek RI, 2024). Pendidikan khusus untuk ABK disediakan di tingkat pendidikan dasar dan menengah dan merupakan bagian dari sistem pendidikan nasional di Indonesia. Sekolah khusus untuk anak berkebutuhan khusus disebut sebagai Sekolah Luar Biasa (SLB). Salah satu SLB yang ada di kota Denpasar, Bali adalah SLB Negeri 3 Denpasar yang berlokasi di Jl. Maruti No.10, Pemecutan Kaja, Kec. Denpasar Utara, Kota Denpasar, Bali 80111. SLB ini memiliki 3 jenjang pendidikan, yaitu pendidikan dasar (SD LB), pendidikan menengah (SMPLB) dan Pendidikan atas (SMALB). SLB Negeri 3 Denpasar menerima siswa berkebutuhan khusus dengan jenis ketunaan yaitu tunagrahita, tunadaksa, tunarungu, tunanetra, speak delay, autisme, cerebral palsy dan down syndrome.

Pemenuhan kebutuhan Pendidikan merupakan hal yang penting untuk anak berkebutuhan khusus. Begitu juga dengan aspek dalam perkembangan ABK, salah satunya adalah kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari, termasuk makan. Kemandirian makan tidak hanya penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi, tetapi juga untuk meningkatkan rasa percaya diri dan kualitas hidup anak. Namun, banyak ABK menghadapi tantangan dalam mengembangkan keterampilan ini, yang dapat disebabkan oleh keterlambatan perkembangan motorik halus, kesulitan dalam koordinasi mata-tangan, atau hambatan dalam aspek sosial-emosional (Sriasih, N. K., Krisnandari D, A. A. I. W. ., Rahyanti, N. M. S., & Dewi, 2023). Berdasarkan hasil wawancara pada guru di SLBN 3 Denpasar, disampaikan bahwa anak-anak berkebutuhan khusus memang benar mengalami keterlambatan pada kemandirian makan. Disatu sisi kebutuhan nutrisi adalah hal utama yang harus dipenuhi. Oleh karena itu sangat penting untuk dilakukan Upaya-upaya untuk membantu anak dalam kemandirian mereka. Hasil wawancara dengan orang tua juga mengatakan bahwa adanya kendala dalam melatih kemandirian anak. Dimana peran orang tua selain mengasuh anak juga mencari nafkah sehingga kondisi ini dapat meningkatkan beban orang tua sebagai pengasuh anak berkebutuhan khusus (Anak Agung Istri Wulan Krisnandari D, Ni Made Sri Rahyanti, Ni Kadek Sriasih, 2023).

Berdasarkan situasi diatas maka di SLBN 3 Denpasar, terdapat kebutuhan mendesak untuk mengembangkan program yang fokus pada peningkatan kemandirian makan ABK melalui terapi bermain. Program ini diharapkan dapat memberikan intervensi yang tepat dan berkelanjutan, melibatkan orang tua dan tenaga pendidik, serta menciptakan lingkungan yang mendukung bagi perkembangan anak. Dengan demikian, pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat dengan penerapakan program terapi bermain yang terstruktur dan berbasis bukti ilmiah menjadi sangat penting. Program ini tidak hanya akan meningkatkan kemandirian makan ABK, tetapi juga memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan holistik mereka, mempersiapkan mereka untuk berpartisipasi aktif dalam masyarakat, dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan

Terapi bermain menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kemandirian makan pada ABK. Melalui terapi bermain, anak dapat belajar keterampilan makan dengan cara yang menyenangkan dan

tidak membebani, sehingga meningkatkan motivasi dan partisipasi mereka dalam proses belajar (Adimayanti et al., 2019). Pemilihan terapi bermain pada program Pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dengan menggunakan media boneka, media ini dapat memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan dapat disesuaikan dengan perkembangan anak (Hatika & Ramli, 2022).

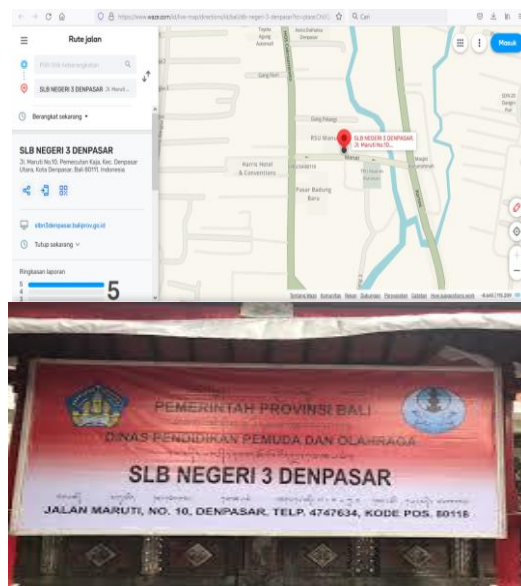
2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan kondisi dan situasi pada anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa dapat disimpulkan beberapa masalah utama antara lain:

- a) Anak disabilitas memiliki keterlambatan pada perkembangan maupun pertumbuhan
- b) Anak dengan disabilitas banyak yang masih tergantung kepada orang tua atau pengasuhnya dalam melakukan aktivitas harian terutama untuk makan
- c) Anak-anak juga rentan terkena penyakit
- d) Kemandirian anak harus ditingkatkan khususnya dalam makan agar mampu melindungi diri dari penyakit

Sehingga tujuan dari kegiatan diharapkan dengan diadakan pengabdian kepada Masyarakat dapat memberikan informasi kepada anak-anak dan guru di sekolah luar biasa untuk meningkatkan kemandirian anak disabilitas dalam makan dengan pendekatan terapi bermain menggunakan boneka tangan. Rumusan pertanyaan dari kegiatan ini adalah:

- a) Bagaimana kemandirian makan pada anak-anak disabilitas?
- b) Bagaimanakah dampak penerapan terapi bermain dengan media boneka tangan dalam mengajarkan anak disabilitas/ berkebutuhan khusus dalam kemandirian makan?



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Anak berkebutuhan khusus/ disabilitas

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaannya, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya (Winarsih et al., 2013). Anak penyandang cacat atau disabilitas adalah individu yang mengalami hambatan fisik dan/atau mental sehingga mengganggu pertumbuhan dan perkembangannya secara wajar serta biasanya anak dengan kecacatan tertentu cenderung kesulitan untuk berkomunikasi, terhambat dalam menyesuaikan diri, terkena penyakit, mengalami hambatan dalam proses belajar, percaya diri yang kurang dan beresiko mengalami kecelakaan dalam beraktivitas (Kemenkes RI, 2014). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2014 mengatakan anak penyandang cacat (disabilitas) adalah anak yang mempunyai kelainan fisik dan/atau mental yang dapat mengganggu atau merupakan rintangan dan hambatan baginya untuk melakukan kegiatan secara selayaknya yang terdiri dari penyandang cacat fisik, penyandang cacat mental dan penyandang cacat fisik dan mental.

b. Kemandirian Anak Disabilitas

Kemandirian adalah suatu kebutuhan yang ditujukan pada penyediaan dan perawatan diri sendiri yang bersifat universal, yaitu meliputi pemenuhan kebutuhan aktifitas sehari-hari. Aktifitasnya meliputi makan, mandi, kebersihan diri, berpakaian, dan toileting (Istanti, 2009). Menurut Bhatia dalam Nurhayati (2011) bahwa "kemandirian mengandung arti aktivitas perilaku terarah pada diri sendiri, tanpa mengharapkan pengarahannya dari orang lain, dan mencoba menyelesaikan masalah sendiri, tanpa meminta bantuan orang lain dan mampu mengatur diri sendiri". Kemandirian pada anak berkebutuhan khusus juga dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan anak serta pola asuh orang tua. Anak berkebutuhan khusus akan mampu memiliki kemandirian yang sesuai dengan kemampuan anak dan kondisinya bila pola pengasuhannya baik. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan kemandirian anak dipengaruhi oleh pola pengasuhan dari orang tua, pada pola pengasuhan otoritatif kemandirian anak cenderung tinggi, pada pola asuh permisif kemandirian anak cenderung sedang, namun pada pola asuh otoriter kemandirian anak cenderung sangat rendah (Dwi Lestari & Sopingi, 2018). Kemandirian anak berkebutuhan khusus yang dimaksud adalah dalam melakukan kegiatan yang berhubungan dengan kecapakan hidup sehari-hari. Penelitian Dwi Lestari dan Sopingi (2018), menyebutkan kemandirian anak berkebutuhan khusus seperti kemandirian saat makan, berpakaian, dan toileting, meliputi kemandirian pada saat makan yaitu kemampuan untuk cuci tangan, menggunakan sendok/garpu, minum dari gelas, minum dengan sedotan, dan memotong makanan dengan menggunakan pisau. Kemandirian saat berpakaian yaitu melepaskan pakaian, memakai pakaian, memasang kancing, memasang retsleting, melepas kancing, melepas retsleting, melepas sepatu, dan memasang sepatu. Serta kemandirian aktivitas toilet seperti melatih kebiasaan buang air ke toilet dan pengenalan rasa ingin ke toilet.

c. Terapi bermain dengan media boneka tangan

Terapi bermain menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kemandirian makan pada ABK. Melalui terapi bermain, anak dapat belajar keterampilan makan dengan cara yang menyenangkan dan tidak membebani, sehingga meningkatkan motivasi dan partisipasi mereka dalam proses belajar (Adimayanti et al., 2019). Pemilihan terapi bermain pada program Pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dengan menggunakan media boneka, media ini dapat memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan dapat disesuaikan dengan perkembangan anak (Hatika & Ramli, 2022). Penggunaan boneka tangan sebagai media pembelajaran merupakan salah satu cara atau metode pembelajaran berbasis cerita, dengan menggunakan boneka tangan, selain menarik bagi anak, juga aspek perkembangan bahasa anak dapat ditingkatkan dengan cara meminta anak memainkan boneka tangan tersebut. Gunarti menjelaskan pengertian boneka tangan adalah boneka yang ukurannya lebih besar dari boneka jari dan bisa dimasukkan ke tangan. Jari tangan bisa dijadikan pendukung gerakan tangan dan kepala boneka. Beberapa contoh Boneka Tangan yang dijadikan sebagai media ajar, yakni 1) Boneka tangan pupet memberikan pengaruh yang besar dalam meningkatkan perkembangan bahasa anak dalam pemerolehan kosa kata. Karena boneka tangan pupet mencerminkan anak yang sholeha. Permainan boneka tangan puppet dijadikan suatu pembelajaran kepada anak didik dan menanamkan karakter sebagai anak; 2) Boneka Tangan Binatang, boneka tangan dengan karakter binatang memberikan pengaruh yang besar dalam meningkatkan perkembangan bahasa anak. Karena boneka tangan dengan karakter kelinci disesuaikan dengan konsep tema dan alur cerita. Permainan boneka tangan dengan karakter binatang ini dijadikan suatu pembelajaran kepada anak didik dan menanamkan karakter.

Daryanto menjelaskan keuntungan menggunakan media pengajaran boneka tangan yaitu: (1) efisien terhadap penggunaan waktu, tempat, biaya dan persiapannya, (2) tidak memerlukan keterampilan yang rumit, (3) dapat mengembangkan imajinasi dan aktivitas anak dalam suasana gembira. Agar penggunaan media boneka tangan efektif maka harus memperhatikan hal-hal yaitu: (1) tujuan pembelajaran harus dirumuskan secara jelas, (2) harus diawali dengan pembuatan naskah atau penentuan naskah ceritanya, (3) harus lebih banyak mementingkan gerak dari pada verbal (4) waktu bermain berdurasi 10-15 menit, (5) diselingi dengan nyanyian, (6) cerita disesuaikan dengan perkembangan anak, (7)

4. METODE

Rancangan mekanisme pelaksanaan kegiatan ini merujuk pada 3 tahap tahap yaitu, Persiapan, Pelaksanaan, dan Evaluasi

a. Persiapan

Kegiatan Tahap I pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Sekolah Luar Biasa (SLB) N 3 Denpasar. Pertama pelaksana kegiatan mengirimkan surat ijin melaksanakan kegiatan yang ditujukan kepada Kepala Sekolah. Pada tahap ini pelaksana melakukan penjajagan ke lokasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada tanggal 15 September 2025 dengan tujuan memberikan penjelasan kepada Kepala Sekolah tentang tujuan pelaksanaan kegiatan. Kepala Sekolah

memberikan ijin dalam rencana pelaksanaan kegiatan yang berfokus pada sasaran anak-anak berkebutuhan khusus/ disabilitas. Pada tahap ini juga dilakukan observasi terhadap kemandirian makan pada anak disabilitas.

b. Pelaksanaan

Kegiatan tahap II dilaksanakan setelah tahap I selesai yaitu pada tanggal 23 September 2025 dimana pada tahap ini pelaksana datang ke lokasi PKM. Kegiatan dilakukan bersama tim PKM dengan kegiatan utama ada melakukan bina kemandirian makan pada anak disabilitas atau anak berkebutuhan khusus dengan pendekatan terapi bermain menggunakan media boneka tangan, Adapun kegiatannya yaitu:

1) Mengenalkan makanan sehat : edukasi makan melalui Permainan Pertunjukan Boneka "Makan Apa Hari Ini?"

Tujuan: Mengenalkan berbagai jenis makanan dan pentingnya variasi makanan sesuai Isi Piringku

Langkah-langkah:

- a) Siapkan boneka dan berbagai jenis makanan mainan (sayuran, buah, protein).
- b) Anak diminta untuk memilih makanan untuk boneka berdasarkan kebutuhan gizi.
- c) Diskusikan manfaat dari setiap jenis makanan yang dipilih.

Manfaat:

- a) Mengenalkan konsep gizi seimbang.
- b) Meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan sehat.
- c) Mendorong anak untuk mencoba berbagai jenis makanan.

2) Mengenalkan etika makan: edukasi makan melalui Permainan Pertunjukan Boneka: "Aturan Waktu Makan"

Tujuan: Mengenalkan rutinitas makan yang sehat melalui cerita.

Langkah-langkah:

- a) Buat cerita sederhana tentang boneka yang belajar makan dengan baik.
- b) Gunakan boneka untuk memerankan cerita tersebut di depan anak.
- c) Diskusikan pesan moral dari cerita, seperti pentingnya makan dengan benar dan menjaga kebersihan.

Manfaat:

- a) Meningkatkan pemahaman anak tentang rutinitas makan yang sehat.
- b) Membangun kebiasaan makan yang baik melalui cerita.
- c) Meningkatkan keterampilan mendengarkan dan memahami cerita.

3) Melatih anak makan mandiri

a. Permainan "Menyuapi Boneka"

Tujuan: Melatih keterampilan motorik halus dan koordinasi mata-tangan anak.

Langkah-langkah:

- a) Siapkan boneka makan dan peralatan makan mini (sendok, piring, gelas).
- b) Anak diminta untuk menyuapi boneka dengan menggunakan sendok atau tangan, meniru gerakan yang benar.

- c) Berikan pujian dan dorongan positif setiap kali anak berhasil melakukan tugas dengan benar

Manfaat:

- a) Meningkatkan keterampilan motorik halus.
- b) Membangun rasa percaya diri anak dalam melakukan aktivitas makan.
- c) Meningkatkan kemampuan imitasi dan pemahaman sosial.

b. Praktik “Boneka Makan Sendiri”

Tujuan: Melatih kemandirian anak dalam makan.

Langkah-langkah:

- a) Gunakan media boneka (boneka duduk dan memegang sendok)
- b) Contohkan dengan boneka, cara makan mandiri (menyuapi makanan sendiri)
- c) Anak diminta untuk menyuapi dirinya sendiri, meniru gerakan boneka
- d) Berikan pujian setiap kali anak berhasil makan dengan mandiri

Manfaat:

- a) Meningkatkan keterampilan motorik halus dan koordinasi.
- b) Membangun rasa percaya diri anak dalam makan.
- c) Mendorong anak untuk makan secara mandiri

4) Membedakan makanan sehat dan tidak sehat

Tujuan: mengevaluasi pengetahuan anak tentang makanan sehat dan tidak sehat

Langkah-langkah:

- a) Gunakan media kertas HVS dan gambar makanan yang sudah digunting. Siapkan lem untuk menempel
- b) Minta anak mengelompokkan makanan sehat dan tidak sehat
- c) Minta anak menempelkan gambar makanan sesuai dengan kelompoknya.
- d) Berikan pujian setiap kali anak berhasil menempelkan pada kelompok yang benar

Manfaat:

- a) Meningkatkan pemahaman anak tentang makanan sehat
- b) Meningkatkan keterampilan motorik halus dan koordinasi.
- c) Membangun rasa percaya diri anak dalam memilih makanan.

c. Evaluasi

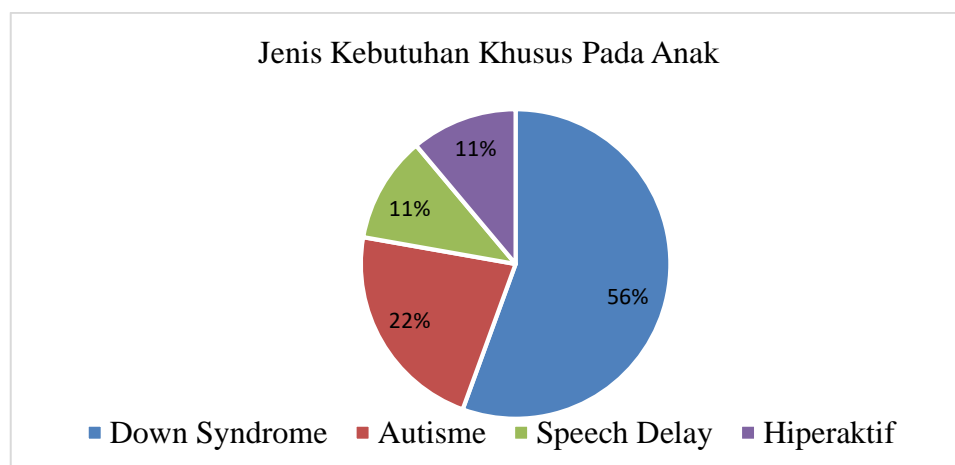
Evaluasi dalam kegiatan ini dilakukan melalui hasil observasi kemandirian makan anak ABK pada sesuai praktik makan mandiri dan melalui lembar kerja anak saat menempel di kertas yaitu makanan sehat dan tidak sehat. Evaluasi formatif dilakukan selama proses pelaksanaan dan hasilnya selama kegiatan berlangsung seluruh siswa yang mengikuti kegiatan tampak sangat antusias pada kegiatan bina diri kemandirian makan anak dengan pendekatan terapi bermain boneka tangan. Selain itu, guru kelas juga terlibat aktif dalam kegiatan ini dan mengatakan mendapatkan ilmu yang baru. Evaluasi sumatif kegiatan ini dilakukan untuk melakukan evaluasi kemandirian anak disabilitas dalam makan setelah diberikan edukasi serta pendampingan langsung. Hasil evaluasi sumatif tampak adanya peningkatan kemandirian anak disabilitas dalam

makan dan anak mampu mengelompokkan makanan sehat dan tidak sehat pada lembar kerja mereka. Kegiatan selanjutnya diakhiri dengan acara foto bersama tim PkM ITEKES Bali dengan pihak sekolah serta anak disabilitas.

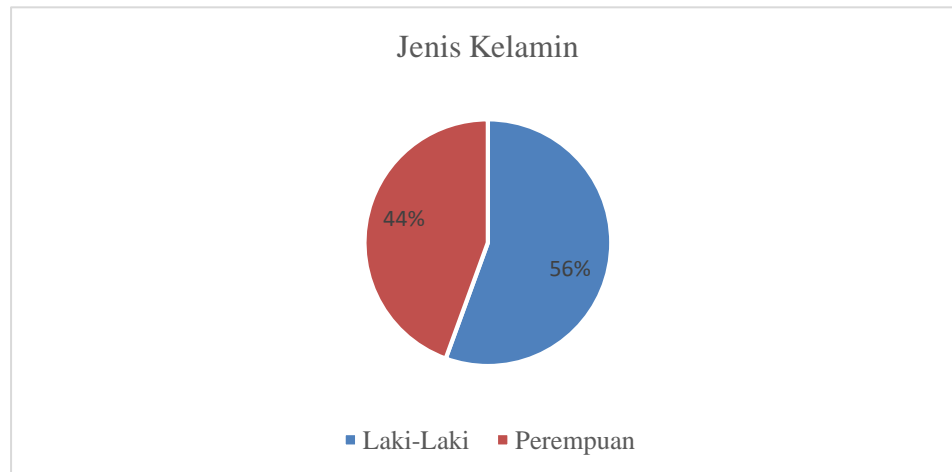
5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PkM yang telah dilaksanakan ini berlokasi di Sekolah Luar Biasa Negeri 3 Denpasar. PkM ini bertemakan program bina diri keterampilan makan anak berkebutuhan khusus melalui pendekatan terapi bermain di SLBN 3 Denpasar. PkM ini menyasar anak disabilitas atau berkebutuhan khusus, karena anak-anak ini berhak mendapatkan pelayanan jangka Panjang salah satunya meningkatkan kemandirian makan. Tahap persiapan dilakukan dengan melakukan koordinasi kepada pihak sekolah yakni SLB N 3 Denpasar terkait perijinan dan penyampaian kegiatan PkM. Sesuai dengan hasil pertemuan maka Tim PkM menyepakati waktu dan topik yang sesuai dengan program sekolah sehat yang ada di SLB N 3 Denpasar. Selanjutnya tim PkM menyiapkan materi edukasi, lembar observasi kemampuan makan, serta keperluan lainnya. Selanjutnya Tim menyiapkan media video untuk edukasi makan sehat agar mudah dipahami anak berkebutuhan khusus. Selain itu Tim PkM juga menyiapkan terapi bermain yaitu boneka karakter anak sekolah. Serta menyiapkan lembar kerja siswa untuk mengelompokkan makanan sehat dan tidak sehat.

Pelaksanaan kegiatan PkM ini telah dilaksanakan sesuai rencana dan berjalan dengan lancar. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan yaitu Program Bina Diri Keterampilan Makan Anak Berkebutuhan Khusus Melalui Pendekatan Terapi Bermain Di SLBN 3 Denpasar. Kegiatan ini difokuskan pada salah satu kelas yaitu kelas IIIb dengan jumlah siswa 9 orang siswa. Kondisi kebutuhan khusus dalam kelas tersebut beragam, yaitu sejumlah 5 siswa dengan Down syndrome, 2 siswa autisme, 1 Speech delay dan 1 lagi hiperaktif (Gambar 2).



Adapun anak-anak di dalam kelas terdiri dari 5 orang siswa laki-laki dan 4 orang siswa perempuan (gambar 3). Usia anak berkisar 9 tahun hingga 12 tahun.



Temuan awal saat sebelum kegiatan didapatkan anak-anak memiliki kemampuan, kemandirian makan dan kebiasaan makan yang tidak sama satu anak dengan anak lainnya, baik dengan kebutuhan khusus yang sama atau yang berbeda. Sejalan dengan hasil penelitian Klein et al., (2023), bahwa prevalensi masalah makan antara 25-45% pada anak tanpa disabilitas dan meningkat hingga 33-80% pada anak dengan disabilitas. Ini menunjukkan bahwa jenis kebutuhan khusus misalnya gangguan motorik, sensorik, atau intelektual sangat memengaruhi kemampuan makan anak. Jenis disabilitas yang berisiko tinggi mengalami kesulitan makan seperti kondisi Autism Spectrum Disorder (ASD), dimana anak mengalami kesulitan sensorik (tekstur, rasa, warna makanan), perilaku selektif terhadap makanan, dan penolakan makan, serta Disabilitas intelektual / neurodevelopmental delay, anak mengalami keterlambatan dalam keterampilan makan seperti mengunyah, menelan, dan self-feeding.

Anak dengan disabilitas sering kali menunjukkan keterlambatan perkembangan kemampuan self-feeding (menggunakan alat makan, mengatur jumlah suapan, dsb.). Faktor-faktor yang berperan yaitu, keterbatasan fisik (motorik kasar & halus), gangguan koordinasi tangan-mulut, hambatan persepsi sensori, kecemasan, stres, atau perilaku maladaptif saat makan, kurangnya dukungan lingkungan (alat bantu makan, posisi tubuh, pelatihan caregiver (Klein et al., 2023).

Guru dikelas melaporkan anak berkebutuhan khusus memiliki kemampuan yang berbeda, anak tidak sama seperti anak normal. Pemahaman anak tentang makanan sehat dan tidak sehat masih kurang, anak cenderung menyukai makanan yang manis, tidak suka buah dan ada anak yang hanya menyukai makanan yang sama setiap harinya. Dari hasil observasi kemandirian makan, anak-anak ada yang sudah mampu makan sendiri dan ada yang masih dibantu. Kemandirian makan adalah bagaimana seseorang meletakkan, mengambil dan memotong makanan dalam waktu yang layak tanpa dibantu oleh orang lain. Kemampuan menggunakan alat makan sendiri, mengambil makanan sendiri dan membersihkan tumpahan makanan sendiri merupakan bagian yang harus dicapai oleh seorang anak dalam kemandirian makan (Raffi, Indriati, & Utami, 2018). Hasil temuan sebelum penerapan program ini, anak-anak belum sepenuhnya mampu makan secara mandiri, anak masih kurang fokus makan dan kurang paham saat ditanya makanan sehat dan tidak sehat.

Program bina diri keterampilan makan anak berkebutuhan khusus melalui pendekatan terapi bermain menggunakan boneka tangan menunjukkan hasil yang sangat positif terhadap motivasi anak dalam meningkatkan kemandirian makan. Anak dijelaskan tentang apa saja makanan yang sehat, manfaat makan sehat, aturan saat makan dan terakhir makan Bersama. Hal ini mengindikasikan bahwa terapi bermain dalam edukasi makan dan memotivasi kemandirian anak menggunakan boneka tangan mampu menciptakan suasana belajar lebih menyenangkan dan meningkatkan fokus anak untuk mau mencoba makan mandiri.



Gambar 4. menjelaskan materi makanan sehat dan melatih kemandirian anak makan dengan menggunakan boneka tangan

Selain itu juga digunakan media edukasi berupa video dengan nyanyian anak-anak tentang makan. Kombinasi media audio dan visual ini berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan daya ingat siswa mempelajari serta hal-hal tentang kemandirian makan dan siswa terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan Adimayanti et al., (2019) melalui terapi bermain, anak dapat belajar keterampilan makan dengan cara yang menyenangkan dan tidak membebani, sehingga meningkatkan motivasi dan partisipasi mereka dalam proses belajar. Pemilihan terapi bermain pada program Pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dengan menggunakan media boneka, media ini dapat memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan dapat disesuaikan dengan perkembangan anak (Hatika & Ramli, 2022).



Gambar 5. menjelaskan materi menggunakan video

Kegiatan ini selain mengenalkan anak-anak tentang makanan juga melatih anak dalam mencuci tangan, agar anak-anak dapat menerapkannya sebelum dan setelah makan. Selama kegiatan makan dilakukan observasi, hasil observasi menunjukkan anak dapat makan mandiri dan minim bantuan guru. Anak juga makan dengan tenang. Setelah kegiatan makan bersama, maka terakhir dilakukan evaluasi pengetahuan anak mengenai makanan sehat dan tidak sehat yang telah disampaikan sebelumnya. Kegiatan dikemas juga dengan metode bermain yaitu, menempel bahan makanan sehat dan tidak sehat dalam sebuah kertas. Masing-masing ada diberikan 1 paket yang terdiri dari kertas HVS, lem dan gambar makanan yang telah dipotong-potong.



Gambar 6. Kegiatan evaluasi kemampuan anak berkebutuhan khusus mengenal makanan sehat dan makan tidak sehat

Program Bina Diri Keterampilan Makan Anak Berkebutuhan Khusus melalui Pendekatan Terapi Bermain di SLBN 3 Denpasar menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pemahaman dan kemandirian makan anak-anak dengan berbagai jenis kebutuhan khusus, seperti Down syndrome, autisme, hiperaktif, dan speech delay. Sebelum pelaksanaan program, hasil observasi menunjukkan bahwa anak memiliki kemampuan makan dan tingkat kemandirian yang berbeda-beda. Melalui penerapan terapi bermain dengan media boneka tangan dan video edukatif, kegiatan ini berhasil menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, menurunkan kecemasan anak, dan meningkatkan motivasi mereka untuk mencoba makan secara mandiri. Pendekatan bermain dapat memfasilitasi pembelajaran keterampilan dasar dengan cara yang lebih menarik dan efektif, serta sejalan dengan Hatika dan Ramli (2022) yang menekankan bahwa media boneka dapat menstimulasi minat belajar dan interaksi anak. Kegiatan ini juga menanamkan kebiasaan bina diri melalui latihan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, mengenalkan jenis makanan sehat dan tidak sehat, serta melakukan praktik langsung makan bersama. Berdasarkan hasil observasi, anak menunjukkan peningkatan signifikan dalam fokus saat makan, kemampuan menggunakan alat makan, serta kemandirian dalam menyelesaikan kegiatan makan tanpa banyak bantuan guru. Anak juga mampu mengelompokkan jenis makanan sehat dan tidak sehat dengan benar melalui aktivitas bermain menempel gambar, yang menunjukkan peningkatan pemahaman konseptual mereka.

Hasil ini mendukung temuan Firdaus (2023) bahwa pemilihan dan konsistensi menu makanan sehat bagi anak berkebutuhan khusus perlu didukung oleh edukasi dan keterlibatan aktif guru serta orang tua agar

perilaku makan anak dapat berubah secara positif. Selain itu, hasil kegiatan ini menegaskan pendapat Raffi, Indriati, dan Utami (2018) bahwa kemandirian makan merupakan salah satu indikator penting perkembangan anak, yang mencakup kemampuan mengambil makanan sendiri, menggunakan alat makan dengan benar, serta menjaga kebersihan selama makan.

6. KESIMPULAN

Seluruh kegiatan pengabdian kepada masyarakat program bina diri keterampilan makan anak berkebutuhan khusus melalui pendekatan terapi bermain di SLBN 3 Denpasar telah berjalan dengan baik dan lancar serta mendapatkan apresiasi yang baik dari pihak sekolah. Secara keseluruhan, program ini berhasil meningkatkan pengetahuan, perilaku, dan kemandirian makan anak berkebutuhan khusus melalui pembelajaran berbasis bermain yang adaptif terhadap karakteristik masing-masing anak. Pendekatan terapi bermain terbukti menjadi strategi efektif dan inklusif dalam menumbuhkan motivasi belajar, membangun kepercayaan diri, serta mengembangkan keterampilan dasar bina diri anak di lingkungan sekolah luar biasa.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Anak Agung Istri Wulan Krisnandari D, Ni Made Sri Rahyanti, Ni Kadek Sriasih, N. M. C. C. S. (2023). Beban Orang Tua dalam Merawat Anak Berkebutuhan Khusus di Bali. [MANUJU: MALAHAYATI NURSING JOURNAL, 5(APRIL), 1221-1233
- Arsyad, K. M. (2013). *Distribusi Jumlah Anak Dengan Down Syndrome Pada Dua Kelompok Usia Ibu Di Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Palembang Tahun 2012 Pendahuluan Down Syndrome merupakan suatu kelainan kromosom yang berdampak pada penderita Down Syndrome . Pada penderita D. 3(2).*
- Adimayanti, E., Siyamti, D., & Susilo, T. (2019). Program Bimbingan Melalui Terapi Bermain Untuk Mengembangkan Perilaku Adaptif Pada Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(2). <https://doi.org/10.31596/jpk.v2i2.50>
- Ditasari, N. N. (2011). *Kemandirian remaja down syndrome*. Universitas Negeri Malang.
- Dwi Lestari, D., & Sopingi. (2018). Hubungan Pola Asuh Orangtua Dan Kemandirian Anak. *Jurnal Ortopedagogia*, 4(1), 39-42. <https://doi.org/10.26858/est.v2i3.3214>
- Gea, Y. K., Taftazani, B. M., & Raharjo, S. T. (2023). Pengasuhan Positif Orangtua Dalam Melindungi Hak Anak Dengan Disabilitas. *Share : Social Work Journal*, 13(1), 60. <https://doi.org/10.24198/share.v13i1.46432>
- Hatika, S., & Ramli, S. A. (2022). Peningkatan Kemampuan Perbendaharaan Kata Melalui Permainan Boneka Tangan. *Jurnal Panrita*, 3(1), 26-39. <https://doi.org/10.35906/panrita.v3i1.205>
- Klein, A., Uyehara, M., Cunningham, A., Olomi, M., Cashin, K., & Kirk, C. M. (2023). Nutritional care for children with feeding difficulties and disabilities: A scoping review. *PLOS Global Public Health*, 3(3), 1-19. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0001130>

- Mundijo, T., & Arsyad, K. H. M. (2019). Distribusi Jumlah Anak Dengan Down Syndrome Pada Dua Kelompok Usia Ibu Di Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Palembang Tahun 2012. *Syifa'MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(2), 71-81.
- Rafii, M. S., Kleschevnikov, A. M., Sawa, M., & Mobley, W. C. (2019). Down syndrome. In *Handbook of Clinical Neurology* (1st ed., Vol. 167). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804766-8.00017-0>
- Ramawati, D. (2011). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kemampuan perawatan diri anak tuna grahita di Kabupaten Banyumas Jawa Tengah. *Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*.
- Ramawati, D., Allenidekania, A., & Besral, B. (2012). Kemampuan perawatan diri anak tuna grahita berdasarkan faktor eksternal dan internal anak. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 15(2), 89-96.
- Sriasih, N. K., Krisnandari D, A. A. I. W. ., Rahyanti, N. M. S., & Dewi, N. W. E. P. (2023). Self Care Agency Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Luar Biasa (Self. Riset Kesehatan Nasional, 7(2), 156-162.
- Triguno, Y., Purnami, L.A., Wardana, K.E., Raningsih, N.M., & Arlinayanti, K. D. (2020). Jurnal Peduli Masyarakat. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 2, 73-80.
- Triutari, I. (2014). Persepsi Mahasiswa Penyandang Disabilitas Tentang Sistem Pendidikan Segregasi Dan Pendidikan Inklusi (Deskriptif Kuantitatif Pada Penyandang Disabilitas di Universitas Negeri Padang). *Jurnal Penelitian Pendidikan Khusus*, 3(3).
- Winarsih, S., Hendra, J., Idris, F. H., & Adnan, E. (2013). *Panduan penanganan nak berkebutuhan khusus bagi pendamping (orang tua, keluarga, dan masyarakat)*. Kementerian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 1-17.