

**BIMBINGAN PRIBADI MELALUI PROGRAM *ACTIVITY DAILY LIVING* (ADL) UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN ANAK TUNAGRAHITA DI PKLK (PENDIDIKAN KHUSUS LAYANAN KHUSUS) GROWING HOPE BANDAR LAMPUNG**

**Stella Gitalaras Berliana Putri, Umi Aisyah**

[stellaberliana9@gmail.com](mailto:stellaberliana9@gmail.com),  
[umiaisyah@radenintan.ac.id](mailto:umiaisyah@radenintan.ac.id)

**ABSTRAK**

Penelitian ini membahas tentang bimbingan pribadi melalui program *activity daily living* untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di PKLK Growing Hope Bandar Lampung. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode deskripsi analisis. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan pribadi untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di PKLK Growing Hope Bandar Lampung telah dilaksanakan melalui 3 tahap, yaitu: 1) Tahap Awal (perencanaan), yaitu penyesuaian dengan guru, teman, dan lingkungan, serta penjelasan tentang materi pembelajaran bertujuan agar anak tunagrahita dapat memahami maksud dan tujuan dari pembelajaran yang mereka dapatkan. 2) tahap Kerja (pelaksanaan), yaitu tahap inti pada program *activity daily living* disini menggunakan metode demonstrasi, pemberian tugas, simulasi, dan karyawisata. Di tahap kerja ini anak tunagrahita sudah masuk program inti dari program *activity daily living* seperti pembelajaran tentang merawat diri, mengurus diri, menjaga diri, menolong diri sendiri, berkomunikasi, dan bersosialisasi. 3) Tahap Akhir, yaitu penutup kegiatan yang didalamnya mencakup kegiatan evaluasi, keberhasilan dan hambatan, dan tidak lanjut (*follow up*) sebelum guru pembimbing atau psikolog melakukan tindak lanjut mereka akan melakukan evaluasi terlebih dahulu sehingga mereka dapat mengukur kemampuan perkembangan anak tunagrahita.

**Pendahuluan**

Bimbingan pribadi melalui program *Activity Daily Living* (ADL) yang mengandung pengertian bahwa keterampilan-keterampilan yang diajarkan atau dilatihkan menyangkut kebutuhan individu yang harus dilakukan sendiri tanpa dibantu oleh orang lain bila kondisinya memungkinkan. Beberapa istilah yang biasa digunakan untuk menggantikan istilah Bina Diri yaitu “*SelfCare*”, “*Self Help Skill*”, atau “*Personal Management*”. Istilah-istilah tersebut memiliki

esensi sama yaitu membahas tentang mengurus diri sendiri berkaitan dengan kegiatan rutin harian.

Dalam mempersiapkan anak tunagrahita agar memiliki kemandirian dan mampu menjalankan kehidupan sehari-hari tanpa bantuan orang lain, diperlukan suatu pembelajaran tentang mengurus diri sendiri yang mudah diterima dan sekaligus menarik. Kemandirian memberikan pembelajaran dalam menolong diri sendiri, seperti membersihkan tangan, kaki, wajah, mencuci rambut, menggosok gigi, mengambil makan dan makan sendiri tanpa disuapi, minum sendiri, berpakaian sendiri, bukanlah hal mudah bagi anak tunagrahita lebih-lebih yang

mengalami *double handicaped*, sangatlah sulit untuk dapat melakukan kemampuan menolong diri sendiri. Bagi anak tunagrahita yang tremor tidaklah mudah, memasukkan makanan ke dalam mulut memerlukan perjuangan keras, demikian juga memasukkan kancing baju harus dengan konsentrasi penuh dan kerja keras dan kadang berpeluh untuk dapat selesai semua kancing baju yang dipakai (Rahman Hibana S 2005:19).

Program khusus *activity daily living* terdiri dari beberapa aspek pengembangan dimana satu sama lain saling berhubungan dan ada keterkaitannya antara lain: Merawat diri (makan-minum, kebersihan badan, menjaga kesehatan). Mengurus diri (berpakaian, berhias diri). Menolong diri (menghindar dan mengendalikan diri dari bahaya). Berkomunikasi (Verbal, nonverbal, isyarat, gambar). Bersosialisasi (pernyataan diri, pergaulan dengan anggota keluarga, teman, dan anggota masyarakat). Pendidikan seks (membedakan jenis kelamin, menjaga diri dan alat reproduksi, menjaga diri dari sentuhan lawan jenis) (Suyanto S 2005:22)

Tujuannya agar anak tunagrahita bisa memiliki kemampuan: (1) Mengenal cara-cara melakukan Bina Diri (merawat diri, mengurus diri, menolong diri, berkomunikasi, bersosialisasi, dan pendidikan seks). (2) Melakukan Sendiri kegiatan *activity daily living* dalam hal (merawat diri, mengurus diri, menolong diri, berkomunikasi, bersosialisasi, dan pendidikan seks).

Anak tunagrahita yang berinisial ABA yang memiliki mood yang kurang baik, pemalu, belum bisa melakukan kegiatan sendiri dengan mandiri harus didampingi dengan guru pembimbing, awal masuk sekolah dia sangat mudah marah dan merengek jika tidak sesuai dengan kemauannya sehingga membuat guru pembimbing harus selalu memperhatikannya (Observasi, ABA anak tunagrahita PKLK Growing Hope Bandar Lampung, 8 Mei 2023).

ABK (anak berkebutuhan Khusus) adalah anak yang memiliki perbedaan dengan anak-anak secara umum lainnya. Anak ini dikatakan berkebutuhan khusus jika ada sesuatu yang kurang atau bahkan lebih dalam dirinya. ABK adalah anak yang memerlukan penanganan khusus sehubungan dengan gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Mereka yang digolongkan pada anak yang berkebutuhan khusus dapat dikelompokkan berdasarkan gangguan atau kelainan pada aspek fisik/motorik, kognitif, bahasan & bicara, pendengaran, pengelihatn, serta sosial dan emosi.

Ibu Sri Santi Utami selaku guru pembimbing mengatakan bahwa, pada program *activity daily living* para siswa diajarkan atau dilatih melakukan aktifitas sehari-hari mulai dari yang sederhana, seperti, menyisir rambut, memakai baju, mengikat tali sepatu, memakai bedak, memakai pembalut sampai dengan tugas kerumah tanggaan membersihkan rumah, cara menghidangkan makanan kepada tamu, kapan saja waktu makan dan sebagainya berdasarkan

tingkatan kelas dan umurnya. Adapun pengertian dari program *Activity Daily Living* itu ialah suatu program yang diberikan kepada siswa khususnya anak tunagrahita yang berupa pelatihan aktifitas kegiatan setiap hari yang bertujuan untuk membuat siswa dapat melakukan kegiatannya sendiri tanpa meminta bantuan kepada orang lain. Siswa akan dilatih atau diajarkan tentang kegiatan yang dilakukan sehari-hari, seperti: memakai baju sendiri, mandi sendiri, bahkan makan dan minum sendiri. Supaya mereka tidak selalu bergantung kepada orang-orang terdekatnya seperti, orang tuanya atau saudara-saudaranya (Wawancara, Sri Santi Utami PKLK Growing Hope Bandar Lampung, 8 Maret 2023).

Berdasarkan penjelasan diatas anak tunagrahita perlu diajarkan tentang kemandirian, program *activity daily living* mengacu pada suatu kegiatan yang bersifat pribadi, tetapi memiliki dampak berkaitan dengan *human relationship*. Disebut pribadi karena mengandung pengertian bahwa keterampilan-keterampilan yang diajarkan atau dilatihkan menyangkut kebutuhan individu yang harus dilakukan sendiri tanpa bantuan orang lain bila kondisinya memungkinkan (Design, G 2007:95). Bagi anak tunagrahita keterampilan ini perlu mendapat bimbingan secara bertahap dan berkesinambungan sesuai dengan tahapan perkembangan dan kemampuan anak tunagrahita dengan harapan: (1) Anak dapat mengembangkan kemampuan sesuai dengan potensi yang dimiliki. (2) Guru dapat memusatkan pada pengembangan kompetensi Bina Diri anak didik dengan menyediakan berbagai kegiatan, sumber belajar, dan bahan ajar sesuai dengan kemampuan anak didik dan kondisi lingkungan sekolah. (3) Orang tua dan masyarakat dapat berperan aktif dalam pelaksanaan program *activity daly living* di sekolah agar dapat ditindak lanjuti di rumah. (4) Sekolah dapat menyusun program *activity daily living* sesuai dengan keadaan peserta didik dan sumber belajar minimal yang tersedia.

Pendidikan Khusus dan Layanan Khusus (PKLK) Growing Hope Bandar Lampung adalah Lembaga pendidikan yang bergerak dibidang penanganan Anak Berkebutuhan Khusus *Intellectual disability* dan *autism* dari jenjang Prasekolah, SD, SMP dan SMA terletak di Palmsville Residence, Jl. Pulau Buton No.1-3, Bandar Lampung adalah tempat anak tunagrahita mendapatkan pembelajaran salah satunya *Activity Daily Living* untuk meningkatkan kemandiriannya. Laboratorium yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan siswa berdasarkan hasil pemeriksaan assesment, antara lain laboratorium: *Activities Daily Living* (ADL), Ketrampilan Sosial, Motorik Kasar, Motorik Halus, Baca Tulis Hitung (*Calistung*), Pertanian, Menjahit, Komputer, Batik, dan Tata Boga.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan, yaitu peneliti yang berusaha mengumpulkan data dan informasi tentang permasalahan di lapangan. Yaitu dengan mengumpulkan data dengan cara terjun langsung ke PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung untuk meneliti proses pelaksanaan bimbingan pribadi melalui program *activity daily living* untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita.

Penelitian ini bersifat kualitatif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan dan menuturkan pemecahan masalah yang ada dengan menggambarkan, meringkas berbagai kondisi, situasi, atau fenomena realitas sosial yang ada di masyarakat yang menjadi objek penelitian, dan berupaya menarik realitas kepermukaan sebagai suatu ciri, karakter, sifat, atau gambaran tentang kondisi, situasi, ataupun fenomena tertentu (Afrizal, 2014:87). Maka dalam penelitian ini akan disajikan data yang diperoleh berupa deskripsi analisis mengungkapkan pelaksanaan bimbingan pribadi melalui program *activity daily living* untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung. Sumber data penelitian diperoleh dari subyek penelitian, subnyek penelitian adalah orang-orang yang menjadi sumber informasi yang dapat memberikan data sesuai dengan masalah yang diteliti. Dalam penelitian ini, pemilihan informasi menggunakan taktik penelitian *purposive sampling* yaitu Teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu (Nasution, 1992:53). Sumber data penelitian ini adalah 1 kepala Sekolah PKLK Growing Hope Bandar Lampung, 1 guru pembimbing PKLK Growing Hope Bnadar Lampung, 1 psikolog PKLK Growing Hope Bandar Lampung, dan 5 anak tunagrahita yang mengikuti kelas *activity daily living*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara tidak terstruktur, observasi yang digunakan adalah observasi partisipan yaitu peneliti terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian.

### **Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Gambaran dalam upaya meningkatkan kemandirian anak tunagrahita telah dilakukan oleh PKLK Growing Hope Bandar Lampung salah satunya juga memerlukan peran seorang guru pembimbing, guru pembimbing disini berperan saat penting dalam membantu meningkatkan kemandirian anak tunagrahita melalui program *Activity Daily Living*. Karena untuk membimbing anak tunagrahita menjadi orang-orang yang mampu bersosialisasi, mandiri, merawat diri, menjaga diri dan memiliki kecerdasan. *Activity Daily Living* yang merupakan pelatihan kegiatan sehari-hari seperti melipat baju, makan, gosok gigi, mandi dan kegiatan lainnya

yang dikhususkan kepada anak tunagrahita karena keterbelakangan mentalnya yang mengharuskan perlu diadakan pendampingan terhadap kegiatan sehari-harinya agar anak tunagrahita mampu melakukan kegiatannya sendiri dan tidak selalu tergantung kepada orang lain.

Menurut Ibu Saniyanti SPd.Gr selaku kepala sekolah di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung mengatakan bahwa Sebelum dilakukan pembelajaran untuk siswa baru terlebih dahulu dilakukan tes assessment dan tes psikologi untuk mengetahui siswa tersebut. Kita bekerja sama dengan psikolog untuk melakukan tes psikologi, kita sangat berterimakasih seandainya ada anak yang dari sekolah reguler atau sekolah lainnya lalu pindah ke sekolah khusus atau SLB dengan membawa rekomendasi dari psikolog itu lebih baik. Terkadang ada yang tidak naik kelas selama beberapa tahun kemudian dipindahkan. Maka dengan adanya surat rekomendasi dari sekolah dan psikolog atau surat dari dokter yang menyatakan hambatan secara khususnya akan memudahkan kita untuk mengetahui tentang siswa tersebut. Sehingga kita memberikan Pendidikan sesuai dengan kebutuhan dan kemampuannya. Untuk program yang kita berikan kepada anak tunagrahita biasanya program khusus bina diri yang mana program khusus bina diri ini mampu membuat siswa mandiri dengan melakukan pelatihan akan kehidupan sehari-hari dengan dilakukan secara terus menerus sampai anak itu bisa. Jika ada anak misalnya belum bisa menggosok gigi, kami melatihnya terus menerus sampai anak itu bisa walaupun nanti lupa lagi dan kita latih lagi sampai bisa lagi, kalau sudah bisa baru diganti dengan pelatihan yang lain. Adapun pelaksanaan program khusus bina diri ini dilaksanakan 3-4 perminggunya disesuaikan dengan guru kelas. Setiap guru kelas terdapat program khusus yang biasa disebut dengan proksus. Misalnya hari ini mengancing baju, kemudian anak-anak melipat baju, melakukan kegiatan tersebut membutuhkan waktu yang lumayan lama karena siswa tidak sepenuhnya langsung bisa (Saniyanti Kepala Sekolah PKLK Growing Hope Bandar Lampung. Wawancara, 8 Maret 2023).

Dari pernyataan Ibu Saniyanti SPd.Gr selaku kepala sekolah di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung mengatakan bahwa pada program *activity daily living* para siswa diajarkan atau dilatih melakukan aktifitas sehari-hari mulai dari yang sederhana, seperti: menyisir rambut, memakai baju, mengikat tali sepatu, memakai bedak, memakai pembalut sampai dengan tugas kerumah tanggaan membersihkan rumah, cara menghidangkan makanan kepada tamu, kapan saja waktu makan dan sebagainya berdasarkan tingkatan kelas dan umurnya. Adapun pengertian dari program *activity daily living* itu ialah suatu program yang diberikan kepada siswa khususnya anak tunagrahita yang berupa pelatihan aktifitas kegiatan setiap hari yang bertujuan untuk membuat siswa dapat melakukan kegiatannya

sendiri tanpa meminta bantuan kepada orang lain. Siswa akan dilatih atau diajarkan tentang kegiatan yang dilakukan sehari-hari, seperti: memakai baju sendiri, mandi sendiri, bahkan makan dan minum sendiri. Supaya mereka tidak selalu bergantung kepada orang-orang terdekatnya seperti, orang tuanya atau saudara-saudaranya (Saniyanti Kepala Sekolah PKLK Growing Hope Bandar Lampung. Wawancara, 8 Maret 2023).

### **Program *Acitivity Daily Living***

Dalam pelaksanaan program *acitivity daily living* tentu perlu adanya persiapan yang matang, beberapa persiapan mulai dari hasil assessment anak, materi, program kegiatan, sarana dan prasarana, alat dan bahan pembelajaran dan lainnya. Semua persiapan itu telah kami sesuaikan dengan kebutuhan anak, sehingga anak bisa lebih nyaman, aman, dan senang dalam proses pembelajarannya. Begitu juga dalam pelaksanaan bimbingan pribadi melalui program *acitivity daily living* untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita di PKLK Growing Hope Bandar Lampung.

Pelaksanaan bahwa program *Acitivity Daily Living* di lakukan semua anak secara secara rutin setiap pagi sebagai awal memulainya kegiatan mereka. Kegiatan dilakukan dari pukul 08:30 sampai dengan 14:00 WIB bertempat di lapangan atau aula, dan setelah mereka istirahat pertama dengan waktu 15 menit mereka akan lanjut dikelas khusus *acitivity daily living* PKLK Growing Hope Bandar Lampung. Pagi hari setelah sampai disekolah mereka biasanya akan absen terlebih dahulu dikelas mereka, setelah itu mereka akan diarahkan untuk berdoa terlebih dahulu dikelas dan barulah mereka akan memulai kegiatan sesuai yang telah ditentukan oleh guru pembimbing atau psikolog mereka masing-masing (Agung Wijaya Psikolog PKLK Growing Hope Bandar Lampung, Wawancara, 27 Maret 2023). Pelaksanaan program *acitivity daily living* yang dilakukan PKLK Growing Hope Bandar Lampung ini dilakukan dengan melalui tiga tahap, yaitu tahap awal (perencanaan), tahap inti (pelaksanaan), tahap pengakhiran. Tahap demi tahap dilakukan secara berurutan agar anak tunagrahita terbiasa dengan kegiatan yang telah diajarkan untuk meningkatkan kemandrian mereka di sekolah maupun di rumah. Ketiga tahap proses pelaksanaan program *acitivity daily living* di atas dapat diuraikan sebagai berikut:

#### **a. Tahap Awal (Perencanaan)**

Berdasarkan hasil pengamatan yang penulis lakukan, Tahap awal merupakan tahap dimana anak tunagrahita di bimbing oleh guru pembimbing meraka bertujuan agar bisa menyesuaikan diri dan mood dengan lingkungan, setelah mereka sampai ke sekolah guru pembimbing mereka akan langsung menyambut, menyapa, dan memberi senyuman

untuk membangun semangat mereka supaya kegiatan yang akan mereka jalani dapat dengan baik mereka laksanakan dengan kondisi mood yang baik. Adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap awal yaitu berkumpul dengan teman-teman yang lainnya, dan saling bertegur sapa. Dalam kumpulan mereka sudah disesuaikan dengan kriteria tertentu dan tingkatan akademis mereka, seperti dalam proses pelaksanaan *activity daily living* maka kriteria mereka akan disesuaikan dengan kebutuhan dan tingkatan kemampuan mereka.

kegiatan berikutnya adalah anak-anak akan diarahkan untuk jalan marthon bersama-sama didampingi oleh guru pembimbing dengan saling berpegang tangan. Dalam kegiatan ini anak-anak akan di bawa keluar sekolah untuk jalan santai bersama-sama, dalam kegiatan ini mereka bisa berinteraksi langsung dengan masyarakat seperti, memberi salam atau menyapa masyarakat. Dalam kegiatan marthon ini anak-anak tetap dalam pengawasan dan mereka diberi tugas agar tidak boleh melepas tangan teman dan guru pembimbing mereka selama jalan marthon. Kegiatan ini bertujuan untuk membiasakan anak tunagrahita dengan lingkungan masyarakat yang sebenarnya. Berdasarkan hasil observasi peneliti setelah mereka melakukan kegiatan di atas, mereka akan diberikan waktu istirahat pertama yang berlangsung 15 menit sebelum mereka masuk kedalam kelas inti mereka yaitu kelas *Activity Daily Living*. Dalam waktu istirahat pertama, mereka diizinkan makan snack atau cemilan yang mereka bawa dari rumah.

#### **b. Tahap Inti (Pelaksanaan)**

Tahap inti merupakan tahap pelaksanaan dari proses pelaksanaan bimbingan pribadi melalui program *activity daily living*. Pada tahap ini akan terlihat Teknik dan metode apa yang digunakan guru pembimbing dalam penerapan pembelajaran program *activity daily living*. Program *activity daily living* dapat dilakukan dengan berbagai macam metode pembelajaran, metode pembelajaran yang digunakan guru pembimbing atau psikolog PKLK Growing Hope Bandar Lampung adalah metode demonstrasi, pemberian tugas, simulasi, dan karyawisata.

Pelaksanaan program *Activity Daily Living* yang dilakukan oleh PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung, dalam proses belajar mengajar harus tetap tenang dan membuat anak tidak terbebani agar mereka tetap nyaman saat proses belajar dilakukan. Adapun pelaksanaan bimbingan belajar yang dilakukan setiap harinya yaitu:

- a) Berdoa



Untuk memulai pembelajaran anak tunagrahita akan diajarkan untuk melakukan doa terlebih dahulu yang dipimpin oleh siswa yang bertugas di hari tersebut.

b) Senam Otak

Setelah berdoa anak tunagrahita akan dibimbing kembali untuk melakukan senam otak, yaitu serangkaian Gerakan yang menghubungkan antara otak, indera, dan tubuh. Serangkaian ini dapat menjaga Kesehatan mental dan fungsi kognitif.

a) Motorik Kasar

Dalam kegiatan ini setiap anak akan keluar ruang kelas mereka untuk berkumpul di lapangan sekolah dan mengikuti pembelajar motoric kasar, contoh kegiatannya seperti, merangkak, berlari, melompat, berjalan.

b) Kelas Laboraturium *Acitivity Daily Living*

Di dalam kelas ini setiap anak tunagrahita awal pasti akan memasuki kelas laboraturium *Acitivity Daily Living*. Ada beberapa tahap pembelajaran yang dipelajari di kelas ini, seperti:

1) Mengancing baju

Belajar mengancing baju adalah pembelajar dasar yang harus di lakukan setiap anak tunagrahita awal, untuk melatih konsentrasi dan kekuatan tangannya.

2) Memakai Baju

Setelah anak tunagrahita selesai mengancing baju mereka akan langsung diarahkan untuk memakai baju tersebut dengan rapih.

3) Mandi

Di kelas laboraturium acitivity daily living anak tunagrahita yang masih kecil akan di ajarkan langsung mandi sendiri, gosok gigi sendiri, keramas sendiri, cuci muka dan lainnya.

4) Berhias

Dalam hal ini anak tunagrahita diberikan kesempatan untuk merapihkan dan berhias diri mereka contohnya seperti, mengikat rambut, menyisir rambut, mengenakan kaus kaki dan sepatu dan lainnya.

5) Makan

Dalam hal makan pun mereka harus melakukannya sendiri tanpa bantuan siapapun, guru hanya membantu mengarahkan dan mengawasi mereka saja.

6) Menggambar

Proses menggambar dilakukan sendiri oleh siswa/siswi tunagrahita. Tetapi tidak semua siswa/siwsu mau untuk menggambar dengan Sedikit bantuan

dari guru agar mereka mau mengikuti praktik menggambar, hal tersebut bertujuan agar siswa/siswi tunagrahita bisa meningkatkan belajarnya yang lebih baik.

7) Mewarnai

Dalam proses mewarnai guru hanya menjelaskan bahan-bahan untuk mewarnai dan siswa/siswi yang memperatekannya agar mereka mengetahui bagaimana cara mewarnai.

8) Bersih -Bersih

Dalam hal ini anak tunagrahita akan diarahkan untuk selalu menjaga kebersihan kelas, dirinya sendiri, dan lingkungan sekolahnya. Seperti contoh, setelah mereka selesai mewarnai harus mebereskan Kembali alat gambar mereka, setelah mereka makan harus mencuci alat dan tempat makan mereka sendiri, dan melakukan piket kelas setiap harinya.

c) Istirahat dan Makan

Selama waktu istirahat anak tunagrahita akan makan bersama dengan teman-teman yang lainnya. Para guru pendamping akan mengawasi mereka dan membantu apabila ada yang kekusahan, tak jarang pula para guru ikut bergabung makan bersama dengan para siswa/siswi. Setelah selesai makan dan minum para guru akan mengarahkan mereka untuk mencuci tangan, mencuci tempat makan, dan membereskan perlengkapan makan mereka kedalam tas mereka sendiri.

Berdasarkan dari hasil analisis di atas, penulis berkomentar bahwa kegiatan Program khusus *activity daily living* di PKLK Growing Hope Bandar Lampung, mengemukakan bahwa Program khusus *activity daily living* yang diterapkan di PKLK Growing Hope Bandar Lampung berjalan sesuai dengan apa yang menjadi tujuan dari program khusus *activity daily living*. Program khusus *activity daily living* yang diterapkan menyesuaikan dengan kebutuhan dari peserta didik adapun materi yang diterapkan di PKLK Growing Hope Bandar Lampung ialah mengenai cara berhias diri, memakai pakaian, makan dan minum, merawat diri, menjaga diri, menghindari bahaya serta menolong diri jika terkena bahaya. Dalam pelaksanaan program khusus *activity daily living* ini para siswa turut berpartisipasi atau mempraktikkan langsung setelah guru memberikan perintah untuk melakukannya dan tentunya guru memberikan contoh terlebih dahulu diawal dengan berulang-ulang sampai sekiranya siswa dianggap bisa untuk melakukannya.

**c. Tahap Akhir**

Tahap pengakhiran merupakan tahap akhir dari proses pelaksanaan *activity daily living*, yang mana di PKLK Growing Hope Bandar Lampung pada tahap ini diisi dengan tiga kegiatan yaitu evaluasi, keberhasilan dan hambatan, serta tidak lanjut. Pada tahap ini, pembimbing akan memberikan kesimpulan dari kegiatan bimbingan yang telah dilakukan tersebut. Kemudian ia akan melakukan tiga kegiatan lainnya, yaitu evaluasi, keberhasilan dan hambatan, serta tindak lanjut (*follow up*).

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan penulis dalam proses pelaksanaan program *activity daily living* di PKLK Growing Hope Bandar Lampung, dapat disimpulkan bahwa tahapan-tahapan pelaksanaan program *activity daily living* sesuai dengan teori yang ada, dimana yang dijelaskan dalam teori tersebut mencakup 3 tahapan yaitu tahap awal (perencanaan), tahap inti (pelaksanaan), tahap akhir (evaluasi dan tindak lanjut).

Dengan mengupayakan program *activity daily living* peran guru pembimbing dalam proses meningkatkan kemandirian anak tunagrahita sehingga mampu meningkatkan kemandirian anak tunagrahita sesuai kebutuhan menjadi hal utama yang harus diwujudkan oleh guru pembimbing, maka hasil dari program *activity daily living* untuk anak tunagrahita dilihat dari tingkat kemajuan kemandirian anak tunagrahita yang diberikan guru pembimbing di PKLK Growing Hope Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu Sri Santi Utamai sebagai guru pembimbing di PKLK Growing Hope Bandar Lampung, bahwa sampai saat ini sekolah luar biasa berperan penting dalam membantu membimbing anak tunagrahita yang sangat membutuhkan bantuan untuk merawat, menjaga dan menolong diri mereka sendiri. Tidaklah mudah dalam membimbing anak berkebutuhan khusus, diperlukan keahlian khusus dalam membimbing mereka. Dari hasil penelitian penulis di PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) growing Hope Bandar Lampung sendiri sudah bisa memenuhi standar yang baik, guru pembimbing disana sudah dipastikan memiliki keahlian dalam mengajar anak tunagrahita, fasilitas untuk mengajar disana sudah sangat memadai untuk belajar, sehingga pembelajaran disana dapat terlaksana dengan nyaman, amat, bermanfaat dan berkualitas.

Evaluasi dilakukan secara khusus untuk mengetahui perkembangan anak tunagrahita dalam meningkatkan kemandiriannya. Hasil evaluasi yang dilakukan guru pembimbing merupakan hasil yang didapat dari perkembangan anak tunagrahita setiap harinya, setelah melihat hasil evaluasi setiap anak barulah bisa disimpulkan bahwa anak

tersebut sudah memiliki tingkat kemandirian atau belum. Dari hasil evaluasi jugalah yang menentukan apakah anak tersebut akan naik tingkat kelas atau tinggal kelas.

Sebagaimana hasil penelitian yang peneliti dapatkan menunjukkan bahwa pada dasarnya anak tunagrahita lebih sulit dalam diajarkan kemandirian dilihat dari keterlambatan intelektual yang dialami anak tunagrahita sejang masih kecil. Ketika masih Balita. Mulai dari cara anak belajar merangkak, belajar berjalan dan cara anak belajar bicara. Akan tetapi tidak semua orang tua bisa menyadari akan hal tersebut bisa karena para orang tua tidak mengerti atau tidak menyadari mengenai keterlambatan anaknya juga bisa karena para orang tua tidak tau mengenai anak berkebutuhan khusus.

Berdasarkan hal inilah ada program *Acitivity Daily Living* untuk meningkatkan kemandirian anak tunagrahita dari program inilah terbukti banyak anak tunagrahita dapat mandiri dengan tidak bergantung pada orang lain dan mempunyai rasa tanggung jawab, menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam tatalaksana pribadi (mengurus diri, menolong diri, merawat diri), menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan ABK dalam berkomunikasi sehingga dapat mengkomunikasikan keberadaan dirinya, menumbuhkan dan meningkatkan kemampuan anak tunagrahita dalam hal sosialisasi.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan data yang diperoleh di lapangan dan hasil analisis yang penulis uraikan dalam bab IV, maka penulismenyimpulkan bahwa penelitian dengan judul Bimbingan Pribadi Melalui Program *Acitivity Daily Living* Untuk Meningkatkan Kemandirian Anak Tunagrahita Di PKLK Growing Hope Bandar Lampung ini dilakukan dalam 3 tahap, yaitusebagai berikut: 1) Tahap awal (perencanaan) yaitu tahap yang meliputi kegiatan anak tunagrahita dibimbing oleh guru pembimbing meraka agar bisa menyesuaikan diri dan mood dengan lingkungan, setelah mereka sampai ke sekolah guru pembimbing mereka akan lansung menyambut, menyapa, dan memberi senyuman untuk membangun semangat mereka supaya kegiatan yang akan mereka jalanin dapat dengan baik mereka laksanakan dengan kondisi mood yang baik. Serta penjelasan tentang kegiatan dan pembelajaran yang akan dilakukan oleh guru pembimbing di PKLK Growing Hope Bandar Lampung. 2) Tahap inti (pelaksanaan) adalah tahap pelaksanaan program *acvtivity daily living* Dalam tahap inti ini semua anak tunagrahita akan mendapatkan pembelajaran inti mereka dengan program *acitivity daily living* sebagai langkah penting agar bisa melakukan kegiatan selanjutnya, khususnya bagi anak tunagrahita yang belum memiliki kemandirian. Program khusus *acitivity daily living* yang diterapkan menyesuaikan dengan kebutuhan dari peserta didik adapun materi yang diterapkan di PKLK Growing Hope Bandar

Lampung ialah mengenai cara berhias diri, memakai pakaian, makan dan minum, merawat diri, menjaga diri, menghindari bahaya serta menolong diri jika terkena bahaya. Dalam pelaksanaan program khusus *activity daily living* ini para siswa turut berpartisipasi atau mempraktikkan langsung setelah guru memberikan perintah untuk melakukannya dan tentunya guru memberikan contoh terlebih dahulu diawal dengan berulang-ulang sampai sekiranya siswa dianggap bisa untuk melakukannya. 3) Tahap akhir yaitu tahap penutup dari pelaksanaan program *activity daily living*. Di PKLK Growing Hope Bandar Lampung pada tahap pengakhiran terdapat tiga kegiatan yang dilakukan, yaitu evaluasi, keberhasilan dan hambatan, serta tidak lanjut (*follow up*) pada hal ini tidak lanjut yang diberikan oleh guru pembimbing PKLK Growing Hope Bandar Lampung akan disesuaikan kembali dengan kebutuhan anak tunagrahita. Program *activity daily living* ini dinilai memberikan hasil yang baik dan sesuai dengan kebutuhan anak tunagrahita.

### **Daftar Pustaka**

Afrizal, (2014). *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rajawali Pres.

Design, G. (2007). *Program Pendidikan Anak Usia Dini Non-Formal*, Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 2007.

Nasution, S. (1992). *Metode Naturalistik Kualitatif*, Bandung: Tarsito.

Rahman Hibana S. (2005). *Konsep Dasar Pendidikan anak Usia Dini*. Yogyakarta. Grafindo Litera Media.

Suyanto, S. (2005). *Konsep dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: Departemen pendidikan Nasional.

### **Informan**

Ibu Saniyanti, S.Pd.Gr Kepala Sekolah PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung

Bapak Agung Wijaya, S.Psi Guru Pembimbing PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung

Ibu Sri Santi Utami, S.Pd Guru Pembimbing PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung

Ibu Phina Alifah S.S.Kom Administrasi PKLK (Pendidikan Khusus Layanan Khusus) Growing Hope Bandar Lampung