

PENDAMPINGAN KEMANDIRIAN PENYANDANG TUNAGRAHITA MELALUI KETERAMPILAN MEMASAK DI KOTA MADIUN

Iin Supriyanti¹ Nurul Muttaqin² Siti Khumairo³ Al Manik³ Neny Qurrota A'yun⁴

elmaulana1986@gmail.com¹ khumairoalmanik63@gmail.com³

princesscubby0910@gmail.com⁴

Institut Agama Islam Riyadlotul Mujahidin Ponorogo

Abstract

The mentally retarded person in this service is a woman and she wants to get married. The limitations of people with intellectual disabilities, which are accompanied by hearing and speech impairments, mean the need for skills to be taught as provisions for building a household. This research uses a descriptive method with a qualitative approach. The data used in this research is combined data, consisting of primary and secondary data, obtained through interviews and literature studies. This research aims to provide a real picture of assisting the skills of mentally retarded people through cooking activities. From the results of the service carried out, it shows that independent assistance for the mentally retarded in teaching cooking skills is enthusiastic, it is known that mentally retarded people can carry out the stages of mentoring cooking skills and run well.

Keywords: mentoring, mental retardation, cooking skills.

Abstrak

Penyandang tunagrahita dalam pengabdian ini adalah seorang perempuan dan dia menginginkan untuk menikah. Keterbatasan penyandang tunagrahita tersebut yang mana disertai dengan tunarungu dan tunawicara maka perlunya keterampilan yang diajarkan sebagai bekal dalam membangun rumah tangga. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif data yang digunakan penelitian ini adalah data gabungan, terdiri atas data primer dan sekunder, yang diperoleh melalui wawancara dan studi literatur. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran secara nyata tentang pendampingan keterampilan penyandang tunagrahita melalui kegiatan memasak. Dari hasil pengabdian yang dilakukan menunjukkan bahwa pendampingan kemandirian terhadap tunagrahita dalam mengajarkan keterampilan memasak

mendapatkan antusias, diketahui bahwa penyandang tunagrahita tersebut dapat melakukan tahapan-tahapan pendampingan keterampilan memasak dapat berjalan dengan baik.

Keyword: pendampingan, tunagrahita, keterampilan memasak.

Pendahuluan

Penyandang tunagrahita merupakan seseorang yang mempunyai kekurangan atau keterbelakangan mental dan intelektual. Mereka mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas baik yang bersifat akademik, komunikasi verbal, maupun hubungan sosial. Penyandang tunagrahita dikategorikan menjadi 3 kategori, yaitu tunagrahita ringan (*Debil*), tunagrahita sedang (*Imbisel*), dan tunagrahita berat atau idiot (Soegiyanto: 2013). Dipahami bersama bahwa penyandang tunagrahita ringan memiliki keterbatasan intelektual, akan tetapi mereka memiliki kemampuan yang bisa dikembangkan. Untuk itu dibutuhkan pelatihan atau pengembangan kemampuan yang mereka miliki dengan tujuan dapat membekali mereka sehingga mampu bertahan hidup di lingkungan masyarakat. Tidak dapat dipungkiri penyandang tunagrahita tidak bisa selalu bergantung kepada orang-orang yang ada di sekitarnya, untuk itu perlu diberi pelatihan-pelatihan yang disesuaikan dengan kebutuhan mereka. Pembelajaran untuk penyandang tunagrahita sangat penting dan pembelajaran ini tidak hanya dilaksanakan di sekolah formal tetapi juga bisa dilaksanakan di lingkungan keluarga. Pembelajaran di lingkungan keluarga diberikan sebagai bentuk support dan proses pendekatan mental penyandang tunagrahita (Larasati dan Suharmoko:2021). Adapun pembelajaran yang bisa diberikan untuk penyandang tunagrahita ringan yaitu bersifat pembinaan, pembimbingan dan pelatihan langsung kepada mereka.

Penyandang tunagrahita membutuhkan waktu yang lama dalam menyerap ilmu yang telah diajarkan oleh orang tua maupun orang-orang yang ada di sekitarnya, hal ini disebabkan karena kekurangan yang mereka miliki dalam berpikir atau keterbelakangan intelegensi. Seorang penyandang tunagrahita memiliki kekurangan dalam berpikir atau keterbelakangan intelegensi, sehingga memerlukan proses yang begitu lama agar penyandang tersebut memahami apa yang dipelajari atau menyaring informasi yang mereka dapatkan dari guru, teman maupun keluarganya (Rachman:2020).

Keterbatasan sosial penyandang tunagrahita yaitu mereka tidak seperti penyandang normal pada umumnya karena mereka tidak bisa diberi tanggung jawab sosial yang berat dan penyandang

tunagrahita itu cenderung berteman dengan penyandang yang lebih muda daripada usianya dan sangat bergantung pada orang tua atau orang terdekatnya. Sedangkan keterbatasan fungsi mental yaitu penyandang tunagrahita tidak dapat menghadapi tugas dalam jangka waktu yang lama, serta pembendaharaan kata yang kurang sehingga mereka harus diberikan kata-kata yang mudah dicerna (Sari and Irdamurni:2020). Pembelajaran keterampilan sangat penting diaktualisasikan kepada penyandang tunagrahita ringan karena dapat menjadi bekal untuk masa depan mereka.

Hasil observasi awal dilapangan pada 20 Januari 2024 di tunagrahita di Perum Griya Hasanah Blok A No. 2 Doragan Munggut Kab. Madiun ditemukan bahwa, terdapat penyandang tunagrahita seorang perempuan dan menginginkan menikah. Melihat keterbatasan penyandang tunagrahita tersebut yang mana disertai dengan tunarungu dan tunawicara, maka perlunya keterampilan yang diajarkan sebagai bekal dalam membangun rumah tangga. Melihat problematika tersebut, maka peneliti berinisiatif memberikan pendampingan kepada tunagrahita tersebut melalui pendampingan memasak dan berjualan snack kecil. Tujuan utama dari pendampingan keterampilan tersebut sebagai bekal berumah tangga serta meningkatkan kepedulian narasumber terhadap orang-orang sekitar terutama suami.

Mengembangkan kemandirian penyandang tunagrahita ringan agar dapat hidup secara mandiri dapat dilakukan dengan cara memberikan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Pembelajaran yang sesuai untuk penyandang tunagrahita ringan memuat kegiatan pembinaan, pembimbingan dan pelatihan langsung kepada penyandang tunagrahita ringan. Adapun pembelajaran yang dapat diberikan kepada penyandang tunagrahita ringan yang memuat pembinaan, pembimbingan dan pelatihan langsung yaitu berkaitan dengan keterampilan. Seorang penyandang tunagrahita memiliki kekurangan dalam berpikir atau keterbelakangan intelegensi, sehingga memerlukan proses yang begitu lama agar penyandang tersebut memahami apa yang dipelajari atau menyaring informasi yang mereka dapatkan dari guru, teman maupun orang tuanya. Keterbatasan sosial penyandang tunagrahita yaitu mereka tidak seperti penyandang normal pada umumnya karena mereka tidak bisa diberi tanggung jawab sosial yang berat dan penyandang tunagrahita itu cenderung berteman dengan penyandang yang lebih muda daripada usianya dan sangat bergantung pada orang tua atau orang terdekatnya. Sedangkan keterbatasan fungsi mental yaitu penyandang tunagrahita tidak dapat menghadapi tugas dalam jangka waktu yang lama, serta pembendaharaan kata yang kurang sehingga mereka harus diberikan kata-kata yang mudah dicerna (Yuwono:2020).

Metode

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif, yang bertujuan untuk memberikan gambaran secara nyata tentang pendampingan keterampilan penyandang tunagrahita melalui kegiatan memasak. Melalui metodologi ini, peneliti berusaha menyajikan data dan informasi yang terkait dengan pendampingan keterampilan penyandang tunagrahita yang disampaikan melalui bentuk narasi.

Adapun data yang digunakan penelitian ini adalah data gabungan, terdiri atas data primer dan sekunder, yang diperoleh melalui wawancara dan studi literatur. Melalui metode ini pula, peneliti menganalisis dan mengevaluasi tentang seberapa besar hasil dari pendampingan keterampilan penyandang tunagrahita terhadap kemandirian penyandang tunagrahita. Peneliti juga mengajukan beberapa upaya optimalisasi pendampingan diri insan tunagrahita sebagai solusi atas krisis sosial yang masih terjadi sampai saat ini.

Hasil dan Pembahasan

Dalam kehidupan bermasyarakat, para penyandang tunagrahita seringkali mendapat perlakuan tidak adil dan kerap dipandang sebelah mata oleh mereka yang bukan penyandang disabilitas karena keterbatasan mental dan intelektual yang ada pada diri mereka. Berbagai stigma buruk dan pandangan miring pun sudah menjadi suatu hal yang seringkali terdengar saat penyandang tunagrahita ini hadir di tengah-tengah masyarakat. Oleh karena itu, penelitian ini berusaha menganalisis tentang penerimaan sosial masyarakat Indonesia terhadap warga tunagrahita serta mengevaluasi bagaimana upaya optimalisasi dalam pembinaan diri bagi para penyandang tunagrahita agar dapat diterima di kalangan masyarakat pada umumnya.

Totalitas Dukungan Keluarga

Keluarga sebagai akses pendidikan pertama dan utama, serta yang hakiki, tentu berperan penting dalam proses tumbuh-kembang anak. Di dalam keluarga, seseorang akan mendapatkan pengalaman dan wawasan pertamanya, jauh sebelum ia mulai mengenal lingkungan sekolah dan masyarakat. Hal ini tentu sangat berpengaruh pada kondisi psikologis seseorang, baik secara moral, mental, emosional, intelektual, motivasi dan lain sebagainya.

Dalam kasus anak dengan retardasi mental, peran keluarga akan sangat membantu dalam upaya optimalisasi pembinaan diri. Mengapa? Pertama, karena pihak keluarga yang akan benar-

benar mampu memahami kondisi psikologis sang anak sehingga diharapkan mampu memberikan penanganan khusus secara tepat. Kedua, dikarenakan anggota keluarga tentunya terdiri dari orang-orang terdekat sehingga ada kedekatan psikologi dan emosional yang terjalin antara penyandang tunagrahita dengan anggota keluarganya, baik ayah, ibu, maupun saudara-saudaranya. Ketiga, dikarenakan segala aspek pendidikan adalah berawal dari keluarga sehingga untuk mengupayakan optimalisasi pembinaan diri, tentu harus dimulai dari bangunan keluarganya terlebih dahulu.

Dari hasil wawancara dengan seorang informan yang merupakan seorang adik sepupu dari seorang penyandang tunagrahita terkait dengan penerimaan keluarga terhadap sang kakak sepupu, beliau mengatakan:

"Sebagai seorang adik, tentunya sangat miris dengan keadaan kakak mengingat yang tidak diterima dengan sepenuhnya oleh orang tua dan saudara kandungnya. Apalagi saat ini sang kakak sangat menginginkan untuk menikah, maka sang adik berupaya bagaimana kakak sepupunya dapat diterima oleh keluarga calon suaminya."

Menyikapi hasil tersebut, maka keluarga sebaiknya tidak terlalu memanjakan, menurut semua kemauan penyandang tunagrahita. Keluarga juga harus mengajarkan penyandang tunagrahita untuk bersosialisasi, mengerjakan pekerjaan rumah dan membantu memasak. Hal tersebut bertujuan untuk melatih kemandirian dan juga meningkatkan rasa percaya diri penyandang tunagrahita.

Selama ini, tidak sedikit masyarakat memandang bahwa penyandang tunagrahita ringan tidak bisa mandiri dan selalu bergantung pada orang lain. Tork memaparkan bahwa kemandirian penyandang berkebutuhan khusus tunagrahita jika diberikan bimbingan dan latihan yang tepat dapat menjadikan mereka lebih mandiri (Siahaan : 2019).

Hasilnya terkait keterampilan memasak membuat kering tempe dari persiapan, pelaksanaan dan harapan. Penyandang tunagrahita yang peneliti dampingi dapat menyelesaikan keterampilan tersebut, dari persiapan penyandang tunagrahita dapat memperhatikan peneliti dalam mengenalkan bahan-bahan, pelaksanaannya awalnya penyandang tunagrahita masih keliru untuk memotong bahan tempe dengan ukuran yang berbeda-beda dan juga masih keliru dalam meracik bumbu. Praktik selanjutnya dilanjutkan bersama keluarga hal tersebut bertujuan menjaga emosi penyandang tunagrahita agar tetap stabil, melalui pendampingan keterampilan memasak ini

harapannya agar penyandang tunagrahita dapat mengembangkan keterampilan vokasional untuk bekal dalam membangun rumah tangga.

Untuk menciptakan suasana menyenangkan dalam proses memasak, maka peneliti Bersama keluarga berusaha menciptakan suasana yang menyenangkan. Salah satu upaya yang diberikan yaitu selalu memberikan pujian kepada penyandang tunagrahita terhadap hasil kerjanya dan menerima dengan senyuman setiap kesalahan yang dilakukan. Meningkatkan rasa senang merupakan diri penyandang tunagrahita merupakan suatu kegiatan yang tidak mudah perlu cara-cara khusus, mengingat penyandang tunagrahita memiliki emosi yang tidak stabil. Maka dari itu dibutuhkan ketelatenan, kesabaran dan keikhlasan dalam mendampingi penyandang tunagrahita.

Perencanaan Pendampingan Keterampilan Memasak

Koswara (2013:43) memaparkan bahwa asesmen yang dilakukan dapat meliputi asesmen formal (penggunaan tes baku) atau informal (misalnya dengan wawancara, observasi, analisa, dokumen, dsb). Adapun teknik yang digunakan untuk mengetahui minat penyandang tunagrahita yaitu dengan wawancara langsung tanpa menggunakan alat asesmen kepada penyandang tunagrahita dan keluarga. Setelah mengetahui minat penyandang tunagrahita, maka peneliti menyiapkan langkah-langkah dan strategi khusus mengingat emosi penyandang tunagrahita tidak stabil.

Pelaksanaan Pendampingan Keterampilan Memasak

Proses pendampingan memasak kepada penyandang tunagrahita di Perum Griya Hasanah Blok A No. 2 Doragan Munggut Kab. Madiun diterapkan dengan baik. Alokasi waktu pendampingan keterampilan memasak dilakukan satu minggu 3 kali yaitu hari Senin, Jum'at dan Sabtu. Pendampingan dilakukan mulai tahap menyiapkan bahan sampai menjadi masakan jadi, dan proses ini berlangsung sampai 2 minggu dengan hasil baik.

Mula-mula peneliti dan keluarga mengajarkan bahan dan bumbu untuk mengolah kering tempe, proses ini berlangsung sampai 2 kali pertemuan. Kemudian proses memasak dari menyalakan kompor sampai masakan matang dilalui dengan baik dan antusias oleh penyandang tunagrahita.

Pemilihan memasak menu kering tempe dikarenakan bahan dan cara memasak yang mudah, mengingat kemampuan mengingat penyandang tunagrahita sangat pendek. Dalam pelaksanaan pendampingan, peneliti selain menjelaskan langsung juga menggunakan media video

di youtube, dengan melihatan turotial kepada penyandang tunagrahita dalam mengolah kering tempe.

Kesimpulan

Penyandang tunagrahita merupakan seseorang yang mempunyai kekurangan atau keterbelakangan mental dan intelektual. Penyandang tunagrahita tersebut adalah seorang perempuan dan menginginkan menikah. Melihat keterbatasan penyandang tunagrahita tersebut perlunya keterampilan yang diajarkan sebagai bekal dalam membangun rumah tangga melalui pendampingan memasak dan berjualan snack kecil. Proses pendampingan kemandirian terhadap penyandang tunagrahita tersebut mendapatkan antusias yang sangat baik dan dapat menghasilkan aneka masakan jadi dalam keterampilan memasaknya sebagai bekal dirinya dalam berumah tangga kelak.

Daftar Pustaka

- Hakim, Arif Rohman, dkk. (2013) “Pengaruh Usia Dan Latihan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Penyandang Tunagrahita Kelas Bawah Mampu Didik Sekolah Luar Biasa”, *Journal of Physical Education and Sports*, Vol 2 No.1.
- Imam, Yuwono, dkk. 2020. “Pembelajaran Keterampilan Menjahit Dalam Mengembangkan Kemandirian Siswa Tunagrahita Ringan”. *Special and Inclusive Education Journal (SPECIAL)* 1 (2):154-61. <https://doi.org/10.36456/special.vol1.no2.a2852>.
- Larasati, Ike Dewi dan Suharmoko. (2021). “Pendampingan Pembelajaran Siswa Tunagrahita”. *Jurnal PUBLIK: Publikasi dan Bimbingan Konseling Islam*.
- Rachman, R. F. (2020). “Kebijakan Pendidikan Penyandang Berkebutuhan Khusus di Surabaya dalam Perspektif Islam,” *Bidayatuna J. Pendidik. Guru Mandrasah Ibtidaiyah*, vol. 3, no. 1, doi: 10.36835/bidayatuna.v3i01.518.
- Sari, K. G. dan I. Irdamurni. (2020). “Efektivitas Video Tutorial Untuk Meningkatkan Keterampilan Vokasional Membuat Souvenir Bagi Penyandang Tunagrahita Ringan,” *Tarbawi J. Ilmu Pendidik.*, vol. 16, no. 2, pp. 148–153, , doi: 10.32939/tarbawi.v16i2.679.
- Siahaan, M. R. dkk. (2016) .Gambaran Kemandirian Pada Remaja Tunagrahita Ringan di Yayasan Pembinaan Penyandang Cacat (YPAC) Medan-Sumatera Utara. Modul Proceeding Seminar Nasional Psikologi Positif 2016 Strengthening Humanity By Promoting Wellness, diakses pada tanggal 3 3 Maret 2024.