



Meningkatkan Kemampuan Makan Menggunakan Teknik *Forward Chaining* bagi Disabilitas Intelektual Ringan (*Single Subject Research* Kelas V di SLB Gema Insani Padang)

Zelvi Maghriza Wirda^{1),*}, Mega Iswari¹⁾, Damri¹⁾, Zulmiyetri¹⁾, Syari Yuliana¹⁾

¹⁾Universitas Negeri Padang

*Correspondence: zelvimaghrizawirda@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan makan menggunakan sendok melalui penerapan teknik *forward chaining* pada anak disabilitas intelektual ringan di SLB Gema Insani Padang. Metode yang digunakan adalah *Single Subject Research* (SSR) dengan desain A-B. Subjek penelitian adalah satu orang siswa kelas V. Pada fase *baseline* diperoleh persentase kemampuan 38%, sedangkan pada fase intervensi meningkat bertahap dari 47%, 52%, 61%, 66%, 71%, 80%, dan 80%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa teknik *forward chaining* dapat meningkatkan kemampuan makan menggunakan sendok pada anak disabilitas intelektual ringan.

Kata Kunci: Kemampuan Makan; *Forward Chaining*; Disabilitas Intelektual Ringan

This is an open access article under the CC-BY license.



PENDAHULUAN

Kemandirian merupakan aspek penting yang perlu dikembangkan pada anak disabilitas intelektual ringan. Salah satu bentuk kemandirian dasar yang harus dikuasai adalah kemampuan makan secara mandiri (Juniaris & Wijayaningsih, 2022). Namun, anak disabilitas intelektual ringan seringkali mengalami kesulitan dalam melakukan kegiatan makan dengan benar (Erna Juherna et al., 2020).

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan di SLB Gema Insani Padang, ditemukan seorang siswa yang belum mampu makan menggunakan sendok secara mandiri. Anak masih sering menjatuhkan makanan, memegang sendok dengan posisi yang salah, dan belum mampu menyendok makanan dengan baik. Kondisi ini berdampak pada rendahnya kemandirian anak dalam aktivitas makan serta meningkatkan ketergantungan pada bantuan orang lain. Hasil wawancara dengan guru kelas menunjukkan bahwa anak kurang terlatih dalam mengikuti urutan langkah kegiatan makan. Kondisi ini menunjukkan bahwa anak membutuhkan latihan bertahap dan konsisten dengan bantuan teknik *forward chaining* agar dapat makan dengan benar (Arti, 2016).

Teknik *forward chaining* berlandaskan pada teori modifikasi perilaku dalam pendekatan *Applied Behavior Analysis* (ABA) yang menekankan pembelajaran melalui pembentukan perilaku secara bertahap, dan digunakan untuk mengajarkan keterampilan kompleks dengan cara memecah perilaku menjadi beberapa langkah kecil dan mengajarkannya secara berurutan dari langkah pertama hingga terakhir (Porter, 2020). Teknik *forward chaining* ini dinilai cocok untuk anak disabilitas intelektual ringan karena membantu anak belajar secara terstruktur, memperkuat motivasi, dan memberi pengalaman keberhasilan sejak awal (Mustikawati & Kurnianingrum, 2018).

Penelitian relevan yang terdahulu menunjukkan bahwa teknik *forward chaining* efektif dalam meningkatkan keterampilan bina diri makan pada anak disabilitas intelektual ringan karena pembelajaran dilakukan secara bertahap dan berurutan (Gemfani et al., 2023). Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang memfokuskan pada keterampilan makan makanan berkuah, penelitian ini mengkaji kemampuan makan nasi menggunakan sendok dengan indikator langkah kegiatan makan yang lebih rinci. Kebaruan penelitian ini terletak pada perbedaan konteks keterampilan makan serta perincian indikator operasional (Arti, 2016). Temuan tersebut menunjukkan bahwa teknik *forward chaining* juga berpotensi meningkatkan kemampuan makan

menggunakan sendok bagi anak disabilitas intelektual ringan ([Arti, 2016](#)). Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini diarahkan untuk mengkaji penerapan teknik *forward chaining* pada keterampilan makan nasi menggunakan sendok, khususnya dalam melatih urutan langkah kegiatan makan secara bertahap.

Berdasarkan masalah yang peneliti temukan, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan makan menggunakan teknik *forward chaining* pada anak disabilitas intelektual ringan di SLB Gema Insani Padang. Dengan demikian, peneliti ingin mencari solusi dari permasalahan yang dialami oleh anak dalam kegiatan makan, khususnya makan menggunakan sendok secara mandiri, melalui penerapan teknik *forward chaining* ([Martin & Pear, 2024](#)). Diharapkan melalui penerapan teknik ini, anak dapat belajar secara bertahap, memperoleh pengalaman keberhasilan di setiap langkah ([Arti, 2016](#)).

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan rancangan eksperimen mikro sebagaimana dikemukakan oleh imam yuwono ([Imam Yuwono, 2025](#)). Penelitian kuantitatif merupakan pendekatan ilmiah yang berpijak pada filsafat positivisme, yang digunakan untuk mengkaji populasi atau sampel tertentu melalui penggunaan instrumen penelitian, serta menganalisis data secara statistik guna menguji hipotesis yang telah dirumuskan ([Sugiyono, 2016](#)).

Penelitian ini diterapkan dengan menggunakan metode eksperimen mikro, yang dirancang sebagai Single Subject Research (SSR) dengan pola A-B ([Sugiyono, 2016](#)). Metode eksperimen mikro sendiri digunakan untuk menilai perubahan kemampuan subjek melalui pengamatan yang dilakukan berulang selama periode tertentu ([Imam Yuwono, 2025](#)). Subjek penelitian adalah seorang siswa kelas V dengan disabilitas intelektual ringan di SLB Gema Insani Padang. Penelitian ini dilaksanakan dalam sepuluh pertemuan, terdiri dari tiga sesi pada tahap baseline (A) dan tujuh sesi pada tahap intervensi (B).

Desain penelitian A-B terdiri dari dua fase, yaitu fase baseline (A) sebagai kondisi awal sebelum diberikan perlakuan, dan fase intervensi (B) sebagai kondisi setelah diberikan perlakuan menggunakan teknik *forward chaining* ([Imam Yuwono, 2025](#)). Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar observasi berbentuk tes perbuatan yang terdiri dari 21 langkah kegiatan makan, mulai dari mempersiapkan alat makan, mengambil sendok, menyendok nasi, hingga membersihkan meja setelah makan. Validitas isi instrumen dilakukan melalui *expert judgment* oleh ahli di bidang pendidikan khusus serta disesuaikan dengan kondisi pembelajaran berdasarkan masukan guru kelas. Keandalan data dijaga melalui pengamatan berulang dan pencatatan data yang konsisten pada setiap sesi penelitian. Data dikumpulkan melalui observasi langsung terhadap perilaku anak selama proses pembelajaran berlangsung ([Sugiyono, 2016](#)).

Setiap indikator diberi skor 1 jika anak mampu melakukan langkah dengan benar dan skor 0 jika belum mampu ([Sugiyono, 2016](#)). Nilai kemampuan makan anak kemudian dihitung dengan menggunakan rumus dari ([Sugiyono, 2016](#)) berikut : Persentase Kemampuan = $(\text{Skor yang diperoleh} / \text{Skor keseluruhan}) \times 100\%$. Analisis data dilakukan secara visual dengan membandingkan hasil pada kondisi baseline dan intervensi untuk melihat adanya peningkatan kemampuan makan setelah diberikan perlakuan menggunakan teknik *forward chaining* ([Imam Yuwono, 2025](#)).

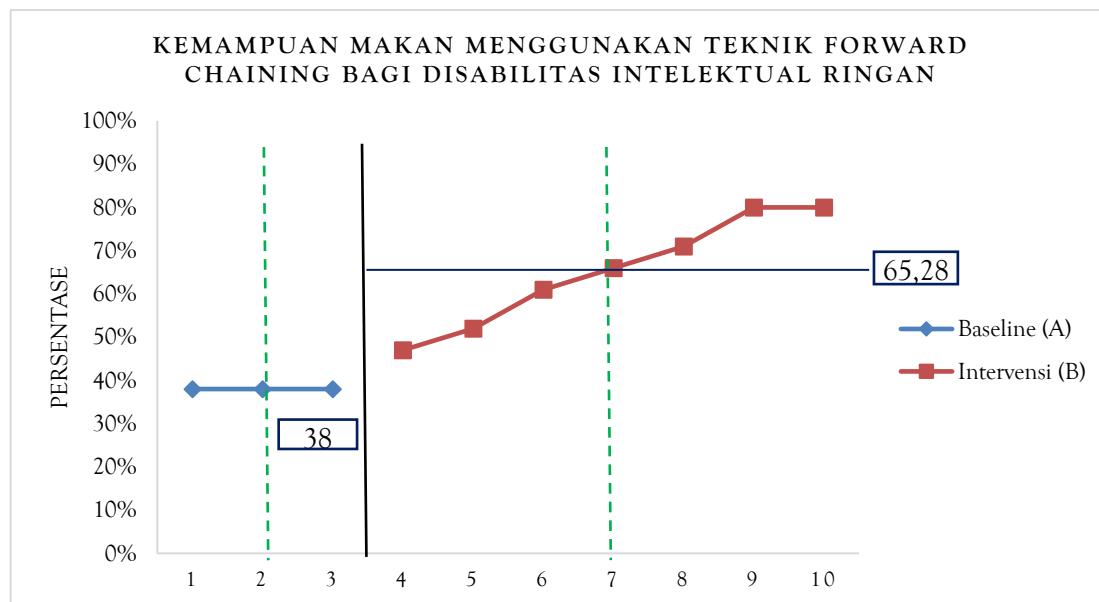
HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan makan menggunakan sendok dengan menerapkan teknik *forward chaining* pada anak dengan disabilitas intelektual ringan di SLB Gema Insani Padang. Kegiatan penelitian dilaksanakan dalam sepuluh kali pertemuan yang meliputi tiga sesi pada tahap baseline (A) dan tujuh sesi pada tahap intervensi (B), sesuai dengan pendapat Imam Yuwono ([Imam Yuwono, 2025](#)).

Pada kondisi baseline (A), anak menunjukkan kemampuan makan yang masih rendah dengan rata-rata 38%. Setelah diberikan intervensi menggunakan teknik *forward chaining* sebanyak tujuh kali pertemuan, terjadi peningkatan kemampuan makan anak secara bertahap dengan hasil 47%, 52%, 61%, 66%, 71%, 80%, dan 80% pada sesi terakhir. Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan kemampuan makan yang signifikan dibandingkan kondisi awal ([Sugiyono, 2016](#)). Hasil yang di dapatkan dari masing-masing kondisi dimasukkan

ke dalam format pengumpulan data dan menggunakan pengukuran yang berupa persentase (Imam Yuwono, 2025). Kemudian, dilaksanakan analisis data dengan teknik analisis visual grafik (Imam Yuwono, 2025).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan pada pertemuan ke-1 hingga ke-10 pada tanggal 6-15 Oktober 2025, terlihat adanya peningkatan kemampuan makan siswa secara bertahap, terlihat adanya peningkatan yang ditunjukkan dari belum mampu melakukan sebagian besar langkah kegiatan makan menjadi mampu melakukan langkah-langkah makan menggunakan sendok secara mandiri dan berurutan. seperti di awal siswa hanya bisa makan jika. Pada pertemuan awal (ke-1 sampai ke-3), siswa hanya mampu memenuhi 8 dari 21 indikator dengan persentase 38% yang menunjukkan kemampuan sangat kurang (Imam Yuwono, 2025). Kemudian meningkat pada pertemuan ke-4 hingga ke-6 menjadi 47%-61% meskipun masih dalam kategori kurang. Selanjutnya, pada pertemuan ke-7 dan ke-8 kemampuan siswa mulai menunjukkan peningkatan yang lebih baik dengan persentase 66%-71%. Pada pertemuan ke-9 dan ke-10, siswa mampu memenuhi 17 indikator dengan persentase 80%, yang menunjukkan bahwa siswa telah mampu makan dengan benar dan kemampuan tersebut berada pada kondisi stabil (Imam Yuwono, 2025).



Gambar 1. Baseline (A) dan Intervensi (B) Kemampuan Makan Dengan Sendok Menggunakan Teknik *Forward chaining*

Berdasarkan Gambar 1, kondisi baseline (A) dilaksanakan selama tiga kali pertemuan dan menunjukkan pola data yang mendatar serta stabil sejak pertemuan pertama hingga pertemuan ketiga, dengan tingkat kemampuan yang konsisten pada persentase 38% (Imam Yuwono, 2025). Selanjutnya, pada tahap intervensi (B) dilakukan sebanyak tujuh kali pertemuan, di mana peningkatan kemampuan mulai terlihat sejak pertemuan keempat. Stabilitas data yang lebih baik tampak pada pertemuan kedelapan sampai pertemuan kesepuluh, dengan persentase kemampuan berada pada rentang 80% (Imam Yuwono, 2025).

Tabel 1. Analisis dalam kondisi

No	Kondisi	A1	B
1	Panjang Kondisi	3	7
2	Estimasi Kecenderungan Arah	— (=)	— (+)
3	Kecenderungan Stabilitas	100% Stabil	42% Tidak Stabil
4	Kecenderungan Jejak Data	— (=)	— (+)
5	Level Stabilitas dan Rentang	Variabel 38-38	Variabel 47-80
6	Level Perubahan	38-38 = 0	80-47 = 33

Berdasarkan tabel 1, pada kondisi baseline (A) panjang kondisinya adalah tiga pertemuan. Hasil analisis menunjukkan bahwa kecenderungan arah pada fase baseline bersifat mendatar (Sugiyono, 2016). Jejak data pada

kondisi baseline diperoleh dari tiga kali pertemuan dengan persentase kemampuan yang sama, yaitu 38%, 38%, dan 38%. Oleh karena itu, kecenderungan jejak data pada fase baseline (A) adalah mendatar. Rentang level data pada kondisi baseline berada pada angka 38 sebagai hasil awal maupun hasil akhir karena tidak terdapat perubahan selama tiga pertemuan tersebut (Sugiyono, 2016).

Pada fase intervensi (B), kondisi penelitian berlangsung selama tujuh kali pertemuan. Hasil analisis data menunjukkan adanya kecenderungan arah yang meningkat pada fase ini, yang menandakan bahwa kemampuan makan anak mulai mengalami perkembangan setelah diberikan perlakuan berupa teknik forward chaining (Gemfani et al., 2023). Selama fase intervensi (B), persentase kemampuan yang diperoleh secara berurutan adalah 47%, 52%, 61%, 66%, 71%, 80%, dan 80%. Temuan tersebut memperlihatkan adanya peningkatan kemampuan secara bertahap sejak pertemuan awal hingga mencapai kondisi stabil pada dua pertemuan terakhir. Oleh karena itu, jejak data pada fase intervensi (B) dapat disimpulkan menunjukkan tren peningkatan. Rentang level data pada fase ini berada pada nilai awal 47 dan nilai akhir 80 sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono (Sugiyono, 2016).

Hasil analisis stabilitas menunjukkan bahwa persentase stabilitas pada fase baseline mencapai 100%, sehingga dapat dikatakan stabil (Sugiyono, 2016). Sebaliknya, pada fase intervensi, stabilitas hanya sebesar 42%, sehingga dikategorikan tidak stabil karena berada di bawah ambang batas 85% (Sugiyono, 2016). Untuk level perubahan, fase baseline tidak menunjukkan perubahan (0), sementara fase intervensi mengalami peningkatan sebesar +33, yang memperkuat kesimpulan bahwa intervensi memberikan dampak positif terhadap kemampuan makan anak (Imam Yuwono, 2025).

Tabel 2. Analisis data antar kondisi

No	Kondisi	A1	B
1	Jumlah Variabel yang Diubah	1	
2	Perubahan Kecenderungan Arah	(=)	(+)
3	Perubahan Kecenderungan Stabilitas	100% Stabil	42% Tidak Stabil
4	Level Perubahan B ke A	47-38 = 9	
5	Overlap B ke A	0%	

Berdasarkan perbandingan data antar kondisi, fase baseline (A) tidak menunjukkan adanya perubahan kemampuan, karena tiga kali pengukuran menghasilkan nilai yang sama, yaitu 38%. Sebaliknya, pada fase intervensi (B) terlihat peningkatan kemampuan makan menggunakan sendok secara bertahap setelah anak diberikan perlakuan dengan teknik forward chaining (Imam Yuwono, 2025). Selama fase baseline (A), persentase kemampuan makan anak tercatat 38%, 38%, dan 38%. Setelah penerapan intervensi, kemampuan anak mengalami kenaikan secara bertahap menjadi 47%, 52%, 61%, 66%, 71%, 80%, dan 80%.

Perbandingan antara kondisi baseline (A) dan intervensi (B) menunjukkan perubahan arah dari mendatar menjadi meningkat, yang berarti intervensi memberikan dampak positif terhadap kemampuan makan anak tunagrahita ringan (Imam Yuwono, 2025). Dari aspek stabilitas, kondisi baseline (A) berada pada kategori stabil, sedangkan kondisi intervensi (B) berada pada kategori tidak stabil, sehingga dapat disimpulkan terjadi perubahan dari stabil ke tidak stabil (Sugiyono, 2016).

Perbandingan level antara fase baseline (A) dan fase intervensi (B) menunjukkan adanya kenaikan sebesar +9, yang dihitung dari selisih antara nilai awal intervensi (47%) dan nilai baseline (38%) (Sugiyono, 2016). Hasil analisis overlap juga memperlihatkan bahwa tidak terdapat satupun data intervensi yang berada dalam rentang batas atas dan bawah baseline (40,82 dan 35,15) (Sugiyono, 2016). Dari tujuh data pada fase intervensi (B), seluruhnya berada di luar rentang tersebut sehingga persentase overlap adalah 0% (Sugiyono, 2016). Temuan ini menegaskan bahwa intervensi memiliki pengaruh nyata dalam meningkatkan kemampuan makan menggunakan sendok (Cooper et al., 2016).

Sebelum diberikan intervensi, anak masih pasif, belum memahami urutan kegiatan makan, dan sering membutuhkan bantuan guru. Setelah diberikan intervensi menggunakan teknik *forward chaining*, kemampuan anak meningkat pada setiap sesi (Rochmah et al., 2021). Anak mulai mampu memegang sendok dengan benar, menyendok nasi tanpa tumpah, dan makan dengan posisi duduk yang sesuai hingga akhirnya dapat makan sendiri tanpa bantuan (Porter, 2020). Perubahan kemampuan tersebut menjadi dasar bagi peneliti untuk

menyatakan bahwa penerapan teknik *forward chaining* membantu anak mempelajari keterampilan makan secara bertahap hingga mampu makan secara mandiri tanpa bantuan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat (Martin & Pear, 2024), yang menyatakan bahwa teknik *forward chaining* merupakan prosedur pembelajaran perilaku yang mengajarkan langkah-langkah dari awal sampai akhir secara berurutan, disertai penguatan positif di setiap keberhasilan anak. Melalui pembelajaran bertahap, anak menjadi lebih percaya diri dan termotivasi untuk menyelesaikan setiap langkah kegiatan makan secara mandiri. (Mustikawati & Kurnianingrum, 2018)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan teknik *forward chaining* berhasil meningkatkan kemampuan makan menggunakan sendok pada siswa kelas V dengan disabilitas intelektual ringan di SLB Gema Insani Padang. Peningkatan kemampuan terlihat dari kondisi baseline dengan rata-rata 38% menjadi 80% setelah diberikan intervensi. Melalui pembelajaran bertahap dan pengulangan yang konsisten pada setiap langkah, siswa menjadi lebih terampil, percaya diri, serta mampu melakukan kegiatan makan secara mandiri tanpa bantuan (Erna Juherna et al., 2020). Dengan demikian, teknik *forward chaining* dapat dijadikan alternatif metode pembelajaran bina diri dapat mengembangkan kemandirian makan pada siswa disabilitas intelektual ringan (Rochmah et al., 2021).

Daftar Pustaka

- Arti, S. P. (2016). Efektivitas Penggunaan *Forward Chaining* Untuk Meningkatkan Kemampuan Merawat Diri Materi Makan Pada Anak Tunagrahita Sedang Kelas III Di SLB Negeri Surakarta. 4(June), 2016.
- Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2016). *Applied Behavior Analysis*.
- Erna Juherna, Ronita Sari, I., Indirawati, D., & Nurhalimah, S. (2020). Meningkatkan Kemampuan Bina Diri Makan Bagi Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Pelita PAUD*, 4(2), 261-268. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v4i2.866>
- Gemfani, A., Iswari, M., Biasa, L., Pendidikan, F. I., & Padang, U. N. (2023). Meningkatkan Kemampuan Makan Makanan Berkualitas Menggunakan Teknik *Chaining* Bagi Anak Tunagrahita Ringan. 7, 28656-28662.
- Imam Yuwono, S. N. (2025). *Design Single Subject Research (Alternatif Metode Penelitian dalam Pendidikan Khusus)*. March.
- Juniaris, A., & Wijayaningsih, L. (2022). Pola Komunikasi Guru dan Orang Tua dalam Mewujudkan Kemandirian. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4860-4874. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2812>
- Lestari, D. A. (2022). Penggunaan Video Pembelajaran Bina Diri Dalam Meningkatkan Kemandirian Mencuci Alat Makan Pada Murid Tunagrahita Sedang Kelas dasar IV di SLB C YPPLB Makassar.
- Lubis, R., Syafitri, N., Maylinda, R. N., Alyani, N. N., Anda, R., Zulfiyanti, N., & Surbakti, O. Z. (2023). Pendekatan Behavioristik untuk Anak Disabilitas Intelektual Sedang. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1626-1638. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4161>
- Martin, G., & Pear, J. (2024). *Behavior Modification: What It Is and How To Do It*, 12th Edition. In *Behavior Modification: What It Is and How To Do It*, 12th Edition. <https://doi.org/10.4324/9781003276722>
- Mustikawati, A., & Kurnianingrum, W. (2018). Penerapan *Forward Chaining* Dalam Meningkatkan Kemampuan Mandi Secara Mandiri Pada Remaja Dengan Mild Intellectual Disability. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 154. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1623>
- Porter, L. (2020). *Applied Behaviour Analysis*. In *Student Behaviour*. <https://doi.org/10.4324/97810031175204>
- Putri, A. W., & Damri, D. (2020). Efektivitas Penggunaan Media Neraca Bilangan Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Operasi Perkalian Bagi Siswa Tunagrahita Ringan. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 1164-1170. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v4i2.350>

- Risa, E. T., & Vani, N. (2025). Menumbukan Kemandirian Anak Tunagrahita Sedang Pada Bidang Bantu Diri Makan Menggunakan Sendok Melalui Bimbingan Fisik Dan Lisan. *Servire Jurnal Pengabdian Masyarakat (JPM)*, 28–33.
- Rochmah, H. N., Sari, E. K., & Rejeki, D. S. (2021). Pengaruh Metode *Forward Chaining* Terhadap Kemampuan Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Kelas V Di Slb C Setya Darma Surakarta Tahun Ajaran 2020 / 2021 *The Influence Of The Forward Chaining Method On Self.* 16(2), 1–6.
- Safitri, J., Yohanes, E., & Rusli, R. (2019). Efektivitas Teknik Total Task Presentation untuk Meningkatkan Kemampuan Bina Diri Makan pada Anak dengan Disabilitas Intelektual. 170–175.
- Siregar, G., Iswari, M., & Efendi, J. (2019). Pemberdayaan Tunagrahita Ringan Sebagai Tenaga Kerja Penjaga Kantin. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, III (1), 43–46.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D.