

Efektivitas Teknik *Visual Schedule* Dalam Meningkatkan Kemandirian Anak Autisme di SLB Negeri 1 Takalar

Chalista Aiska Putri¹, Mustafa², Dwiyatmi Sulasminah³

^{1,2,3} Pendidikan Khusus Universitas Negeri Makassar

chalistaaiskaputri@gmail.com, mustafa@unm.ac.id,

dwiyatmi.sulasminah@unm.ac.id,

ABSTRACT

Independent eating is a crucial self-care skill for children with Autism Spectrum Disorder (ASD); however, many still rely on assistance from teachers or caregivers to complete the steps involved in eating. This study aimed to analyze the effectiveness of the visual schedule technique in enhancing the eating independence of a child with autism at SLB Negeri 1 Takalar. A quantitative approach was employed using a Single-Subject Research (SSR) design (A-B-A), comprising baseline (A1), intervention (B), and baseline (A2) phases. Data were collected through observation and performance testing of a second-grade student with autism and subsequently analyzed using visual descriptive analysis (within-condition and between-condition). The results demonstrated that the implementation of the visual schedule progressively improved eating independence across all observed indicators. This improvement was evidenced by a positive trend, an increase in skill level, and a 0% overlap percentage, indicating a strong intervention effect. The acquired skills were maintained during the second baseline phase, despite a slight decline following the cessation of the intervention. Thus, the visual schedule technique is effective in fostering eating independence in children with autism and serves as a viable, structured self-care instructional strategy to support the development of daily living skills in a school setting.

Keywords: visual schedule, independent eating, children with autism

ABSTRAK

Kemandirian makan merupakan salah satu keterampilan bina diri yang penting bagi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD), namun masih banyak anak yang mengalami ketergantungan pada bantuan guru atau pendamping dalam melaksanakan tahapan makan. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas teknik visual schedule dalam meningkatkan kemandirian makan anak autisme di SLB Negeri 1 Takalar. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis Single Subject Research (SSR) desain A-B-A yang meliputi fase baseline (A1), intervensi (B), dan baseline (A2). Data dikumpulkan melalui observasi dan tes kinerja terhadap seorang anak autisme kelas II, kemudian dianalisis menggunakan analisis deskriptif visual dalam kondisi dan antar kondisi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan visual schedule meningkatkan kemampuan kemandirian makan secara bertahap pada seluruh indikator yang diamati, ditandai

dengan perubahan kecenderungan arah yang positif, peningkatan level kemampuan, serta persentase overlap sebesar 0% yang mengindikasikan pengaruh intervensi yang kuat. Kemampuan yang diperoleh juga tetap bertahan pada fase baseline kedua meskipun terjadi sedikit penurunan setelah intervensi dihentikan. Dengan demikian, teknik visual schedule efektif meningkatkan kemandirian makan anak autisme dan berimplikasi sebagai alternatif strategi pembelajaran bina diri yang terstruktur untuk mendukung pengembangan keterampilan aktivitas sehari-hari di sekolah.

Kata Kunci: *Visual Schedule*, Kemandirian Makan, Anak Autisme

A. Pendahuluan

Kemandirian merupakan salah satu tujuan utama pendidikan bagi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD), khususnya dalam penguasaan keterampilan bina diri (self-help skills) yang mendukung aktivitas sehari-hari. Salah satu keterampilan yang perlu dikembangkan adalah kemandirian makan karena tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menggunakan alat makan, tetapi juga melibatkan koordinasi motorik, regulasi perilaku, konsentrasi, serta kemampuan mengikuti urutan aktivitas. Namun, hasil observasi awal di SLB Negeri 1 Takalar menunjukkan bahwa peserta didik dengan ASD masih mengalami hambatan dalam melakukan aktivitas makan secara mandiri. Subjek penelitian masih memerlukan bantuan guru pada sebagian besar tahapan makan, seperti memegang sendok,

mengarahkan makanan ke mulut, mempertahankan posisi duduk, dan menyelesaikan kegiatan makan, sehingga menunjukkan perlunya intervensi yang sesuai dengan karakteristik belajar anak autisme.

Salah satu intervensi yang direkomendasikan adalah *visual schedule*, yaitu dukungan visual yang menyajikan urutan aktivitas secara sistematis sehingga memudahkan anak memahami dan mengikuti tahapan kegiatan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *visual schedule* mampu meningkatkan kemandirian aktivitas sehari-hari, mengurangi ketergantungan terhadap bantuan orang lain, serta membantu anak mengikuti instruksi secara lebih terstruktur (Dani & Leylasari, 2020; Suwandari, 2021). Meskipun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada peningkatan *activity of daily living* atau penyelesaian tugas

secara umum, sedangkan kajian mengenai efektivitas *visual schedule* terhadap kemandirian makan pada anak autisme, khususnya menggunakan desain *Single Subject Research* (SSR), masih relatif terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini merumuskan pertanyaan: Bagaimana pengaruh penerapan teknik *visual schedule* terhadap peningkatan kemandirian makan anak autisme di SLB Negeri 1 Takalar? Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas penerapan teknik *visual schedule* dalam meningkatkan kemandirian makan anak autisme melalui desain *Single Subject Research* (SSR) A-B-A dengan membandingkan kondisi sebelum, selama, dan setelah intervensi diberikan.

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan keilmuan Pendidikan Khusus, khususnya pada bidang bina diri bagi peserta didik dengan ASD, dengan menyediakan bukti empiris mengenai efektivitas *visual schedule* dalam meningkatkan kemandirian makan. Selain memperkaya kajian

mengenai intervensi berbasis visual, hasil penelitian ini juga diharapkan menjadi referensi bagi guru dan peneliti dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih terstruktur untuk meningkatkan keterampilan hidup sehari-hari anak autisme.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Single Subject Research* (SSR) menggunakan desain A-B-A (Baseline 1–Intervensi–Baseline 2) untuk menguji efektivitas teknik *visual schedule* dalam meningkatkan kemandirian makan anak autisme di SLB Negeri 1 Takalar. Penelitian dilakukan pada satu orang subjek berinisial MR, siswa kelas II yang dipilih secara purposive karena memiliki hambatan dalam kemandirian makan dan masih memerlukan bantuan guru atau pendamping pada sebagian besar tahapan kegiatan makan. Penelitian dilaksanakan melalui tiga fase, yaitu pengukuran kemampuan awal pada kondisi baseline (A1), pemberian intervensi menggunakan *visual schedule* pada fase intervensi (B), serta pengamatan kembali setelah intervensi dihentikan pada kondisi baseline (A2).

Intervensi dilakukan dengan menerapkan visual schedule yang memuat urutan aktivitas makan dalam bentuk gambar atau foto, meliputi mencuci tangan, mengambil bekal, berdoa, memegang sendok, makan secara mandiri, minum, dan membersihkan peralatan makan. Data penelitian dikumpulkan menggunakan observasi dan tes kinerja (*performance test*) terhadap kemampuan subjek dalam menyelesaikan setiap tahapan aktivitas makan secara mandiri. Penilaian dilakukan pada setiap sesi di ketiga fase penelitian berdasarkan tingkat kemandirian subjek dalam melaksanakan seluruh indikator kegiatan makan.

Teknik pengumpulan data menggunakan tes kinerja (*performance test*) dan observasi. Tes kinerja dilakukan dengan mengamati kemampuan subjek dalam melaksanakan tujuh indikator kemandirian makan, yaitu mencuci tangan sebelum makan, mengambil bekal, berdoa sebelum makan, memegang sendok dengan benar, makan secara mandiri, minum secara mandiri, dan membersihkan peralatan makan setelah digunakan.

Penilaian menggunakan dua kategori, yaitu skor 1 apabila subjek mampu menyelesaikan seluruh tahapan kegiatan makan secara mandiri tanpa bantuan, dan skor 0 apabila subjek belum mampu melaksanakan aktivitas makan secara mandiri meskipun telah diberikan bantuan.

Perhitungan data dilakukan dengan menggunakan persentase, sebagaimana dijelaskan oleh Sunanto (2005), bahwa: "Persentase menunjukkan terjadinya suatu perilaku atau peristiwa dibandingkan dengan keseluruhan kemungkinan terjadinya peristiwa tersebut dikalikan 100."

Rumus yang digunakan:

$$NA = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

Adapun kategori yang digunakan untuk menentukan tingkat kemandirian anak autisme diadaptasi dalam Arikunto (2013) seperti pada tabel berikut:

Tabel 3.1 Kategori Penilaian

No.	Interval	Kategori
1.	80-100	Sangat Tinggi
2.	66-79	Tinggi
3.	56-65	Cukup

4.	41-55	Rendah
5.	≤ 41	Sangat Rendah

mengambil bekal, memegang sendok, makan secara mandiri, dan membersihkan alat makan setelah digunakan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di SLBN 1 Takalar pada anak autisme kelas 2 pada tanggal 11 Mei 2026 s/d 11 Juni 2026. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan Teknik visual schedule terhadap kemandirian makan anak autisme. Penelitian menggunakan rancangan eksperimen subjek tunggal atau Single Subject Research (SSR) dengan desain A-B-A yang terdiri atas kondisi baseline-1 (A1), intervensi B, dan baseline-2 (A2).

Subjek penelitian adalah seorang anak autisme yang mengalami hambatan dalam melakukan aktivitas makan secara mandiri. Sebelum diberikan intervensi, subjek masih memerlukan bantuan guru pada sebagian besar tahapan kegiatan makan, terutama pada kegiatan berdoa,

Data kemampuan kemandirian makan subjek MR pada kondisi baseline 1 (A1) selama 4 sesi menunjukkan data yang stabil, di mana subjek masih memerlukan bantuan orang lain pada seluruh indikator kemandirian makan, yaitu mencuci tangan sebelum makan, mengambil bekal, berdoa sebelum makan, memegang sendok, makan secara mandiri, minum secara mandiri, dan membersihkan alat makan setelah digunakan. Pada kondisi intervensi (B) selama 8 sesi, subjek diberikan teknik *visual schedule* berupa rangkaian kegiatan makan yang disusun berurutan menggunakan foto subjek dalam bentuk gantungan kunci, sehingga menarik perhatian dan memudahkan subjek mengikuti setiap tahapan kegiatan, yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan kemampuan pada seluruh indikator.

Selanjutnya, pada kondisi baseline 2 (A2) selama 4 sesi, data kembali menunjukkan kestabilan meskipun intervensi telah dihentikan, di mana subjek sudah mampu melaksanakan kegiatan makan tanpa bantuan *visual schedule* maupun bantuan langsung dari orang lain. Namun, kemampuan makan secara mandiri belum sepenuhnya stabil karena masih ditemukan perilaku makan yang kurang rapi, meskipun secara keseluruhan kemampuan kemandirian makan subjek pada kondisi baseline 2 meningkat dibandingkan baseline 1.

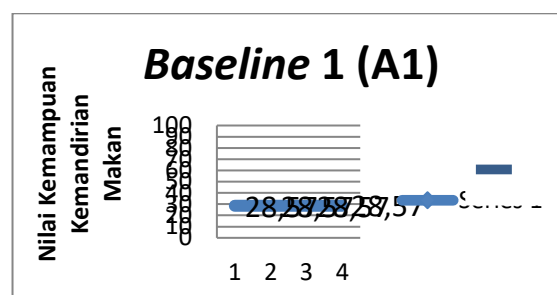
Adapun data hasil kemandirian makan pada kondisi baseline 1 (A1) dilakukan sebanyak 4 sesi, dapat di lihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Data Hasil Baseline 1 (A1)

Kemampuan Kemandirian Makan.

Sesi	Skor Maksimal	Skor	Nilai 100%
Baseline 1 (A1)			
1	7	2	28,57
2	7	2	28,57
3	7	2	28,57
4	7	2	28,57

Untuk lebih jelasnya gambaran kemampuan kemandirian makan subjek penelitian ini dapat dilihat pada grafik berikut:



Panjang kondisi yang terdapat dalam tabel 4.2 artinya menunjukkan bahwa banyaknya sesi pada kondisi baseline 1 (A1) yaitu sebanyak pada 4 sesi. Maknanya, kemampuan kemandirian makan subjek MR pada kondisi baseline 1 (A1) dari sesi pertama sampai sesi ke tiga yaitu sama atau tetap dengan perolehan nilai 28,57 pemberian tes dihentikan pada sesi ke empat karena data yang di peroleh dari pertama sampai data ke tiga sudah stabil yaitu 28,57. Hal ini menunjukkan bahwa subjek MR telah mencapai kriteria stabilitas yang telah ditetapkan sebesar 85% - 100%.

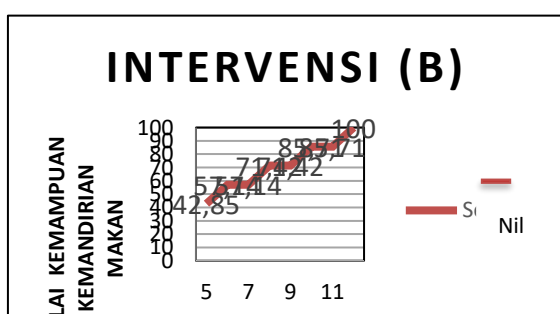
Analisis dalam kondisi intervensi (B) merupakan analisis yang dilakukan untuk melihat perubahan data dalam satu kondisi yaitu intervensi (B).

Adapun data hasil kemampuan kemandirian makan pada kondisi intervensi (B) dilakukan sebanyak 8 sesi, dapat dilihat pada tabel 4.9 berikut ini:

Tabel 4.9 Data Hasil Kemampuan Kemandirian Makan Pada Kondisi Intervensi (B)

Sesi	Skor Maksimal	Skor	Nilai
Intervensi (B)			
5	7	3	42,85
6	7	4	57,14
7	7	4	57,14
8	7	5	71,42
9	7	5	71,42
10	7	6	85,71
11	7	6	85,71
12	7	7	100

Untuk lebih jelasnya gambaran kemampuan kemandirian makan subjek penelitian ini dapat dilihat pada grafik berikut:



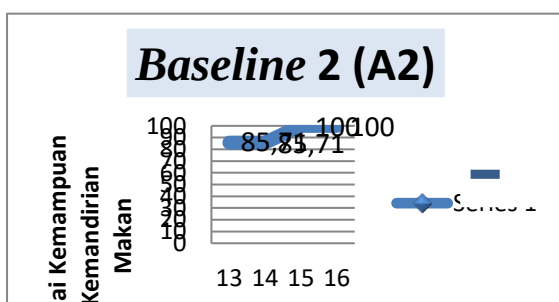
Panjang kondisi yang terdapat dalam tabel 4.10 artinya menunjukkan bahwa banyaknya kondisi intervensi (B) yaitu sebanyak 8 sesi. Maknanya kemampuan kemandirian makan subjek MR pada kondisi intervensi (B) dari sesi ke empat sampai ke sebelas mengalami peningkatan. Hal ini dapat terjadi karena di berikan perlakuan dengan menggunakan teknik visual schedule sehingga kemampuan kemandirian makan subjek MR mengalami peningkatan, dapat dilihat pada grafik di atas. Artinya bahwa penggunaan teknik visual schedule berpengaruh baik terhadap kemampuan kemandirian makan anak.

Analisis dalam kondisi Baseline 2 (A2) merupakan analisis yang dilakukan untuk melihat perubahan data dalam satu kondisi yaitu Baseline 2 (A2). Adapun data hasil Baseline 2 (A2) dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.17 Data Hasil Baseline 2 (A2) Kemampuan Kemandirian Makan.

Sesi	Skor Maksimal	Skor	Nilai
Baseline 2 (A2)			
13	7	6	85,71
14	7	6	85,71
15	7	7	100
16	7	7	100

Untuk lebih jelasnya gambaran kemampuan kemandirian makan subjek penelitian ini dapat dilihat pada grafik berikut:



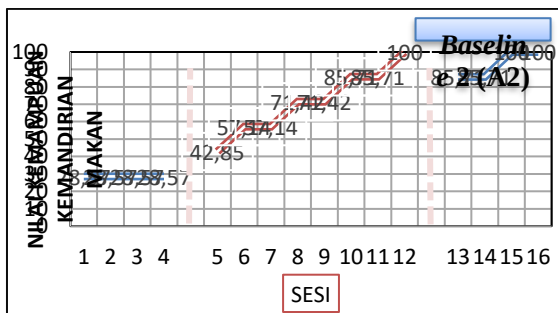
Panjang kondisi yang terdapat dalam tabel 4.18 menunjukkan bahwa banyaknya sesi pada kondisi Baseline 2 (A2) yaitu sebanyak 4 sesi. Maknanya yaitu kemampuan kemandirian makan subjek MR pada kondisi ini dari sesi ke dua belas Sampai sesi ke empat belas meningkat, sehingga pemberian tes dihentikan pada sesi ke empat belas. karena data yang diperoleh dari sesi dua belas sampai sesi ke empat belas

sudah stabil yaitu 100% dari kriteria stabilitas yang telah di tetapkan sebesar 85% - 100% .

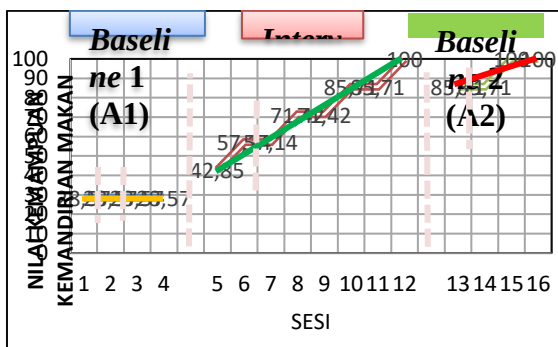
Jika data analisis dalam kondisi baseline 1 (A1), intervensi (B) dan baseline 2 (A2) kemampuan kemandirian makan anak autis di SLB Negeri 1 Takalar digabung menjadi satu atau dimasukkan pada format rangkuman maka hasilnya dapat di lihat seperti berikut.

Tabel 4.25 Data Hasil Kemampuan Kemandirian Makan Baseline 1 (A1), Intervensi (B) dan Baseline 2 (A2)

Sesi	Skor maksimal	Skor	Nilai
Baseline 1 (A1)			
1	7	2	28,57
2	7	2	28,57
3	7	2	28,57
4	7	2	28,57
Intervensi (B)			
5	7	3	42,85
6	7	4	57,14
7	7	4	57,14
8	7	5	71,42
9	7	5	71,42
10	7	6	85,71
11	7	6	85,71
12	7	7	100
Baseline 1 (A2)			
13	7	16	85,71
14	7	16	85,71
15	7	18	100
16	7	18	100



Grafik 4.10 Kemampuan Kemandirian Makan Anak Autis Pada Kondisi Baseline 1 (A1), Intervensi (B) dan Baseline 2 (A2)



Grafik 4.11 Kecenderungan Arah Kemampuan Kemandirian Makan Pada Kondisi Baseline 1 (A1), Intervensi (B), dan Baseline 2 (A2)

Data yang tumpang tindih pada analisis antar kondisi adalah terjadinya data yang sama pada kedua kondisi yaitu kondisi baseline 1 (A1) dengan intervensi (B). Data yang tumpang tindih menunjukkan tidak adanya perubahan pada kedua kondisi yang dibandingkan semakin banyak data yang tumpang tindih semakin menguatkan dugaan tidak adanya

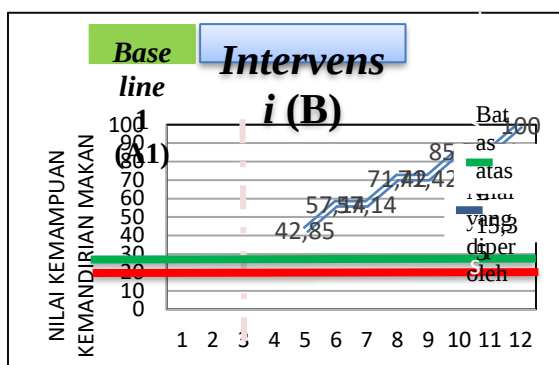
perubahan pada kedua kondisi tersebut, dengan kata lain semakin kecil persentase overlap, maka semakin baik pengaruh intervensi terhadap perilaku sasaran (target behavior). Overlap data pada setiap kondisi ditentukan dengan cara berikut:

1) Untuk kondisi A1/B

- a) Lihat kembali batas bawah baseline 1 (A1) = 30,71 dan batas atas baseline 1 (A1) = 26,42
- b) Jumlah data poin (42,85, 57.13, 57.13, 71.42, 71.42, 85.71, 85.71, 100) pada kondisi intervensi (B) yang berada pada rentang baseline 1 (A1) = 0.
- c) Perolehan pada langkah (b) dibagi dengan banyaknya data poin pada kondisi intervensi (B) kemudian dikali 100. Maka hasil yang diperoleh adalah $(0 : 8 \times 100 = 0 \%)$. Artinya semakin kecil persentase overlap, maka semakin baik pengaruh

intervensi (B) terhadap perilaku
 sasaran (target behavior).

Untuk melihat data overlap
 kondisi baseline-1 (A-1) ke intervensi
 (B) dapat dilihat dalam tampilan grafik
 berikut ini:



Grafik 4.12 Data Overlap (Percentage of Overlap) Kondisi Baseline1 (A1) ke Intervensi (B) Kemampuan Kemandirian Makan

$$\text{Overlap} = 0 : 8 \times 100\% = 0\%$$

Berdasarkan grafik 4.12 menunjukkan bahwa, data tumpang tindih adalah 0%. Artinya tidak terjadi data tumpang tindih, dengan demikian diketahui bahwa pemberian intervensi (B) berpengaruh terhadap kemampuan kemandirian makan karena semakin kecil persentase overlap, maka semakin baik pengaruh intervensi terhadap perilaku sasaran (target

behavior).

Pemberian intervensi (B) yaitu penggunaan teknik visual schedule berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan kemandirian makan pada anak autisme di SLB Negeri 1 Takalar.

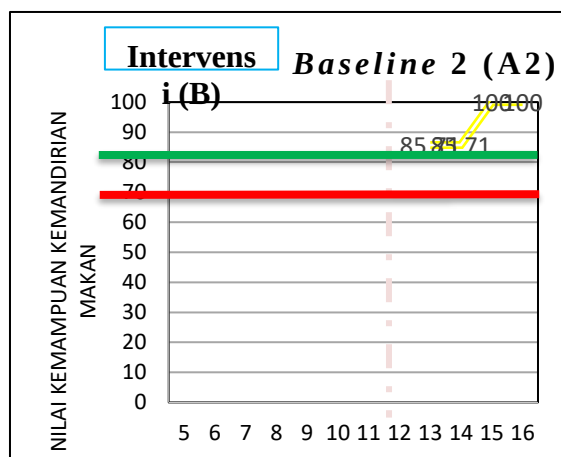
2) Untuk kondisi B/A2

a) Lihat kembali batas bawah Intervensi (B) = 46.27 dan batas atas intervensi (B) = 57.49.

b) Jumlah data poin (40, 40, 45, 45) pada kondisi baseline 2 (A2) yang berada pada rentang intervensi (B) = 0.

c) Perolehan pada langkah (b) dibagi dengan banyaknya data poin pada kondisi baseline 2 (A2) kemudian dikali 100. Maka hasil yang diperoleh adalah $(0 : 4 \times 100 = 0\%)$. Artinya semakin kecil persentase overlap, maka semakin baik pengaruh intervensi terhadap perilaku sasaran (peningkatan menulis permulaan).

Data overlap kondisi intervensi (B) ke kondisi baseline-2 (A-2), dapat dilihat dalam tampilan garfik berikut:



Grafik 4.13 Data Overlap (Percentage of Overlap) Kondisi Intervensi (B) ke Baseline-2 (A-2) Peningkatan Kemampuan Kemandirian Makan

$$\text{Overlap} = 0 : 4 \times 100\% = 0\%$$

Hasil analisis antar kondisi semakin memperkuat efektivitas intervensi. Perubahan kecenderungan arah dari kondisi baseline 1 menuju intervensi berubah dari mendatar menjadi meningkat dengan efek positif. Selain itu, perubahan level dari 14,28% menjadi 57,14% menunjukkan peningkatan sebesar 42,86%, sedangkan persentase overlap sebesar 0% menunjukkan bahwa tidak terdapat data yang tumpang tindih antara kondisi

baseline dan intervensi. Menurut Sunanto (2005), semakin kecil persentase overlap, maka semakin besar pengaruh intervensi terhadap perilaku sasaran. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik visual schedule memberikan pengaruh yang kuat terhadap peningkatan kemampuan kemandirian makan pada anak autisme.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa teknik visual schedule merupakan media yang efektif dalam meningkatkan kemampuan kemandirian makan anak autisme. Melalui penyajian aktivitas secara visual dan berurutan, subjek menjadi lebih mudah memahami setiap langkah kegiatan makan, mampu mengurangi ketergantungan terhadap bantuan guru, serta lebih percaya diri dalam melakukan aktivitas makan secara mandiri.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik visual schedule memiliki dampak positif dan efektif dalam meningkatkan kemampuan kemandirian makan pada anak autisme di SLB Negeri 1 Takalar. Hasil penelitian ini menjawab pertanyaan penelitian yang telah diajukan, sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan kemandirian makan subjek yang semula berada pada kategori sangat rendah mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi menggunakan teknik visual schedule.

- Terdapat peningkatan kemampuan kemandirian makan pada anak autisme berinisial MR di SLB Negeri 1 Takalar melalui penggunaan teknik visual schedule, dari kategori sangat rendah pada kondisi baseline (A1) meningkat menjadi kategori sangat tinggi pada kondisi intervensi (B) dan tetap bertahan pada kondisi baseline (A2).
- Kemampuan kemandirian

makan anak autisme berinisial MR setelah penggunaan teknik visual schedule berada pada kategori sangat tinggi, yang ditunjukkan oleh peningkatan kemampuan pada seluruh indikator kemandirian makan, perubahan kecenderungan arah yang positif, peningkatan level kemampuan, serta persentase overlap sebesar 0% yang menunjukkan bahwa intervensi memberikan pengaruh yang kuat terhadap perilaku sasaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2005). *Pengantar penelitian dengan subjek tunggal*. CRICED, University of Tsukuba.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Rev. ed.). Rineka Cipta.
- Suwandari, N. Q. (2021). *Efektivitas visual schedule dalam meningkatkan kemandirian penyelesaian tugas pada anak Autism Spectrum Disorder (ASD) di Home Schooling Cerdas Istimewa Malang* (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang). <https://etheses.uin-malang.ac.id/34149/>
- Dani, R. A., & Leylasari, H. T. (2020). Penerapan *visual schedule*

untuk meningkatkan *activity of daily living skill* pada anak gangguan spektrum autis. Widya

Warta, 44(1), 86–96.
<https://repositori.ukwms.ac.id/id/eprint/36836/>