

**PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI
METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS DI SD MUHAMMADIYAH
MILIRAN YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

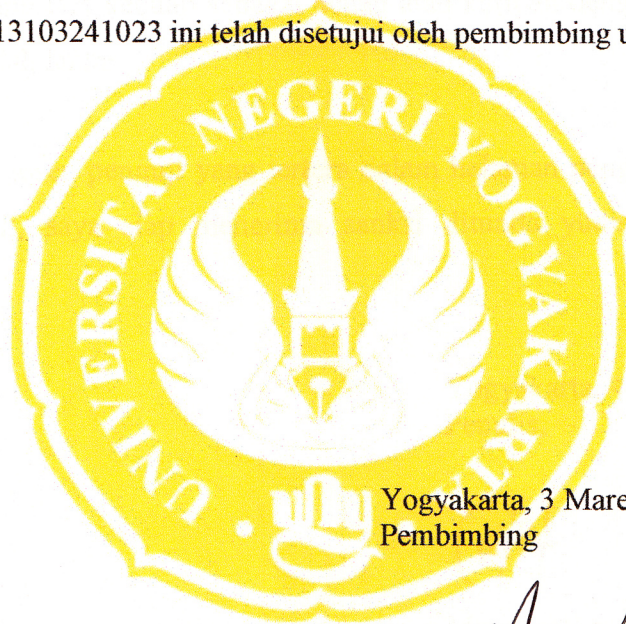


Oleh
Muji Lestari
NIM 13103241023

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN LUAR BIASA
JURUSAN PENDIDIKAN LUAR BIASA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
APRIL 2017**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA” yang disusun oleh Muji Lestari, NIM 13103241023 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.



Yogyakarta, 3 Maret 2017
Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Nurdayati Praptiningrum".

Dra. Nurdayati Praptiningrum, M.Pd.
NIP. 19590908 198601 2 001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 4 April 2017
Penulis,



Muji Lestari
NIM. 13103241023

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA” yang disusun oleh Muji Lestari, NIM 13103241023 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 21 Maret 2017 dan dinyatakan lulus.

Nama Lengkap	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dra. Nurdayati Praptiningrum, M.Pd.	Ketua Penguji		04-4-2017
dr. Atien Nur Chamidah, M.Dis.St.	Sekretaris Penguji		04-4-2017
Yulia Ayriza, M.Si., Ph. D.	Penguji Utama		04-4-2017

Yogyakarta, 30 MAR 2017
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan

Harvanto, M. Pd
NIP. 19600902 198702 1 001

MOTTO

”Jika kau memberi tahu mereka,
mereka hanya akan melihat gerakan bibirmu.

Jika kau menunjukkan kepada mereka,
mereka akan tergoda untuk melakukannya sendiri”.

(Maria Montessori)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ini. Karya ini penulis persembahkan untuk:

1. Orangtua dan keluarga tercinta yang senantiasa selalu memberikan doa, semangat dan motivasi selama ini.
2. Almamater Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Nusa dan bangsa.

**PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI
METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS DI SD MUHAMMADIYAH
MILIRAN YOGYAKARTA**

Oleh
Muji Lestari
NIM 13103241023

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang dilakukan secara kolaboratif. Pemberian tindakan dilakukan selama 2 siklus. Subyek penelitian terdiri dari seorang anak autis yang belum mengalami menstruasi. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes unjuk kerja dan observasi. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode latihan dapat meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Hal itu dibuktikan dengan adanya peningkatan dari kemampuan awal subyek FIA yang mendapat skor 40. Setelah dilakukan tindakan pada siklus I berupa pemberian penjelasan dan kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi dengan pemberian contoh dan bimbingan, subyek memperoleh skor 56. Pasca tindakan siklus II subyek mampu memperoleh skor 74,67 atau meningkat sebesar 18,67% dan telah memenuhi KKM yang ditentukan yakni 70. Hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi pasca tindakan siklus II yaitu subyek dapat melakukan keterampilan secara mandiri pada tahap membuka bungkus pembalut, melepas kertas perekat, memasukan pembalut ke kantong plastik, membuang pembalut ke tempat sampah dan dapat melakukan dengan bantuan verbal pada tahap melepas celana, memakai celana dalam yang sudah dipasangi pembalut, melepas pembalut, mencuci pembalut, memeras pembalut. Kesimpulan akhir adalah penggunaan metode latihan dapat meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

Kata kunci: *Keterampilan pra menstruasi, metode latihan, anak autis*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi yang berjudul “Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi Melalui Metode Latihan Untuk Anak Autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta” dapat terselesaikan. Adapun tujuan penyusunan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan arahan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung dan baik dukungan moril maupun dukungan materil. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan studi pada program Studi S1 PLB FIP UNY.
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan motivasi demi terselesaikannya tugas akhir ini.
4. Ibu Dra. Nurdayati Praptiningrum, M.Pd., dosen pembimbing tugas akhir yang selalu sabar dalam memberikan bimbingan, masukan dan arahan yang

sangat membangun, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.

5. Ibu Aini Mahabbati, S.Pd., M.A., dosen pembimbing akademik yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis.
6. Bapak dan ibu dosen Jurusan Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan dukungan, bimbingan dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis.
7. Bapak dan Ibu karyawan-karyawati serta seluruh staff Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah membantu dalam penyelesaian tugas akhir ini.
8. Kepala SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian ini.
9. Guru-guru SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta yang telah membantu dalam kelancaran penelitian.
10. Orangtua, kakak, dan kakek nenek yang selalu memberikan doa, dukungan, dan motivasi kepada penulis dalam segala hal.
11. Kakak senior Mbak Lia, Mbak Kiki, Mbak Gigih, Mbak Santiana, Mbak Noviana, Mbak Erich, Mbak Wulan, Mbak Ratna, Mbak Shinta, Mbak Arma yang telah memberikan bantuan, nasehat, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir ini.
12. Sahabatku Septi, Vivi, Ervina, Rita, Reni, Nita, Tyas, Sindy yang telah banyak menghibur dan memotivasi hingga terselesaikannya tugas akhir ini dengan lancar.

13. Teman-teman PLB 2013, teman-teman satu almamater dan teman-teman bermain yang telah banyak memberikan motivasi dan keceriaan.
14. Bapak Ibu guru Sekolah Khusus Autis Bina Anggita yang telah turut mendoakan dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
15. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah membantu dalam penyelesaian tugas akhir ini.

Semoga semua bantuan yang telah diberikan dapat menjadi amal baik dan mendapatkan imbalan pahala dari Allah SWT. Penulis terbuka terhadap kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca. Amiin.

Yogyakarta, 4 April 2017

Penulis,



Muji Lestari

NIM 13103241023

DAFTAR ISI

	hal
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
G. Definisi Operasional.....	10
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kajian Teori Anak Autis	11
1. Pengertian Anak Autis	11
2. Karakteristik Anak Autis.....	13
B. Kajian Teori tentang Pubertas dan Menstruasi	16
1. Pengertian dan Ciri-ciri Pubertas	16
2. Pengertian Menstruasi dan Tanda-tanda Menjelang Menstruasi	21

C. Kajian Teori Keterampilan Pra Menstruasi.....	24
D. Kajian Teori Metode Latihan	30
1. Pengertian Metode Latihan	30
2. Tujuan Metode Latihan	31
3. Kelebihan dan Kekurangan Metode Latihan.....	33
4. Prinsip dan Petunjuk Menggunakan Metode Latihan	36
E. Kajian Teori Behaviorisme Skinner.....	41
F. Evaluasi Latihan Keterampilan Pra Menstruasi	43
G. Hasil Penelitian yang Relevan.....	46
H. Kerangka Pikir.....	48
I. Hipotesis Tindakan	51
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	52
B. Variabel Penelitian	53
C. Desain Penelitian.....	54
D. Prosedur Penelitian	55
E. Lokasi, Setting dan Waktu Penelitian	61
F. Subjek Penelitian.....	62
G. Teknik Pengumpulan Data	63
H. Pengembangan Instrumen Penelitian	65
I. Uji Validitas Instrumen	75
J. Indikator Keberhasilan	76
K. Teknik Analisis Data.....	76
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan.....	78
1. Deskripsi Lokasi Penelitian	78
2. Deskripsi Subyek Penelitian	80
B. Deskripsi Hasil Penelitian tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan	83

1. Deskripsi Penelitian Tindakan Kelas Pra Tindakan tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi.....	83
a. Deskripsi Kegiatan Pra Tindakan.....	83
b. Deskripsi Kemampuan Awal Subyek	84
2. Deskripsi Penelitian Tindakan Kelas Siklus I tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi.....	86
a. Perencanaan Tindakan Siklus I.....	86
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I.....	87
c. Analisis Data Hasil Tindakan Siklus I.....	92
d. Refleksi Tindakan Siklus I.....	102
3. Deskripsi Penelitian Tindakan Kelas Siklus II tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi.....	111
a. Perencanaan Tindakan Siklus II.....	111
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus II.....	114
c. Analisis Data Hasil Tindakan Siklus II.....	120
d. Refleksi Tindakan Siklus II.....	130
C. Uji Hipotesis Tindakan	137
D. Pembahasan Hasil Penelitian tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan.....	138
E. Keterbatasan Penelitian.....	143
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	145
B. Saran	146
DAFTAR PUSTAKA	148
LAMPIRAN	151

DAFTAR GAMBAR

	hal
Gambar 1. Kerangka Pikir tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan untuk Anak Autis.....	51
Gambar 2. Model PTK Kemmis dan Mc. Taggart.....	54
Gambar 3. Grafik Hasil Tes Pra Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi pada Anak Autis.....	86
Gambar 4. Grafik Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus I.....	95
Gambar 5. Grafik Hasil Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I...	100
Gambar 6. Grafik Hasil Tes Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I.....	102
Gambar 7. Grafik Perbandingan KKM, Nilai Pra Tindakan dan Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I.....	109
Gambar 8. Grafik Kinerja Guru dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus II.....	124
Gambar 9. Grafik Hasil Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus II.	128
Gambar 10. Grafik Hasil Tes Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus II.....	130
Gambar 11. Grafik Perbandingan KKM, Nilai Pra Tindakan dan Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I dan Siklus II.....	136

DAFTAR TABEL

	hal
Tabel 1. Waktu dan Kegiatan Penelitian.....	62
Tabel 2. Kisi-kisi Pedoman Observasi Partisipasi Subyek dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi.....	66
Tabel 3. Kategori Penilaian Observasi terhadap Partisipasi Subyek dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi	69
Tabel 4. Kisi-kisi Pedoman Observasi Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi.....	70
Tabel 5. Kategori Penilaian Observasi terhadap Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi.....	72
Tabel 6. Kisi-kisi Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi.....	73
Tabel 7. Kategori Penilaian Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi.....	75
Tabel 8. Pelaksanaan Kegiatan Keterampilan Pra Menstruasi.....	84
Tabel 9. Nilai Pra Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis....	85
Tabel 10. Data Kinerja Guru dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus I.....	93
Tabel 11. Data Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I.....	96
Tabel 12. Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I.....	101
Tabel 13. Perbandingan Nilai Hasil Tes Pra Tindakan dengan Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I.....	108

Tabel 14. Rencana Pelaksanaan Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus II.....	114
Tabel 15. Data Kinerja Guru dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus II.....	121
Tabel 16. Data Partisipasi Anak Autis dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus II.....	127
Tabel 17. Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus II.....	129
Tabel 18. Rekapitulasi Data Observasi Kinerja Guru dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus I dan Siklus II.....	132
Tabel 19. Rekapitulasi Data Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I dan Siklus II.....	133
Tabel 20. Rekapitulasi Nilai Pra Tindakan dan Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I dan Siklus II.....	134

DAFTAR LAMPIRAN

	hal
Lampiran 1. Intrumen Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi.....	152
Lampiran 2. Pedoman Partisipasi Anak Autis dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi.....	155
Lampiran 3. Pedoman Observasi Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi.....	158
Lampiran 4. Rancangan Pelaksanaan Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Tindakan Siklus I dan II.....	161
Lampiran 5. Hasil Tes Pra Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi.....	169
Lampiran 6. Hasil Tes Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Siklus I.....	172
Lampiran 7. Hasil Tes Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Siklus II.....	175
Lampiran 8. Hasil Observasi Partisipasi Subyek dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Tindakan Siklus I dan Siklus II.....	178
Lampiran 9. Hasil Observasi Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi pada Tindakan Siklus I dan Siklus II.....	181
Lampiran 10. Foto Dokumentasi Penelitian.....	184
Lampiran 11. Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian.....	188
Lampiran 12. Surat Ijin Penelitian.....	190

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak autis merupakan salah satu jenis dari anak berkebutuhan khusus yang mengalami gangguan perkembangan pada tiga aspek perkembangannya yang meliputi aspek komunikasi, aspek interaksi sosial dan aspek perilaku (Mirza Maulana, 2012:12-13). Adanya gangguan perkembangan pada anak autis menyebabkan anak mengalami hambatan dalam berkomunikasi, kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan disekitarnya, berperilaku yang tidak wajar dan kurang mandiri dalam mengurus dirinya sendiri.

Anak autis berhak mendapatkan pendidikan dan layanan khusus untuk mengatasi hambatan-hambatan yang dimilikinya tersebut agar anak dapat berkembang secara optimal sesuai dengan kebutuhan dan kemampuannya. Melalui pendidikan dan layanan khusus diharapkan anak dapat menjadi individu yang lebih baik, diterima dan membaur di dalam lingkungan masyarakat dan hidup mandiri. Layanan pendidikan yang seharusnya diberikan kepada anak autis terdiri dari bidang akademik dan non akademik.

Layanan pendidikan non akademik yang bersifat pengembangan diri sangat penting diberikan kepada anak autis. Program pengembangan diri dapat membantu menyiapkan anak autis untuk menjadi individu yang mandiri di kemudian hari sehingga melatih anak agar tidak bergantung kepada bantuan orang lain. Program pengembangan diri yang dapat diberikan kepada anak autis dapat berupa keterampilan bina diri, salah

satunya adalah keterampilan mengurus diri sendiri. Keterampilan mengurus diri dalam kegiatan sehari-hari yang tidak bisa lepas dari kebutuhan diri anak diantaranya berupa keterampilan *toileting*, keterampilan berpakaian, serta keterampilan menggunakan dan mengganti pembalut bagi anak perempuan saat mengalami menstruasi.

Adanya hambatan yang dimiliki anak autisme tidak berpengaruh dengan perkembangan biologisnya. Anak autisme tetap mengalami perkembangan biologis yang normal, sehingga akan mengalami pubertas seperti anak normal pada umumnya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Fauziah Rachmawati (2012:41) yang menyatakan bahwa anak autisme perempuan juga mengalami perkembangan biologis seperti anak normal lainnya, sehingga juga mengalami masa pubertas dan mengalami perubahan emosional, fisik, dan sosial yang hampir sama.

Masa pubertas ditandai dengan adanya ciri-ciri seks sekunder dan ciri-ciri seks primer. Ciri-ciri seks sekunder pada anak perempuan yaitu mulai membesarnya ukuran payudara dan mulai membentuknya pinggul, tumbuh rambut di ketiak dan di sekitar alat kelamin, sedangkan ciri seks primernya adalah ketika anak mulai mengalami menstruasi yang pertama. Anak perempuan pertama kali mengalami menstruasi rata-rata pada usia 12 tahun (Saktiyono, 2004:27). Pernyataan tersebut memiliki makna bahwa anak autisme perempuan juga akan mengalami menstruasi pada usia rata-rata 12 tahun, meskipun mungkin ada juga anak yang mengalami menstruasi lebih dini.

Kemampuan terhadap keterampilan pra menstruasi akan sangat mudah dikuasai oleh anak normal, namun hal tersebut tidak mudah dikuasai oleh anak autis. Oleh karena itu, bimbingan keterampilan pra menstruasi sangat penting diberikan kepada anak autis sedini mungkin dan secepatnya harus segera diberikan kepada anak yang sudah mulai memiliki ciri-ciri seks sekunder. Hal tersebut didukung oleh penelitian Sukinah & Endang Rochyadi (2010:162) yang menyatakan bahwa orangtua dan guru sebaiknya mengajarkan anak autis cara memakai pantilener dan pembalut sedini mungkin dengan pembiasaan agar tidak risih ketika waktu menstruasi tiba. Bimbingan keterampilan pra menstruasi dapat diberikan oleh orangtua saat di rumah dan oleh guru saat di sekolah. Hal tersebut akan mendukung keberhasilan pada anak dalam menguasai keterampilan pra menstruasi yang tentunya akan mempengaruhi kemandirian anak autis dalam mengurus diri saat menstruasi tiba.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta pada bulan Oktober dan November 2016 didapatkan informasi bahwa sekolah tersebut merupakan sekolah inklusi yang mempunyai seorang siswi autis. Siswi autis berusia 11 tahun yang sudah mempunyai ciri-ciri perkembangan seks sekunder berupa mulai membesarnya payudara pada *grade* II dan pinggul sudah mulai membentuk, sudah mulai tumbuh rambut-rambut halus di sekitar vagina, serta tumbuh jerawat di wajah namun belum mengalami menstruasi. Berdasarkan keterangan dari guru, didapatkan informasi bahwa bimbingan keterampilan

pra menstruasi belum pernah diajarkan kepada anak autis baik di sekolah oleh guru maupun di rumah oleh orangtuanya. Selama bersekolah di sekolah tersebut, anak autis belum pernah mendapatkan program pengembangan diri, termasuk bimbingan keterampilan pra menstruasi.

Peneliti memberikan tes untuk mengetahui kemampuan keterampilan pra menstruasi pada anak autis. Pertama, peneliti bertanya kepada anak tentang konsep menstruasi dan kegunaan pembalut. Hasilnya, anak autis tidak menjawab pertanyaan peneliti dan hanya memegang serta mencium-cium pembalut. Kedua, peneliti meminta anak autis untuk menunjukkan bagian celana dalam yang akan di pasang pembalut. Hasilnya, anak tidak merespon sesuai yang diharapkan, anak hanya menarik-narik celana dalam. Ketiga, peneliti meminta anak autis untuk melepas kertas perekat pembalut. Hasilnya, anak hanya meremas-remas pembalut dan memukul-mukulkannya di meja. Keempat, peneliti meminta anak untuk memasang pembalut pada celana dalam yang sebelumnya sudah disiapkan oleh peneliti. Hasilnya, anak memasang pembalut dengan posisi yang terbalik. Hasil dari keempat tes yang diberikan oleh peneliti kepada anak autis memperlihatkan bahwa anak tersebut belum memiliki keterampilan pra menstruasi yang baik.

Pemberian bimbingan keterampilan pra menstruasi perlu diberikan sedini mungkin kepada anak autis. Hal tersebut selain untuk menghindarkan anak autis dari ketergantungan terhadap bantuan orangtua atau guru dalam mengurus diri saat menstruasi, juga untuk menghindarkan dari

ketidaknyamanan lingkungan disekitarnya. Seperti yang sudah diketahui dari hasil observasi bahwa lingkungan anak autis adalah lingkungan inklusif. Di dalam kesehariannya di sekolah, anak autis bergaul dan berinteraksi dengan anak-anak normal. Apabila keterampilan pra menstruasi belum dimiliki oleh anak autis dan suatu hari anak mendapatkan menstruasinya di sekolah sampai terjadi *kebocoran*, tentunya hal tersebut akan membuat ketidaknyamanan bagi diri anak autis sendiri maupun bagi teman-temannya di sekolah.

Keterampilan pra menstruasi dapat diajarkan melalui metode latihan. Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat Moh. Sholeh Hamid (2011:216) yang menyatakan bahwa metode latihan dapat digunakan untuk menanamkan keterampilan tertentu oleh guru kepada peserta didik. Dengan demikian, peserta didik dapat menguasai keterampilan tertentu yang dapat dijadikan bekal dalam kehidupannya kelak. Berdasarkan pemikiran ahli tersebut dapat diartikan bahwa metode latihan dapat digunakan untuk mengajarkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis dengan tujuan agar anak memiliki keterampilan yang diajarkan dan mampu mandiri dalam mengurus diri saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang.

Metode latihan memiliki kelebihan yang dapat digunakan untuk membimbing keterampilan pra menstruasi pada anak autis. Suwarna (2006:111) berpendapat bahwa metode latihan memiliki kelebihan untuk menanamkan suatu keterampilan atau kebiasaan tertentu dengan melakukan aktivitas yang nyata dan berulang. Pemberian bimbingan keterampilan pra

menstruasi menggunakan metode latihan dapat membantu meningkatkan keterampilan pada anak autis. Penggunaan metode latihan menggunakan *reward* sebagai penguat ketika anak mampu melakukan aktivitas keterampilan yang diajarkan oleh guru dengan benar. Menurut teori behaviorisme Skinner menyatakan bahwa pengetahuan atau kebiasaan yang terbentuk melalui ikatan stimulus respons akan semakin kuat bila diberi penguatan (Fadillah, 2012:20).

Penggunaan metode latihan untuk mengajarkan keterampilan pra menstruasi juga didukung oleh keberhasilan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ratna Kartika Dewi tahun 2015 dengan judul “Peningkatan Kemampuan Mengelola Menstruasi Melalui Metode Latihan Pada Siswi Autistik Kelas VI Di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta”. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan kemampuan mengelola menstruasi pada subyek dengan menggunakan metode latihan. Pencapaian peningkatan tersebut terjadi selama dua siklus dengan skor kemampuan awal 48, skor pasca tindakan siklus II sebesar 70 dan telah mencapai KKM yang ditentukan sebesar 65. Hasil akhir dari penelitian tersebut menyatakan bahwa anak autis dapat merekatkan pembalut dengan posisi yang benar di celana dalam secara mandiri setelah diberikan bimbingan menggunakan metode latihan.

Berdasarkan uraian di atas didapatkan permasalahan yaitu anak autis perempuan usia 11 tahun yang belum mengalami menstruasi masih memiliki keterampilan pra menstruasi yang rendah dan keterampilan pra

menstruasi belum pernah diajarkan oleh guru di sekolah dengan metode yang sesuai. Metode latihan dapat digunakan untuk menanamkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis. Oleh karena adanya permasalahan tersebut, pentingnya dilakukan penelitian dengan judul “Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi Melalui Metode Latihan Untuk Anak Autis Di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta”. Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah penelitian tindakan kelas sehingga dalam penelitian ini peneliti melakukan kolaborasi dengan guru untuk mendapatkan hasil yang diharapkan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan deskripsi latar belakang yang sudah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu :

1. Anak autis yang akan mengalami menstruasi belum mengetahui tentang konsep menstruasi dan kegunaan pembalut.
2. Anak autis usia 11 tahun belum pernah mendapatkan bimbingan keterampilan pra menstruasi di rumah.
3. Anak autis yang sudah memiliki ciri-ciri seks sekunder dan akan mengalami menstruasi belum memiliki keterampilan pra menstruasi yang baik.
4. Bimbingan keterampilan pra menstruasi belum pernah diberikan oleh guru kepada anak autis yang akan mengalami menstruasi.

5. Belum digunakannya metode yang sesuai oleh guru untuk melatih keterampilan pra menstruasi kepada anak autis.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah pada nomor 3, 4 dan 5, peneliti membatasi penelitian ini pada anak autis usia pra pubertas yang belum memiliki keterampilan pra menstruasi yang baik dan bimbingan keterampilan pra menstruasi belum pernah diajarkan oleh guru menggunakan metode yang sesuai. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti menentukan menggunakan metode latihan untuk meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: bagaimana proses dan hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan untuk anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan untuk anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan menambah data dalam khasanah keilmuan ilmu pendidikan anak berkebutuhan khusus bidang pengembangan diri pada aspek mengurus diri, khususnya keterampilan pra menstruasi untuk anak autis.

2. Secara Praktis

a. Bagi anak autis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis perempuan sehingga dapat mandiri dalam mengurus diri pada saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang.

b. Bagi guru

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengalaman dan dorongan kepada guru untuk memberikan bimbingan keterampilan pra menstruasi untuk peserta didik anak berkebutuhan khusus, dalam hal ini kepada anak autis.

c. Bagi kepala sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menetapkan kebijakan pelaksanaan kurikulum di sekolah untuk memberikan program pengembangan diri khususnya dalam aspek keterampilan mengurus diri pada anak berkebutuhan khusus.

G. Definisi Operasional

1. Keterampilan pra menstruasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keterampilan persiapan sebelum menggunakan pembalut, keterampilan saat menggunakan pembalut dan keterampilan setelah menggunakan pembalut yang masing-masing diuraikan ke dalam tahapan-tahapan yang lebih rinci lagi. Tujuan dari pemberian keterampilan pra menstruasi adalah untuk memberikan bekal keterampilan kepada anak autis dalam mengurus diri saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang secara mandiri.
2. Metode latihan yang digunakan dalam penelitian ini berupa latihan praktek secara nyata menggunakan peralatan yang sesungguhnya. Latihan dilakukan dengan pengulangan pada setiap poin keterampilan yang diajarkan dari tahap awal hingga akhir. Bimbingan keterampilan tersebut dilakukan sampai subyek memiliki peningkatan keterampilan yang diajarkan.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori Anak Autis

1. Pengertian Anak Autis

Anak autis merupakan salah satu jenis dari anak berkebutuhan khusus yang mengalami gangguan perkembangan yang kompleks, yaitu terletak pada aspek perkembangan komunikasi, interaksi sosial, dan perilaku. Adanya gangguan pada ketiga aspek perkembangan tersebut menyebabkan anak autis terlihat berbeda dengan anak normal pada umumnya dan seperti manusia yang seolah-olah hidup dalam dunianya sendiri.

Menurut Yoswan Azwandi (2005:16) anak autis adalah anak yang mengalami gangguan pada perkembangan neurobiologis berat yang terjadi sebelum usia 3 tahun. Hal tersebut menyebabkan gangguan pada bidang komunikasi, bahasa, kognitif, sosial, dan fungsi adaptif. Pendapat yang sesuai dikemukakan oleh Mirza Maulana (2012:12-13) yang menyatakan bahwa autisme merupakan gangguan perkembangan yang berat pada anak. Gejalanya sudah tampak sebelum anak mencapai usia tiga tahun. Perkembangan anak autis menjadi terganggu terutama dalam aspek komunikasi, interaksi dan perilaku.

Berdasarkan pemikiran ahli di atas dapat dimaknai bahwa anak autis sudah mengalami gangguan perkembangan yang kompleks sejak usia tiga tahun. Kondisi di lapangan menyatakan bahwa kebanyakan orangtua baru

mengetahuinya ketika usia anak sudah lebih dari satu tahun saat anak memperlihatkan tumbuh kembang yang tidak sesuai dengan anak seusianya. Perkembangan pada aspek komunikasi, interaksi sosial dan perilaku pada anak autis berbeda dan cenderung tertinggal jika dibandingkan dengan perkembangan anak-anak pada umumnya.

Menurut Fauziah Rachmawati (2012:3) autis merupakan suatu gangguan perkembangan yang kompleks pada ranah komunikasi, interaksi sosial, dan aktivitas imajinasi. Pada ranah komunikasi, anak autis mengalami kesulitan dalam mengungkapkan atau menerima informasi secara verbal ataupun non verbal. Banyak anak autis yang berkomunikasi secara non verbal dengan menggunakan bahasa isyarat, misal pada saat anak menginginkan sesuatu, anak autis akan menarik tangan orang dewasa ke arah benda yang diinginkan atau dengan menunjuk-nunjuk benda dengan tangannya. Pada ranah interaksi sosial, anak autis mengalami kesulitan dalam melakukan hubungan sosial. Anak autis cenderung bersikap *cuek* dan tidak peduli dengan keberadaan orang lain disekitarnya, tidak ada inisiatif untuk mengadakan suatu pembicaraan atau obrolan dengan orang lain dan lebih senang menyendiri. Pada ranah aktivitas imajinasi, anak autis mengalami kesulitan untuk mengembangkan permainan atau aktivitas yang bervariasi dan kreatif. Hal tersebut yang menyebabkan anak autis terlihat monoton dan diulang-ulang dalam bermain.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud dengan anak autis adalah anak yang mengalami gangguan perkembangan yang terjadi dalam tiga tahun pertama kehidupannya. Gangguan perkembangan pada anak autis terletak pada aspek komunikasi, interaksi sosial dan perilaku. Hal tersebut menyebabkan anak autis terlihat berbeda dengan anak-anak pada umumnya. Anak autis mengalami kesulitan atau hambatan pada setiap aspek yang menjadi gangguannya tersebut dan berdampak juga pada prestasi belajar di sekolah, hubungan interaksi di lingkungan masyarakat dan kurangnya kemandirian anak dalam mengurus dirinya sendiri.

2. Karakteristik Anak Autis

Anak autis merupakan individu yang unik. Anak autis memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya terutama pada aspek-aspek yang menjadi hambatannya. Pada aspek komunikasi, anak autis mengalami keterlambatan perkembangan bahasa, berbicara tanpa makna, berbicara dengan bahasa yang tidak dimengerti orang lain, membeo kata, menarik-narik tangan orang dewasa untuk meminta sesuatu yang diinginkan. Pada aspek interaksi sosial, anak autis memiliki kontak mata yang terbatas, suka menyendiri, tidak suka dipeluk, dan tidak tertarik untuk bermain bersama dengan temannya. Pada aspek perilaku, ada anak autis yang berperilaku berlebihan (hiperaktif) atau berkekurangan (hipoaktif), memiliki kebiasaan seperti: suka mengepak-ngepakkan tangan seperti burung, berputar-putar, berjalan bolak-balik dan melompat-lompat.

Menurut Fauziah Rachmawati (2012:19) anak autis memiliki keunikan yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya pada aspek komunikasi, interaksi sosial, sensoris, pola bermain, perilaku dan emosi. Pada aspek komunikasi, anak autis mengalami perkembangan bahasa yang lambat jika dibandingkan dengan anak-anak seusianya, mengalami kemunduran dalam kemampuan berbicara, sering menggunakan kata-kata yang tidak sesuai dengan artinya, berbicara tanpa makna, suka membeo kata, dan mengungkapkan keinginan dengan menarik tangan orang dewasa. Pada aspek interaksi sosial, anak autis terlihat lebih suka menyendiri, memiliki kontak mata yang terbatas, terlihat lebih suka bermain sendiri, dan tidak menunjukkan ketertarikannya untuk bermain bersama anak-anak seusianya. Pada aspek sensoris, ada anak autis yang sangat sensitif terhadap sentuhan, sensitif terhadap suara tertentu, suka mencium-cium benda tertentu dan tahan terhadap rasa sakit. Apabila ada anak autis yang terjatuh, memukulkan kepalanya ke tembok, tangannya terjepit pintu atau terluka, anak autis sering tidak menangis karena anak tahan terhadap rasa sakit. Pada aspek pola bermain, anak autis terlihat lebih senang bermain sendiri dibanding bermain bersama teman sebayanya, anak cenderung tidak kreatif dan tidak imajinatif, memiliki keterlekatan terhadap suatu benda tertentu. Pada aspek perilaku, ada anak autis yang hiperaktif dan hipoaktif, suka menstimuli diri sendiri, memiliki rutinitas yang tidak mau diubah dan suka terlihat bengong dengan tatapan kosong. Pada aspek emosi, anak autis suka tiba-tiba menangis, marah, atau tertawa tanpa

sebab, tantrum, tidak mempunyai empati, suka berperilaku menyakiti diri sendiri dan suka menyerang orang lain secara tiba-tiba.

Menurut Haryanto (2012: 97) menyatakan bahwa anak autis memiliki ciri-ciri yang khas, diantaranya sebagai berikut: anak mengalami hambatan di dalam berkomunikasi, kesulitan dalam mengekspresikan perasaannya dengan tepat, kurang memiliki perasaan empati, sering berperilaku di luar kontrol dan meledak-ledak, mengalami masalah dalam berperilaku, berperilaku monoton dan mengalami kesulitan untuk berprestasi yang dibuktikan dengan hasil belajar yang rendah. Ciri-ciri anak autis yang lain menurut Tin Suharmini (2009:71) adalah anak tidak memiliki kontak mata, tidak suka dipeluk, tidak memberi respon saat namanya dipanggil, kemampuan berkomunikasi rendah, berperilaku *stereotype* seperti: menggoyang-goyangkan tubuh, mengepak-ngepakkan tangan, berputar-putar, menyeringai, dan melompat-lompat tanpa memedulikan lingkungan sekitarnya.

Karakteristik anak autis sangatlah unik, disatu sisi terdapat anak autis yang memiliki semua ciri-ciri seperti yang telah disebutkan di atas, namun di sisi lain terdapat anak autis yang hanya memiliki beberapa atau sebagian besar dari ciri-ciri yang telah disebutkan. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat ditegaskan bahwa anak autis memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak pada umumnya. Karakteristik yang berbeda tersebut terutama terdapat pada aspek-aspek yang menjadi hambatan anak autis. Pada aspek komunikasi, anak autis cenderung memiliki kemampuan

perkembangan bahasa yang lambat atau bahkan tidak berkembang sama sekali jika dibandingkan dengan anak-anak seusianya, berbicara tanpa makna atau mengoceh dengan bahasa yang tidak dimengerti orang lain, suka membeo kata dan mengungkapkan keinginannya dengan menarik tangan orang dewasa. Pada aspek interaksi sosial, anak autis terlihat lebih suka menyendiri, tidak tertarik untuk mengadakan kontak sosial dengan orang lain, tidak merespon saat namanya dipanggil dan memiliki kontak mata yang terbatas. Pada aspek perilaku, anak autis cenderung berperilaku *stereotype* seperti: menggoyang-goyangkan tubuh, mengepak-ngepakkan tangan, dan melompat-lompat, memiliki keterlekatan terhadap benda tertentu dan memiliki rutinitas yang tidak mau diubah. Selain pada ketiga aspek tersebut, anak autis juga memiliki keunikan pada aspek lain seperti pada aspek emosi dan aspek sensoris. Pada aspek emosi anak autis cenderung memiliki emosi yang meledak-ledak, tidak memiliki rasa empati dan secara tiba-tiba dapat menangis, marah dan tertawa tanpa sebab. Pada aspek sensoris, ada anak autis yang sangat sensitif terhadap sentuhan dan suara tertentu yang bersifat berlebihan (hiper) atau berkekurangan (hipo).

B. Kajian Teori tentang Pubertas dan Menstruasi

1. Pengertian dan Ciri-ciri Pubertas

Setiap anak pada umumnya akan mengalami masa pubertas. Hal tersebut juga berlaku bagi anak autis perempuan. Dimulainya masa

pubertas pada setiap anak tidak sama, namun pada umumnya terjadi pada usia setelah 11 tahun, meskipun ada juga anak yang sudah mengalami pubertas sebelum usia 11 tahun. Masa pubertas ditandai dengan mulainya perubahan-perubahan pada diri anak yang dapat dilihat maupun tidak terlihat. Tanda-tanda perubahan yang dapat diamati terlihat dari perubahan pada fisik anak, sedangkan perubahan yang tidak terlihat berupa perubahan hormonal pada diri anak.

Menurut Surbakti (2011:24) pubertas merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa yang identik dengan berbagai perubahan yang dapat terlihat maupun tidak terlihat. Istamar Syamsuri (2007:27) berpendapat bahwa pubertas adalah masa persiapan menuju dewasa, yang belum dapat dikatakan dewasa secara jasmani maupun rohani. Dari pendapat para ahli di atas dapat dimaknai bahwa masa pubertas adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang identik dengan terjadinya perubahan secara fisik maupun psikis yang berdampak pada perubahan sikap dan perilaku anak.

Menurut Surbakti (2011:26) masa pubertas ditandai dengan datangnya menstruasi pada anak perempuan. Menstruasi yang pertama akan dialami anak perempuan rata-rata saat berusia 12 tahun (Istamar Syamsuri, 2007:27). Pernyataan tersebut memiliki arti bahwa anak perempuan pada umumnya akan mengalami menstruasi yang pertama pada usia 12 tahun, meskipun di masyarakat sekarang ada juga anak perempuan yang sudah mengalami menstruasi sebelum usia 12 tahun. Hal tersebut juga berlaku

bagi anak autis, mengingat perkembangan biologis anak autis sama seperti anak-anak pada umumnya.

Masa pubertas ditandai dengan adanya ciri-ciri seks sekunder yang dapat diamati perubahannya dan ciri seks primer akibat perubahan hormonal dalam diri anak. Menurut Saktiyono (2004:27) ciri-ciri seks sekunder pada anak perempuan sudah mulai nampak sejak anak memasuki usia pra pubertas. Perubahan tersebut meliputi mulai membesarnya payudara dan mulai membentuknya pinggul, tumbuh rambut-rambut di ketiak dan sekitar kemaluan. Menurut Surbakti (2011:26) pubertas pada anak perempuan ditandai dengan munculnya ciri seks primer berupa datangnya menstruasi yang pertama, sedangkan pada ciri seks sekunder vagina akan mulai mengeluarkan cairan, keringat bertambah banyak, kulit dan rambut berminyak, timbul jerawat di wajah, dan suara menjadi lebih nyaring.

Matondang (2003:159) berpendapat bahwa pertumbuhan rambut kemaluan pada wanita muda adalah sebagai berikut:

- a. Tahap I – rambut Vello berkembang di daerah pubis, tidak melebihi dinding anterior. Tidak ada rambut seksual. Terjadi pada usia kurang dari 11 tahun.
- b. Tahap II – rambut berbulu halus yang jarang, panjang, berpigmen, lurus atau hanya sedikit keriting, muncul. Rambut ini muncul di

sepanjang labia. Tahap ini sulit dikuantitasikan jika difoto hitam putih apalagi jika remaja tersebut berambut pirang. Usia 11-11,5 tahun.

- c. Tahap III – jauh lebih gelap, kasar, dan rambut seksual yang keriting muncul. Rambut sekarang telah menyebar dengan jarang meliputi area persimpangan pubis. Terjadi pada usia 12 tahun.
- d. Tahap IV – Distribusi rambut sudah seperti pada orang dewasa dalam namun mengalami jumlah totalnya masih lebih sedikit. Belum ada yang menyebar sampai permukaan medial paha. Terjadi pada usia 13 tahun.
- e. Tahap V – Jumlah dan jenisnya sudah seperti orang dewasa serta tersebar membentuk segitiga terbalik. Ada penyebaran di medial paha, tetapi tidak ada yang tumbuh lebih atas dari dasar segitiga terbalik tersebut. Terjadi pada usia 14-15 tahun.

Sagung Seto (2002:140) berpendapat bahwa pada wanita muda, tahap Tanner untuk perkembangan payudara adalah sebagai berikut:

- a. Tahap I (*Preadolescent*) – Hanya papilla yang meninggi di atas dinding dada. Dialami pada anak perempuan sebelum berusia 8 tahun.
- b. Tahap II – (*Breast Budding*) – Payudara dan papila menonjol sebagai gundukan kecil bersama dengan peningkatan diameter areolae. Tahap ini biasanya terjadi pada anak berumur 9 tahun sampai dengan 12 tahun dimana puting lebih menonjol dan payudara mulai terbentuk dan berukuran kecil. Pada tahap ini biasanya akan timbul sedikit rasa sakit didada tetapi ini dianggap normal

- c. Tahap III – Payudara dan areolae terus membesar, meskipun mereka tidak menunjukkan pemisahan kontur. Pada tahap ini payudara mulai membengkak dan lingkaran di sebelah puting yang akan melebar dan berwarna sedikit lebih gelap sedangkan puting berlahan-lahan akan membesar. Biasanya tahap ini terjadi di usia 12 sampai 14 tahun.
- d. Tahap IV – Aerola dan papila meninggi di atas bentuk payudara dan membentuk gundukan sekunder dengan pengembangan lebih lanjut jaringan payudara secara keseluruhan. Biasanya tahap ini terjadi di usia 13 sampai 15 tahun.
- e. Tahap V – Payudara wanita dewasa telah berkembang. Papila dapat membesar sedikit di atas kontur payudara sebagai akibat dari resesi aerolae. Tahap ini merupakan tahap terakhir dan bentuk payudara telah “penuh” dan “bulat”. Biasanya tahap ini terjadi di usia 15 sampai 19 tahun.

Pendapat para ahli di atas dapat dimaknai bahwa pada anak perempuan yang sudah mulai memasuki usia pubertas akan mengalami perubahan-perubahan secara fisik dan hormonal. Perubahan-perubahan yang terjadi digolongkan ke dalam ciri-ciri seks sekunder dan ciri seks primer. Pada ciri-ciri seks sekunder meliputi perubahan yang terjadi pada fisik dan dapat diamati. Ciri seks primer ditandai dengan terjadinya menstruasi yang pertama pada anak perempuan akibat terjadinya perubahan hormonal. Berdasarkan pemaparan tersebut dapat ditegaskan bahwa anak autisme

perempuan yang sudah memasuki usia pra pubertas mulai memiliki ciri-ciri seks sekunder dan akan mengalami menstruasi sebagai tanda mulainya masa pubertas.

2. Pengertian Menstruasi dan Tanda-tanda Menjelang Menstruasi

Setiap anak perempuan pada umumnya akan mengalami menstruasi. Hal tersebut juga terjadi pada anak autis perempuan. Menstruasi merupakan peristiwa alamiah dari perkembangan biologis pada setiap perempuan yang normal. Menstruasi dapat diartikan sebagai proses keluarnya darah dari rahim melalui vagina yang berlangsung selama beberapa hari dan terjadi secara periodik setiap bulannya. Proses keluarnya darah tersebut biasanya tidak sakit, namun ada beberapa perempuan yang merasakan sakit pada saat awal menstruasi.

Menurut I Gusti Ayu Tri Agustiana (2014:332) menstruasi adalah meluruhnya sel ovum matang yang tidak dibuahi bersamaan dengan dinding endometrium yang robek. Menurut Saktiyono (2004:27) menstruasi adalah pendarahan secara periodik dari rahim (uterus) dengan disertai meluruhnya endometrium (dinding rahim bagian dalam) melalui vagina (alat kelamin luar wanita). Menstruasi terjadi akibat adanya sel telur yang tidak dibuahi oleh sperma. Dari pendapat para ahli tersebut dapat dimaknai bahwa menstruasi terjadi karena tidak adanya pembuahan oleh sel sperma terhadap sel telur yang sudah matang, sehingga

mengakibatkan terjadinya pendarahan dari rahim dan keluar melalui vagina.

Eny Kusmiran (2013:105) berpendapat bahwa menstruasi merupakan pendarahan secara periodik sebagai bagian integral dari fungsional biologis wanita sepanjang siklus kehidupannya dari usia remaja sampai menopause. Dari pendapat ahli tersebut dapat dimaknai bahwa setiap perempuan yang sudah memasuki usia pubertas pada umumnya akan mengalami menstruasi. Menstruasi terjadi mulai dari usia pubertas sampai tidak lagi mendapatkan menstruasi di usia tua atau yang sering disebut dengan istilah menopause.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud dengan menstruasi adalah proses keluarnya darah dari rahim melalui vagina. Hal tersebut terjadi karena tidak terjadinya pembuahan, sehingga sel ovum yang matang akan meluruh bersama dinding rahim. Menstruasi akan terjadi dalam sepanjang kehidupan perempuan mulai dari usia pubertas sampai usia menopause. Semua perempuan pada umumnya mengalami menstruasi, termasuk juga pada anak autis perempuan.

Sebelum kedatangan tamu (menstruasi), biasanya ada beberapa tanda yang dialami perempuan. Mengetahui tanda-tanda menstruasi akan datang bisa membantu perempuan lebih siap. Tanda-tanda pada setiap perempuan yang akan mengalami menstruasi berbeda-beda, namun pada umumnya perempuan merasakan atau mengalami hal yang tidak biasa dialami setiap

harinya, hanya dialami pada waktu-waktu tertentu. Hal-hal tersebut dapat berupa perasaan yang lebih sensitif seperti mudah tersinggung atau marah, merasakan pegal-pegal di bagian pinggul, paha, atau badan, muncul jerawat di wajah dan keputihan.

Pernyataan di atas didukung oleh pendapat Andri Priyatna (2011:8-9) yang menyatakan bahwa anak perempuan akan mengalami simtom emosional dan simtom fisik menjelang datangnya menstruasi. Simtom emosional yang dimaksud berupa merasa kelelahan, tak bersemangat, marah, cemas, tidak sabaran, murung, dan merasa terganggu. Simtom fisik yang dimaksud meliputi: kram, sakit pada punggung, pinggul dan kaki, payudara terasa nyeri, timbul jerawat, mual, diare atau konstipasi, dan merasa lapar atau haus yang berlebih. Pendapat lain diungkapkan oleh Dewi Fita (2010:63) yang menyatakan bahwa sebelum kedatangan haid (menstruasi) perempuan lebih sensitif, sedih, cemas, kurang berkonsentrasi, pusing, tidak bisa tidur, dan payudara terasa keras. Pernyataan tersebut dapat dimaknai bahwa pada perempuan beberapa hari sebelum mengalami menstruasi akan merasakan ketidaknyamanan pada dirinya berupa perubahan pada emosi yang lebih sensitif, sakit pada kepala dan payudaranya.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditegaskan bahwa tanda-tanda menjelang menstruasi pada perempuan dapat berupa gangguan fisik dan emosional. Anak autis perempuan yang akan mengalami menstruasi kemungkinan besar juga akan mengalami tanda-tanda tersebut meskipun

hanya beberapa atau sebagian saja. Oleh karena itu, penting dikomunikasikan sejak dini kepada anak autis tentang tanda-tanda menjelang menstruasi supaya anak menjadi lebih siap.

C. Kajian Teori Keterampilan Pra Menstruasi

Anak autis perempuan yang sudah mulai memasuki usia pra pubertas perlu mendapatkan bimbingan keterampilan pra menstruasi secepatnya. Hal tersebut merupakan kebutuhan yang mendesak dan segera diperlukan anak dalam kehidupan sehari-hari. Orangtua dan guru harus segera menentukan sikap untuk memberika program keterampilan pra menstruasi kepada anak autis (Ngatini, 2011:38). Pendapat yang serupa juga dikemukakan oleh Sukinah & Endang Rochyadi (2010:162) bahwa orangtua dan guru sebaiknya mengajarkan anak autis cara memakai pantilener dan pembalut sedini mungkin dengan pembiasaan agar tidak risih ketika waktu menstruasi tiba. Hal tersebut bertujuan untuk membantu anak dapat mengurus dirinya sendiri pada saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang. Selain itu, dapat membuat anak menjadi terampil memasang pembalut pada celana dalam dengan benar dan mengganti pembalut yang sudah kotor secara rutin. Penggantian pembalut yang rutin akan membuat vagina terhindar dari infeksi bakteri yang dapat menyebabkan penyakit. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Saktiyono (2004:28) yang menyatakan bahwa perempuan yang sedang menstruasi harus menjaga kebersihan diri, yaitu harus mengganti pembalut paling sedikit sekali setiap empat atau lima jam. Pada malam hari, setiap delapan jam harus

mengganti pembalut. Hal tersebut untuk mencegah kemungkinan terjadinya infeksi pada alat kelamin.

Berdasarkan pada GBPP 1994, Depdiknas (2001: 21) materi latihan yang diberikan kepada anak yang akan mengalami menstruasi, yaitu: a) memilih pembalut yang baik, b) memasang pembalut dengan benar, c) menggunakan pembalut dengan benar, d) mengganti pembalut secara teratur. Materi tersebut kemudian dikaji lebih lanjut sebagai berikut:

a. Memilih pembalut yang baik

1. Pembalut harus terbuat dari bahan yang lembut.
2. Pembalut harus dapat menyerap darah dengan cepat dan tidak menimbulkan *kebocoran*.
3. Pembalut yang tidak mengandung bahan yang dapat menyebabkan alergi (seperti: parfum, gel).
4. Pembalut harus yang dapat melekat dengan baik pada celana dalam dan diutamakan yang memiliki sayap, supaya pembalut tidak bergeser atau terjatuh dari celana dalam pada saat penggunaanya beraktivitas.
5. Pembalut yang akan digunakan adalah pembalut yang masih terbungkus dalam pembungkusannya sehingga masih higienis.

b. Memasang pembalut dengan benar

1. Mengambil celana dalam yang bersih dan menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut.
2. Mengambil pembalut yang masih terbungkus, membuka pembungkusannya, dan mengambil pembalut.

3. Melepas dan membuang kertas perekat pembalut yang terdapat pada bagian bawah dan sayap pembalut.
 4. Merekatkan pembalut pada celana dalam di bagian bawah sisi dalam pada celana dalam dengan benar. Apabila pembalut memiliki sayap juga harus direkatkan dengan benar pada celana dalam supaya posisi pembalut tidak geser pada saat digunakan untuk beraktivitas.
- c. Menggunakan pembalut
1. Melepas celana dalam yang dipakai.
 2. Membersihkan vagina (cebok) dengan benar.
 3. Menggunakan celana dalam yang sudah dipasangi pembalut dengan benar.
- d. Mengganti pembalut secara teratur.

Mengganti pembalut dilakukan setiap 4-5 jam sekali atau ketika merasa pembalut sudah penuh dengan darah. Langkah-langkahnya sebagai berikut:

1. Melepas pembalut yang sudah kotor darah dari celana dalam.
2. Mencuci pembalut sampai kotoran darah hilang.
3. Pembalut yang sudah dicuci bersih kemudian digulung atau diperas dan dimasukkan ke dalam kantong plastik warna hitam atau warna gelap.
4. Kantong plastik yang berisi gulungan pembalut kemudian diikat supaya pada saat dibuang tidak tercecer atau terjatuh.
5. Membuang pembalut yang sudah dibungkus kantong plastik ke tempat sampah.

6. Mencuci tangan menggunakan sabun dan membilasnya dengan air sampai bersih.
7. Mengelap tangan menggunakan handuk sampai kering.
8. Mengganti pembalut dengan yang baru dan masih terbungkus.
Pemasangan pembalut sama seperti langkah-langkah awal yang sudah dijelaskan sebelumnya yaitu dimulai dari mengambil dan menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut, mengambil pembalut yang masih terbungkus, membuka bungkusnya, mengambil pembalut, membuang kertas pekatnya, dan menempelkan pembalut di celana dalam dengan benar kemudian memakai celana dalam yang sudah dipasang pembalut. Pada saat mandi dan sebelum tidur sebaiknya juga mengganti celana dalam dan pembalut untuk menjaga kesehatan vagina dari infeksi bakteri dan virus.

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh pendidik sebelum melatih keterampilan pra menstruasi kepada anak autis. Menurut Ngatini (2011:34) hal-hal tersebut diantaranya adalah pendidik harus menggunakan kata-kata yang sederhana, latihan harus dilakukan dengan disiplin, memberi pujian kepada anak ketika anak dapat melakukan tugasnya, latihan dilakukan tahap demi tahap, dan adanya fleksibilitas. Pendapat ahli tersebut selanjutnya dapat dikaji sebagai berikut:

- a. Pendidik dalam memberikan penjelasan dan arahan dalam latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan kata-kata yang sederhana, tidak terlalu panjang, langsung ke poin yang akan disampaikan. Hal

tersebut dilakukan supaya anak autis dapat dengan mudah memahami materi latihan yang disampaikan pendidik.

- b. Disipin. Latihan keterampilan pra menstruasi dilakukan dengan jadwal yang telah ditentukan secara kontinyu dan sistematis. Latihan dimulai dari tahap pertama hingga terakhir secara berurutan tanpa ada bagian yang terlewatkan. Harapannya anak autis akan mampu memiliki kebiasaan yang baik dari latihan yang dilakukan secara rutin dan runtut.
- c. Ada *reward*. *Reward* dapat berupa pujian ataupun hal lain yang mampu membuat anak autis semakin termotivasi dan bersemangat melakukan latihan. Guru perlu memberikan *reward* seusai anak menyelesaikan tugasnya dengan baik. Guru perlu memberikan imbalan atau hadiah berupa makanan, benda-benda atau pujian agar anak dapat melakukan aktivitas dengan baik dan selalu melaksanakan kegiatan (Ngatini, 2011: 38). Imbalan yang dimaksud tentunya adalah hal yang disukai anak dan mampu memotivasi anak.
- d. Latihan dilakukan tahap demi tahap. Latihan keterampilan pra menstruasi dilatihkan dari tahap awal terlebih dahulu yaitu tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut, kemudian tahap menggunakan pembalut dan terakhir tahap setelah menggunakan pembalut. Langkah-langkah latihan dirinci lagi pada setiap tahapnya secara sistematis, sehingga akan memudahkan bagi anak autis untuk menguasainya.

- e. **Fleksibilitas.** Hal yang dimaksud adalah dalam melakukan latihan tidak adanya kekakuan yang dapat membuat anak autis menjadi tegang dan tertekan. Guru harus mampu menyesuaikan dengan kondisi anak, seperti keadaan suasana hati pada saat latihan dan beberapa faktor lain yang mungkin dapat mempengaruhi jalannya latihan. Guru dapat memberikan jeda istirahat apabila anak terlihat kelelahan atau bosan, atau dengan mengajaknya bermain, mendengarkan musik walau hanya sebentar untuk melepaskan penat.

Selain beberapa hal yang telah disebutkan di atas dalam mengajarkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis guru harus memperhatikan prinsip khusus. Prinsip khusus yang dimaksud adalah prinsip belajar sambil bekerja. Guru perlu memberikan kesempatan kepada anak autis untuk melakukan kegiatan nyata yang melibatkan fisik dan pikirannya yaitu dengan melakukan praktek dalam aktivitas latihan keterampilan. Dengan banyak mengalami biasanya hal yang diajarkan akan mudah diingat oleh anak autis (Yoswan Azwandi, 2007:71). Oleh karena itu, keterampilan pra menstruasi diajarkan oleh guru dengan memberi kesempatan kepada anak autis untuk melakukan praktek langsung melakukan aktivitas keterampilan.

Media yang digunakan dalam mengajarkan keterampilan pra menstruasi menggunakan benda nyata. Benda nyata tersebut meliputi celana dalam, pembalut, plastik, ember, handuk, sabun, dan tempat sampah yang semuanya adalah asli. Media tersebut akan membantu kelancaran proses pemberian latihan keterampilan pra menstruasi dan membantu

pembentukan konsep pengertian secara kongkrit bagi anak autis. Pola pikir anak autis pada umumnya adalah pola pikir kongkrit, sehingga proses latihan juga harus menggunakan sarana prasarana yang kongkrit (Yoswan Azwandi, 2005:157).

D. Kajian Teori Metode Latihan

1. Pengertian Metode Latihan

Metode latihan merupakan salah satu metode yang biasa digunakan oleh guru untuk mengajarkan keterampilan tertentu kepada siswa. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Syaiful Bahri Djamarah & Aswan Zain (2002:108) yang menyatakan bahwa metode latihan merupakan suatu cara mengajar untuk menanamkan suatu kebiasaan atau keterampilan tertentu oleh guru kepada siswa. Pendapat ahli tersebut memiliki makna bahwa guru dapat menggunakan metode latihan untuk melatih suatu keterampilan kepada siswa dengan harapan siswa dapat terampil dan menguasai keterampilan yang dilatihkan.

Menurut Syaiful Sagala (2006:217) metode latihan merupakan suatu cara mengajar yang dapat digunakan untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan, ketepatan, ketangkasan, dan keterampilan tertentu. Metode latihan dapat untuk mengembangkan kemampuan motorik pada siswa untuk dapat terampil. Menurut Suwarna (2006:111) metode latihan sering juga disebut dengan metode *drill* yang merupakan cara mengajar dengan memberikan latihan secara nyata dan berulang-ulang mengenai

keterampilan tertentu yang akan diajarkan sehingga anak menjadi terampil dalam melakukan keterampilan tersebut. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat diartikan bahwa guru di dalam menanamkan kebiasaan atau keterampilan tertentu kepada siswa dapat dilakukan dengan memberikan latihan yang diulang-ulang supaya siswa memiliki peningkatan kemampuan dalam menguasai keterampilan atau kebiasaan tertentu yang diajarkan. Dalam hal ini sebagai contoh keterampilan memasang pembalut di celana dalam yang dilakukan dengan latihan berulang-ulang sampai keterampilan subyek mengalami peningkatan.

Berdasarkan pemikiran para ahli di atas dapat ditegaskan bahwa yang dimaksud dengan metode latihan adalah cara mengajar yang dapat digunakan oleh guru untuk menanamkan suatu kebiasaan atau keterampilan tertentu kepada siswa. Proses yang dilakukan adalah dengan melakukan latihan yang diulang-ulang pada setiap bagian maupun keseluruhan dari keterampilan yang diajarkan. Harapan dari penggunaan metode latihan di dalam menanamkan keterampilan tertentu adalah siswa akan menjadi terampil dan mampu menguasai keterampilan yang dipelajarinya. Metode latihan dapat digunakan sebagai metode untuk melatih keterampilan pra menstruasi pada subyek dalam mempersiapkan datangnya menstruasi.

2. Tujuan Metode Latihan

Tujuan metode latihan pada umumnya memberikan bekal keterampilan, ketangkasan, atau kecakapan dari hal yang dipelajari siswa.

Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Abdul Majid (2014:171) yang menyatakan bahwa metode latihan digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari hal yang dipelajari. Pendapat ahli tersebut memiliki makna bahwa metode latihan dapat digunakan oleh guru untuk mengajarkan keterampilan tertentu yang dapat memberikan bekal dan bermanfaat bagi kehidupan siswanya.

Menurut Eveline Siregar dan Hartini Nara (2011: 81), metode latihan bertujuan untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Pendapat lain dikemukakan oleh Roestiyah N.K. (2001:125) bahwa metode latihan memiliki tujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa, mengembangkan kecakapan dalam berpikir dan mengembangkan kemampuan beranalisa pada siswa. Pendapat ahli tersebut dapat dimaknai bahwa metode latihan dapat digunakan untuk melatih siswa untuk memiliki suatu kebiasaan tertentu yang dapat memberikan manfaat dalam kehidupannya, salah satunya adalah keterampilan pra menstruasi untuk anak autis.

Berdasarkan pemikiran para ahli di atas dapat ditegaskan bahwa metode latihan memiliki tujuan untuk menanamkan keterampilan tertentu kepada siswa agar siswa dapat terampil pada bidang keterampilan yang dipelajarinya. Siswa yang terampil pada bidang yang dipelajarinya dapat menggunakan keterampilannya tersebut dalam kehidupan sehari-hari apabila dibutuhkan. Hal yang sama juga dapat berlaku bagi anak autis perempuan yang berlatih keterampilan pra menstruasi. Apabila anak autis

perempuan dapat memiliki keterampilan pra menstruasi, tentunya akan bermanfaat bagi kehidupannya di masa yang akan datang apabila sudah mengalami menstruasi. Latihan keterampilan tersebut dapat membantu anak autis menjadi mandiri dalam mengurus dirinya sendiri tanpa harus bergantung dengan bantuan orang lain.

3. Kelebihan dan Kekurangan Metode Latihan

Setiap metode yang digunakan untuk menanamkan kebiasaan tertentu memiliki kelebihan dan kekurangan dalam pelaksanaannya, termasuk pada metode latihan. Adanya kelebihan yang dimiliki metode latihan diharapkan dapat mewujudkan tujuan dari diadakannya latihan terhadap suatu keterampilan tertentu.

Menurut pendapat Syaiful Bahri Djamarah (2005:242) metode latihan memiliki beberapa kelebihan diantaranya yaitu: dapat digunakan untuk melatih meningkatkan kemampuan motorik siswa, meningkatkan kecakapan mental, menanamkan suatu keterampilan atau kebiasaan tertentu dengan melakukan aktivitas yang nyata, serta melatih kecepatan dan ketepatan dalam suatu pelaksanaan. Pendapat lain dikemukakan oleh Haryanto (2003:42) metode latihan memiliki kelebihan yaitu: peserta didik memperoleh ketangkasan dan kemahiran, guru lebih mudah mengontrol dan membedakan. Sisi kekurangan atau kelemahan dari metode latihan diungkapkan oleh Moh. Sholeh Hamid (2011:217) bahwa penggunaan metode latihan dapat menghambat kekreativitasan siswa dalam mengembangkan daya imajinasinya, menghasilkan kebiasaan yang

bersifat statis, dan dapat menyebabkan kebosanan pada siswa karena latihan yang dilakukan monoton.

Pendapat para ahli di atas selanjutnya dikaji lebih lanjut sebagai berikut:

a. Kelebihan metode latihan

1. Siswa dapat memperoleh kecakapan motoris, seperti menggunakan alat-alat, merangkai alat, menulis, melaksanakan gerak dalam olahraga.
2. Siswa dapat memperoleh kecakapan mental, seperti mengalikan, menjumlahkan, mengurangi, membagi, dan mengenal benda atau bentuk dalam pelajaran matematika, tanda baca dan sebagainya.
3. Siswa dapat membentuk kebiasaan dan menanamkan ketepatan atau kecepatan dalam pelaksanaan suatu aktivitas tertentu, sehingga siswa akan terampil pada bidang yang dipelajarinya.
4. Siswa memperoleh ketangkasan dan kemahiran dalam melakukan sesuatu sesuai keterampilan yang dipelajarinya, yang dapat dijadikan sebagai bekal kehidupan di masa yang akan datang.
5. Guru lebih mudah mengontrol dan membedakan peserta didik yang disiplin dalam belajarnya dan yang kurang, dengan memperhatikan tindakan dan perbuatan peserta didik saat berlangsungnya proses latihan.

b. Kekurangan metode latihan

1. Metode latihan dapat menghambat bakat dan inisiatif siswa, karena siswa lebih banyak dibawa pada penyesuaian. Dalam latihan sering terjadi cara-cara atau gerak yang tidak bisa berubah, karena merupakan cara yang telah dibakukan. Siswa tidak diperbolehkan menggunakan cara lain atau gerakan lain menurut pemikirannya sendiri, karena siswa harus mengikuti cara atau gerakan yang sudah ditentukan oleh guru.
2. Menimbulkan penyesuaian secara statis pada lingkungan. Hal tersebut terjadi karena suatu latihan yang dijalankan dengan cara tertentu dan tidak boleh diubah mengakibatkan keterampilan yang diperoleh siswa pada umumnya juga menetap atau pasti. Sehingga bila situasi berubah siswa dapat mengalami kesukaran dalam menyesuaikan diri untuk mengatasi keadaan yang lain itu.
3. Latihan yang berulang-ulang dan monoton dapat membuat siswa bosan.

Berdasarkan pemaparan kelebihan dan kekurangan metode latihan di atas dapat ditegaskan bahwa metode latihan mempunyai banyak kelebihan maupun kekurangan. Kelebihan metode latihan dapat membuat anak lebih tangkas dan terampil pada bidang keterampilan yang dipelajarinya, sedangkan kelemahannya adalah dapat membuat siswa menjadi bosan dengan latihan yang diulang-ulang dan monoton. Kelemahan metode latihan tersebut dapat diatasi dengan melaksanakan proses latihan dengan

suasana yang menyenangkan dengan waktu latihan yang relatif singkat namun sering-sering dilakukan, sehingga dapat meminimalisir timbulnya rasa jenuh atau bosan pada siswa.

4. Prinsip dan Petunjuk Menggunakan Metode Latihan

Pemberian bimbingan keterampilan menggunakan metode latihan perlu memperhatikan prinsip dan petunjuk terlebih dahulu supaya tujuan yang sudah ditetapkan dapat tercapai. Prinsip dan petunjuk tersebut diantaranya meliputi: guru harus memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada siswa mengenai tujuan, manfaat, langkah-langkah, dan peralatan yang akan digunakan dalam proses latihan, disarankan menggunakan waktu yang singkat, mendahulukan hal-hal yang penting serta proses disesuaikan dengan kemampuan siswa. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Abdul Majid (2013:214) yang menyatakan bahwa prinsip dan petunjuk menggunakan metode latihan meliputi: siswa diberikan pengertian terlebih dahulu oleh guru sebelum dilaksanakan latihan tertentu, latihan yang pertama kali bersifat diagnosis dan akan diberikan perbaikan untuk dapat mencapai tujuan yang ditargetkan, waktu pelaksanaan latihan tidak perlu lama asalkan sering dilaksanakan, latihan disesuaikan dengan taraf kemampuan siswa yang akan dilatih, dan proses latihan mendahulukan hal-hal yang bersifat inti atau pokok sehingga hal-hal yang kurang penting dikesampingkan terlebih dahulu.

Pendapat lain dikemukakan oleh Suwarna (2006:111) yang menyatakan bahwa metode latihan memiliki prinsip-prinsip sebagai

berikut: tujuan latihan atau pemberian tindakan perlu dijelaskan kepada siswa terlebih dahulu, pendidik atau guru perlu menjelaskan langkah-langkah yang akan dilakukan, waktu pelaksanaan menyesuaikan dengan kemampuan siswa, perlu adanya selingan atau jeda istirahat agar siswa tidak merasa bosan, dan guru segera memberikan koreksi apabila ada kesalahan.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat dimaknai bahwa metode latihan memiliki prinsip sebagai berikut:

1. Sebelum memulai pelaksanaan suatu latihan keterampilan tertentu, guru harus menjelaskan terlebih dahulu kepada siswa mengenai tujuan dan manfaat diadakannya latihan, alat-alat yang akan digunakan, dan langkah-langkah dari latihan yang akan dilakukan.
2. Guru memberikan contoh dalam proses latihan yang dilakukan kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk melaksanakan sendiri dan guru segera memberikan koreksi atau bimbingan apabila siswa masih mengalami kesalahan.
3. Waktu pelaksanaan latihan tidak harus lama, namun yang penting dilakukan dengan rutin dan konsisten agar tujuan yang ingin dicapai dapat terwujud. Hal ini juga untuk menghindarkan siswa dari rasa jenuh atau bosan terhadap latihan yang sedang dilakukannya.
4. Latihan yang dilakukan disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan siswa. Guru harus mampu melihat karakteristik siswa yang akan

dilatihnya agar latihan yang diberikan dapat memberikan manfaat bagi siswa yang bersangkutan.

Menurut Roestiyah N.K. (2001:127-128) ada beberapa prinsip lain yang belum disebutkan oleh para ahli sebelumnya yang harus diperhatikan oleh guru dalam pelaksanaan tindakan atau latihan menggunakan metode latihan, yaitu meliputi: latihan digunakan hanya untuk tindakan yang dilakukan tanpa menggunakan pertimbangan atau analisa yang mendalam, guru mengajarkan ketepatan dan kecepatan kepada siswa dalam melaksanakan suatu keterampilan tertentu, dan guru mengarahkan siswa untuk tetap fokus melakukan latihan pada bagian yang penting dan utama. Pendapat Roestiyah tersebut selanjutnya dapat dimaknai sebagai berikut :

1. Latihan yang diberikan oleh guru kepada siswa hendaknya latihan yang bersifat otomatis, tidak memerlukan pemikiran atau analisa yang mendalam dalam melakukannya. Latihan ini dapat berupa tindakan yang dapat langsung dipraktekkan tanpa banyak pertimbangan lagi.
2. Proses pelaksanaan latihan dilaksanakan oleh guru dengan mengajarkan kecepatan dan ketepatan kepada siswa agar siswa benar-benar terampil pada bidang keterampilan yang dipelajarinya, sehingga dapat dijadikan bekal hidupnya di masa yang akan datang.
3. Saat pemberian latihan hendaknya guru tetap membimbing siswa untuk tetap fokus pada inti atau bagian pokok dari keterampilan yang sedang dipelajarinya. Hal tersebut untuk menghindarkan siswa melakukan hal-

hal yang tidak penting dan keluar dari bagian inti latihan yang dapat mengubah tujuan dari diadakannya latihan.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditegaskan bahwa prinsip-prinsip dari metode latihan meliputi : a) adanya penjelasan terlebih dahulu dari guru kepada siswa mengenai latihan yang akan dilakukan. b) Guru memberikan bimbingan dan koreksi kepada siswa. c) Waktu pelaksanaan latihan tidak harus lama, yang penting sering dilakukan. d) Guru mengajarkan ketepatan dan kecepatan pada keterampilan yang dipelajari. e) Latihan yang diberikan guru harus sesuai dengan taraf kemampuan siswa. f) Guru membimbing siswa untuk tetap fokus melakukan latihan pada bagian inti atau pokok.

Sebelum dan selama pelaksanaan tindakan latihan menggunakan metode latihan menurut Oemar Hamalik (2009:194) harus memperhatikan hal-hal berikut ini: sebelum pelaksanaan tindakan guru membuat jadwal latihan terlebih dahulu, merinci langkah-langkah yang akan dilakukan, mempersiapkan peralatan yang digunakan, memilih dan mempersiapkan tempat untuk latihan, sedangkan selama pemberian latihan guru harus menghadapkan anak langsung pada peralatan yang akan digunakan, guru memberikan penjelasan dan contoh, guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk mencoba, pada bagian akhir guru melakukan evaluasi dan tindak lanjut. Berdasarkan pendapat ahli tersebut, selanjutnya dapat dimaknai sebagai berikut :

- a. Tahap persiapan. Guru akan menentukan jadwal latihan, menentukan tempat latihan, dan menyiapkan peralatan yang akan digunakan.
- b. Guru menghadapkan anak langsung pada peralatan yang akan digunakan. Dalam penelitian ini guru mengenalkan terlebih dahulu peralatan yang akan digunakan seperti pembalut, celana dalam, kantong plastik hitam, ember, air, gayung, sabun, dan handuk.
- c. Tahap penjelasan dan pemberian contoh. Guru menjelaskan dan melatih cara membuka bungkus pembalut, melepas perekatnya, memasang pembalut di celana dalam, melepas pembalut dari celana dalam, mencuci pembalut, memeras dan memasukan pembalut di kantong plastik hitam, membuang ke tempat sampah dan mencuci tangan.
- d. Guru memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan keterampilan yang sedang dipelajarinya. Awalnya guru memberikan bimbingan penuh, makin lama bimbingan atau bantuan dikurangi sampai anak benar-benar mampu melakukannya dengan mandiri.
- e. Evaluasi dan tindak lanjut. Guru mengadakan pengecekan terhadap hasil dari latihan yang sudah dilakukan sebelumnya dengan melakukan evaluasi. Hal tersebut dimaksudkan untuk mengetahui peningkatan kemampuan yang dimiliki anak setelah diberikan latihan. Selanjutnya diberikan tindak lanjut sesuai dengan hasil evaluasi dan kebutuhan siswa.

E. Kajian Teori Behaviorisme Skinner

Pendekatan behavior memiliki tujuan untuk menghilangkan tingkah laku yang salah dan membentuk tingkah laku baru (Sigit Sanyata, 2012:5). Sukmadinata (2005:168) berpendapat bahwa ada beberapa ciri-ciri dari teori behavior, yaitu mengutamakan unsur-unsur atau bagian-bagian kecil, bersifat mekanistik, menekankan peranan lingkungan, mementingkan pembentukan reaksi atau respons, dan menekankan pentingnya latihan.

Salah satu tokoh dalam teori behaviorisme adalah B.F. Skinner. Menurut Skinner hubungan antara stimulus dan respon yang terjadi melalui interaksi dengan lingkungannya, yang kemudian menimbulkan perubahan tingkah laku. Respon yang diberikan memiliki konsekuensi-konsekuensi. Konsekuensi-konsekuensi inilah yang nantinya mempengaruhi munculnya perilaku (Slavin, 2008:23). Teori behaviorisme Skinner memiliki beberapa prinsip, diantaranya yaitu adalah:

- a. Hasil belajar harus segera diberitahukan kepada siswa, jika salah dibetulkan, jika benar diberi penguat.
- b. Proses belajar harus mengikuti irama dari yang belajar.
- c. Dalam proses pembelajaran, lebih dipentingkan aktivitas sendiri.
- d. Dalam proses pembelajaran, tidak digunakan hukuman, lingkungan perlu diubah, untuk menghindari adanya hukuman.
- e. Tingkah laku yang diinginkan pendidik, diberi hadiah atau penghargaan.
- f. Dalam pembelajaran, digunakan shaping.

(Rini Andriani, membumikanpendidikan.com)

Berdasarkan percobaan yang dilakukan terhadap tikus yang dimasukan di dalam box, Skinner mengatakan bahwa unsur terpenting dalam belajar adalah penguatan. Pengetahuan atau kebiasaan yang terbentuk melalui ikatan stimulus respons akan semakin kuat bila diberi penguatan. Skinner mengelompokan penguatan menjadi dua yaitu penguatan yang bersifat positif dan penguatan yang bersifat negatif. Bentuk-bentuk penguatan positif yaitu berupa hadiah (makanan yang disukai, permen, kado, atau benda-benda yang disukai), perilaku (senyum, menganggukkan kepala untuk menyetujui, tepuk tangan, mengacungkan jempol) atau penghargaan (nilai 100). Bentuk penguatan negatif yaitu dapat berupa menunda atau tidak memberikan penghargaan, memberikan tugas tambahan atau menunjukkan perilaku atau ekspresi wajah yang tidak senang seperti menggelengkan kepala, kening berkerut, muka kecewa (Fadillah, 2012:20).

Berdasarkan uraian di atas dapat dimaknai bahwa dalam penelitian ini pemberian penguatan dapat digunakan untuk mendukung keberhasilan latihan keterampilan pra menstruasi untuk anak autis. Guru akan memberikan *reinforcement* kepada anak autis dalam pemberian tindakan. Tujuannya adalah supaya anak autis termotivasi dan bersemangat untuk mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi dengan memberikan respon yang benar. Dengan begitu, anak autis akan lebih mudah menguasai keterampilan yang diajarkan oleh guru sehingga kemampuannya dapat meningkat.

F. Evaluasi Latihan Keterampilan Pra Menstruasi

Menurut Haryanto (2007: 6) evaluasi merupakan kegiatan menilai yang dilakukan setelah pemberian tindakan yang dilakukan guru kepada siswa. Zainal Arifin (2013:15) berpendapat bahwa tujuan penilaian hasil belajar diantaranya adalah untuk mengetahui tingkat penguasaan siswa terhadap materi yang telah diberikan oleh guru, untuk mengetahui tingkat kemajuan dan kesesuaian hasil belajar siswa dengan tujuan yang telah ditetapkan. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat dimaknai bahwa evaluasi merupakan kegiatan menilai pekerjaan siswa untuk mengetahui hasil belajar siswa dalam menguasai suatu materi yang sebelumnya sudah diajarkan dan ditetapkan tujuan yang akan dicapainya.

Penilaian terhadap kemampuan peserta didik dapat dilakukan dengan melakukan tes. Menurut Eko Putro Widoyoko (2009: 45) tes merupakan salah satu alat untuk melakukan pengukuran, yaitu alat untuk mengumpulkan informasi karakteristik obyek yang berupa kecakapan peserta didik, minat, motivasi dan sebagainya. Pernyataan tersebut mempunyai makna bahwa tes merupakan salah satu alat yang dapat digunakan untuk mengetahui tingkat kecakapan atau kemampuan peserta didik terhadap suatu keterampilan atau materi yang sudah diajarkan oleh guru. Dalam penelitian ini materi yang diajarkan oleh guru kepada anak autis adalah keterampilan pra menstruasi, sehingga tes yang dilakukan adalah untuk mengetahui tingkat penguasaan subyek terhadap keterampilan tersebut.

Salah satu dari jenis tes adalah tes perbuatan atau tes unjuk kerja. Menurut Zainal Arifin (2013:149) tes perbuatan adalah tes yang menuntut jawaban peserta didik dalam bentuk perilaku, tindakan, atau perbuatan. Menurut Suharsimi Arikunto (2012:242) yang dimaksud dengan tes perbuatan atau tes unjuk kerja adalah kegiatan siswa dalam melakukan tugas tertentu. Pendapat yang serupa dikemukakan oleh A. Muri Yusuf (2015:298) yang menyatakan bahwa tes perbuatan merupakan suatu jenis tes, dimana peserta didik diminta untuk melakukan sesuatu, dengan meminimalisir penggunaan bahasa. Pernyataan para ahli tersebut dapat dimaknai bahwa untuk mengukur kemampuan peserta didik guru dapat menggunakan tes perbuatan dengan meminta peserta didik bertindak sesuai yang diperintahkan dan ditanyakan oleh guru. Selanjutnya peserta didik kemudian melakukan praktik atau suatu perbuatan yang merupakan respon dari perintah guru. Hasil dari perbuatan siswa kemudian dicatat hasilnya menggunakan instrumen tes unjuk kerja. Dalam penelitian ini, peneliti yang mengobservasi penampilan siswa dan mencatat hasilnya. Tes unjuk kerja dapat digunakan untuk menilai kualitas suatu pekerjaan yang telah selesai dikerjakan oleh peserta didik, termasuk keterampilan, ketepatan dan kecepatan di dalam menyelesaikan suatu pekerjaan.

Sebagai suatu alat evaluasi, tes unjuk kerja atau tes perbuatan memiliki kegunaan. Kegunaan tes tersebut diantaranya meliputi: dapat digunakan untuk melihat perbandingan dari hasil belajar siswa antara sebelum diberikan bimbingan dengan sesudah diberikan bimbingan, dapat digunakan untuk

menilai hasil dari keterampilan tertentu dan dapat digunakan sebagai acuan dalam menilai kemajuan siswa. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat A. Muri Yusuf (2015:301) yang menyatakan bahwa tes unjuk kerja memiliki kegunaan diantaranya adalah untuk memprediksi keberhasilan dilaksanakannya suatu latihan terhadap keterampilan tertentu, untuk menilai keterampilan dan kualitas produk yang dihasilkannya dan untuk menentukan kriteria dalam menilai kemajuan siswa. Pendapat ahli di atas selanjutnya dapat dikaji sebagai berikut:

- a. Tes unjuk kerja dapat digunakan sebagai penentuan tingkat keberhasilan siswa dalam menguasai keterampilan yang diajarkan. Dalam penelitian ini untuk mengetahui tingkat penguasaan keterampilan pra menstruasi anak autis yang sudah diajarkan dengan menggunakan metode latihan oleh guru.
- b. Tes unjuk kerja untuk mengetahui hasil dari keterampilan yang dilakukan peserta didik. Dalam penelitian ini yang dinilai adalah hasil dari keterampilan persiapan sebelum menggunakan pembalut, saat menggunakan pembalut, dan setelah menggunakan pembalut.
- c. Tes unjuk kerja digunakan untuk menentukan kriteria atau patokan oleh guru dalam menilai kemampuan siswa terhadap keterampilan yang dimilikinya.

Evaluasi yang digunakan untuk mengukur keberhasilan latihan keterampilan pra menstruasi adalah dengan evaluasi proses. Menurut Yoswan Azwandi (2005:157) evaluasi proses dilakukan secara seketika pada saat

proses kegiatan berlangsung dengan cara meluruskan atau membetulkan perilaku menyimpang. Evaluasi dalam penelitian ini dilaksanakan pada akhir pertemuan di setiap siklus yang dilaksanakan. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan alat evaluasi berupa tes unjuk kerja.

G. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Ratna Kartika Dewi tahun 2015 dengan judul “Peningkatan Kemampuan Mengelola Menstruasi Melalui Metode Latihan Pada Siswi Autistik Kelas VI Di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta”. Hasil dari penelitian terdahulu menunjukkan adanya peningkatan kemampuan mengelola menstruasi pada subyek dengan menggunakan metode latihan. Pencapaian peningkatan tersebut terjadi selama dua siklus dengan rincian kemampuan awal memperoleh skor 48, pada siklus I memperoleh skor 62, dan meningkat sebesar 12% setelah diberikan latihan dengan skor 70 pada siklus II. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa penerapan metode latihan dapat meningkatkan kemampuan mengelola menstruasi pada siswi autis di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta. Oleh karena itu, dalam penelitian ini penulis menentukan menggunakan metode latihan untuk meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

Penelitian yang dilakukan ini dengan penelitian terdahulu memiliki beberapa perbedaan. Perbedaan tersebut diantaranya terletak pada lokasi penelitian, subyek penelitian, latar belakang permasalahan, lingkungan lokasi penelitian, sifat dari tujuan dilakukannya penelitian dan hasil penelitian.

Penelitian ini dilakukan di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta yang merupakan sekolah inklusi sedangkan penelitian terdahulu dilakukan di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta yang merupakan sekolah khusus anak autis. Subyek penelitian dalam penelitian ini adalah anak autis berusia 11 tahun SD yang belum mengalami menstruasi, sedangkan subyek penelitian pada penelitian terdahulu adalah siswi autis berusia 15 tahun kelas VI SDLB yang sudah mengalami menstruasi. Penelitian ini berangkat dari latar belakang adanya permasalahan di lapangan yaitu subyek belum memiliki keterampilan pra menstruasi yang baik dan latihan keterampilan pra menstruasi belum pernah diberikan oleh guru dengan metode yang sesuai, sedangkan latar belakang permasalahan dari penelitian terdahulu adalah siswi autis sudah pernah mendapatkan pengajaran keterampilan mengurus diri saat menstruasi, namun hasilnya belum optimal. Subyek pada penelitian terdahulu masih menggunakan pembalut dengan posisi kurang tepat sehingga darah menstruasi mengotori celana. Lingkungan lokasi penelitian pada penelitian ini bersifat heterogen sedangkan pada penelitian terdahulu lingkungan lokasi penelitian bersifat homogen karena dilakukan di sekolah khusus autis. Sifat dari tujuan dilakukan penelitian pada penelitian ini adalah sebagai pencegahan pada subyek dari terjadinya *kebocoran* yang mungkin bisa terjadi di sekolah dan menghindarkan subyek dari ketergantungan terhadap bantuan dari orangtua atau guru pada saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang, sedangkan pada penelitian terdahulu sifatnya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil belajar subyek dalam mengurus diri saat menstruasi

sehingga harapannya tidak lagi terjadi *kebocoran* akibat kurang tepatnya subyek dalam memasang pembalut pada celana dalam. Hasil dari penelitian ini terjadinya peningkatan keterampilan pra menstruasi sebesar 16% pada siklus I dan meningkat sebesar 18,67% pada siklus II, sedangkan pada penelitian terdahulu peningkatan yang terjadi sebesar sebesar 14% pada siklus I dan 12% pada siklus II.

H. Kerangka Pikir

Anak autis mengalami gangguan perkembangan pada tiga aspek perkembangannya yang meliputi aspek komunikasi, interaksi sosial, dan perilaku. Perkembangan biologis pada anak autis tidak mengalami hambatan. Anak autis perempuan juga akan mengalami menstruasi seperti anak perempuan normal pada umumnya. Adanya hambatan pada ketiga aspek perkembangan anak autis menyebabkan anak autis kurang dapat mandiri dalam mengurus diri pada saat mengalami menstruasi.

Permasalahan yang ada di lapangan menunjukkan bahwa ada seorang anak autis berusia 11 tahun yang belum mengalami menstruasi masih memiliki keterampilan pra menstruasi yang rendah. Bimbingan keterampilan pra menstruasi juga belum pernah diberikan oleh guru kepada anak autis di sekolah dengan metode yang sesuai. Keterampilan pra menstruasi akan lebih mudah dikuasai oleh anak normal namun hal tersebut tidak mudah dikuasai oleh anak autis. Oleh karena itu, bimbingan keterampilan pra menstruasi penting

diberikan kepada anak autis sesegera mungkin terutama pada anak yang sudah mulai memasuki usia pra pubertas.

Keterampilan pra menstruasi pada anak autis dapat diajarkan oleh guru menggunakan metode latihan. Metode latihan merupakan metode yang biasa digunakan untuk menanamkan keterampilan tertentu oleh guru kepada peserta didik. Hal tersebut didukung karena metode latihan memiliki kelebihan yaitu dengan melaksanakan latihan secara nyata dan berulang-ulang sehingga dapat membuat anak autis menjadi terampil dalam melakukan keterampilan pra menstruasi. Metode latihan memberikan kesempatan kepada anak autis untuk melakukan langsung keterampilan yang diajarkan menggunakan peralatan yang nyata sehingga memberikan pengalaman nyata dan membantu anak untuk tidak mudah lupa. Hal tersebut sesuai dengan pola pikir anak autis yang pada umumnya adalah pola pikir kongkrit. Penggunaan metode latihan akan mampu membantu anak autis untuk menguasai keterampilan yang diajarkan oleh guru.

Penggunaan metode latihan dalam mengajarkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis menggunakan *reinforcement* untuk mendukung keberhasilan pemberian tindakan. Sesuai dengan teori Behaviorisme Skinner yang menyatakan bahwa pengetahuan atau kebiasaan yang terbentuk melalui ikatan stimulus respons akan semakin kuat bila diberi penguatan. Penguatan yang dimaksud berupa penguatan yang bersifat positif dan penguatan yang bersifat negatif. Bentuk-bentuk penguatan positif yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu dengan memberikan pujian dan makanan, sedangkan bentuk penguatan negatifnya berupa tidak memberikan pujian dan makanan.

Adanya penguatan yang diberikan kepada anak autis, diharapkan mampu memotivasi anak melakukan latihan sesuai intruksi guru sehingga tujuan dari latihan keterampilan pra menstruasi dapat terwujud.

Penggunaan metode latihan untuk mengajarkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis juga didukung oleh keberhasilan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ratna Kartika Dewi tahun 2015 dengan judul “Peningkatan Kemampuan Mengelola Menstruasi Melalui Metode Latihan Pada Siswi Autistik Kelas VI Di SLB Citra Mulia Mandiri Yogyakarta”. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan metode latihan mampu meningkatkan kemampuan mengelola menstruasi pada anak autis.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditegaskan bahwa metode latihan dapat digunakan oleh guru untuk melatih keterampilan pra menstruasi kepada anak autis. Dengan demikian, setelah diberikan tindakan latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan maka keterampilan pra menstruasi pada anak autis akan mengalami peningkatan. Berdasarkan kerangka berpikir di atas berikut dikemukakan diagram kerangka pikir:



Gambar 1. Kerangka Pikir tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan untuk Anak Autis

I. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teori dan kerangka pikir di atas, maka hipotesis tindakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut “penerapan metode latihan dapat meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta”.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian tindakan kelas dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian tindakan kelas menurut Suharsimi Arikunto (2010: 93) didefinisikan sebagai suatu penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru yang sekaligus sebagai peneliti dikelasnya atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) dengan jalan merancang, melaksanakan dan merefleksi tindakan secara kolaboratif dan partisipatif. Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu (kualitas) pembelajaran di kelas melalui suatu tindakan tertentu dalam suatu siklus. Pendekatan kuantitatif yang dimaksud oleh Suharsimi Arikunto (2010:72) yaitu menggunakan data berupa angka dan dilengkapi dengan tabel, grafik, bagan, atau gambar serta data berupa informasi kualitatif.

Penelitian tindakan kelas ini peneliti berkolaborasi dengan guru. Kolaborasi yang dilakukan peneliti dan guru yaitu pada waktu sebelum dilaksanakan tindakan, saat pemberian tindakan dan setelah dilaksanakan tindakan. Bentuk kolaborasi pada waktu sebelum dilaksanakan tindakan yaitu dengan menyiapkan rancangan pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi, menentukan jadwal pelaksanaan tindakan, menyiapkan tempat dan peralatan yang akan digunakan dalam kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi. Bentuk kolaborasi pada saat pemberian tindakan yaitu guru berperan sebagai pemberi tindakan atau yang melatih keterampilan pra menstruasi kepada subyek, sedangkan peneliti berperan sebagai

pengamat atau *observer* ketika guru memberikan tindakan dan mencatat hasil pengamatannya menggunakan instrumen yang sudah dipersiapkan sebelumnya. Bentuk kolaborasi setelah dilaksanakan tindakan yaitu peneliti dan guru melakukan diskusi untuk merefleksi hasil tindakan yang telah dilakukan dan menganalisa hasil evaluasi untuk mengetahui peningkatan keterampilan pra menstruasi pada subyek.

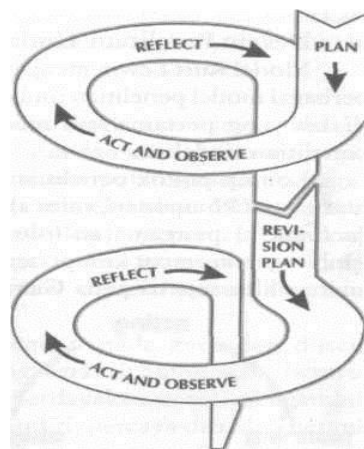
B. Variabel Penelitian

Penelitian terdapat variabel-variabel yang saling berkaitan dan mendukung dalam penerapannya. Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2008:39). Penelitian yang berjudul “Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi Melalui Metode Latihan Untuk Anak Autis Di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta” ini memiliki dua variabel, yaitu:

- 1) Variabel bebas merupakan variabel yang memiliki pengaruh atau sebagai sebab adanya perubahan pada variabel terikat. Pada penelitian ini variabel bebasnya adalah metode latihan.
- 2) Variabel terikat adalah variabel yang mendapatkan pengaruh atau yang mendapatkan akibat dari variabel bebas. Pada penelitian ini variabel terikat adalah keterampilan pra menstruasi.

C. Desain Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini dilakukan dengan menggunakan model Kemmis dan Mc. Taggart. Suharsimi Arikunto (2007:17) berpendapat bahwa model penelitian tindakan model Kemmis dan Mc. Taggart mempunyai empat tahapan dalam satu siklusnya yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi. Adapun tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 2. Model PTK Kemmis dan Mc. Taggart
(Suharsimi Arikunto, 2007:17)

Penelitian tindakan kelas dengan model Kemmis dan Mc Taggart dilaksanakan dalam bentuk siklus. Setiap siklusnya terdiri dari empat tahapan meliputi: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Apabila tindakan yang diberikan kepada subyek masih ditemukan kekurangan maka akan dilakukan perbaikan untuk pelaksanaan siklus selanjutnya, sedangkan kelebihan yang ada akan dipertahankan. Siklus penelitian tindakan kelas ini akan diberhentikan apabila tujuan penelitian telah tercapai sesuai dengan yang telah ditetapkan sebelumnya. Pemberian tindakan pada penelitian ini akan diberhentikan apabila subyek sudah

memiliki skor penilaian akhir \geq Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 70. KKM tersebut disesuaikan dengan KKM pada mata pelajaran yang bersifat non akademik yang ditentukan oleh sekolah. Hal ini dikarenakan program khusus untuk anak berkebutuhan khusus di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta belum diprogramkan di dalam kurikulum sekolah.

D. Prosedur Penelitian

1. Perencanaan

Tahap ini berupa menyusun rancangan tindakan yang akan dilakukan. Tahap perencanaan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah mempersiapkan segala hal yang berkaitan dengan penelitian tindakan pada kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan untuk anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Tahap perencanaan meliputi beberapa langkah, yaitu sebagai berikut:

- a. Peneliti melakukan observasi dan tes pra tindakan untuk mengetahui kemampuan awal anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta sebelum dilaksanakan tindakan. Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa kemampuan awal subyek terhadap keterampilan pra menstruasi masih rendah.
- b. Peneliti mengadakan koordinasi dengan guru kelas mengenai permasalahan yang ada dan menjadikannya sebagai masalah dalam fokus penelitian.

- c. Peneliti mendiskusikan materi keterampilan yang akan diajarkan pada proses tindakan dengan guru kolaborator.

Hasil diskusi yang dilakukan peneliti bersama guru kolaborator adalah sebelum melatih keterampilan pra menstruasi, guru akan mengenalkan konsep pubertas dan menstruasi sebagai materi pengantar yang akan dijelaskan secara singkat menggunakan bahasa yang sederhana. Materi keterampilan pra menstruasi yang akan diajarkan meliputi tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut, menggunakan pembalut, dan setelah menggunakan pembalut.

- d. Peneliti dan guru kolaborator menentukan indikator keberhasilan. Penelitian ini dikatakan berhasil apabila hasil skor penilaian subyek terhadap tes yang dilakukan lebih besar atau sama dengan (\geq) dari KKM yang ditentukan oleh sekolah yaitu 70.
- e. Peneliti menyusun rancangan pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dan mengkonsultasikan kepada guru kolaborator untuk mendapatkan saran dan perbaikan.
- f. Peneliti membuat instrumen tes unjuk kerja untuk mengukur kemampuan keterampilan pra menstruasi pada subyek.
- g. Peneliti menyiapkan pedoman observasi kinerja guru dan partisipasi subyek pada saat proses latihan keterampilan pra menstruasi,
- h. Peneliti dan guru kolaborator menentukan jadwal, tempat pelaksanaan tindakan dan menyiapkan peralatan latihan keterampilan pra menstruasi

yang dibutuhkan seperti: celana dalam, pembalut, obat merah (untuk darah tiruan), ember, air, gayung, plastik hitam, sabun dan handuk.

2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan merupakan penerapan metode latihan pada latihan keterampilan pra menstruasi untuk anak autisme di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Sebelum pelaksanaan tindakan, peneliti melakukan tes unjuk kerja pra tindakan untuk mengetahui kemampuan awal subyek terhadap keterampilan pra menstruasi. Adapun langkah-langkah pemberian tindakan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Kegiatan Awal

- 1) Guru bersama peneliti menyiapkan tempat dan peralatan yang akan digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi.
- 2) Guru mengkondisikan subyek untuk dapat tenang dan siap mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi.
- 3) Guru membuka latihan keterampilan pra menstruasi dengan salam dan membimbing subyek untuk berdoa bersama.
- 4) Guru menjelaskan tujuan latihan keterampilan pra menstruasi yang akan dilakukan kepada subyek.
- 5) Guru menunjukkan dan menjelaskan peralatan yang akan digunakan dalam latihan kepada subyek.

b. Kegiatan Inti

- 1) Guru menjelaskan dan subyek memperhatikan menjelaskan guru mengenai pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi dan tanda-tanda menjelang menstruasi.
- 2) Guru memberikan pertanyaan kepada subyek mengenai konsep pubertas dan menstruasi dan subyek menjawab pertanyaan guru dengan menjawab secara lisan maupun tulisan.
- 3) Guru melatih tahap-tahap keterampilan pra menstruasi dengan memberikan contoh terlebih dahulu kepada subyek. Guru membimbing subyek melakukan latihan secara berulang-ulang dengan menggunakan peralatan latihan yang sudah disiapkan. Langkah-langkah pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi adalah sebagai berikut:

Tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut:

- a) Menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasangi pembalut.
- b) Membuka bungkus dan mengambil pembalut.
- c) Melepas kertas perekat yang ada pada bagian bawah dan sayap pembalut.
- d) Memasang pembalut di celana dalam dengan benar.

Tahap menggunakan pembalut:

- e) Melepas celana dalam yang dipakai.
- f) Membersihkan vagina (cebok) dengan benar.
- g) Memakai celana dalam yang sudah dipasangi pembalut.

Tahap setelah menggunakan pembalut:

- h) Melepas pembalut dari celana dalam.
 - i) Mencuci pembalut yang bernoda merah dengan air.
 - j) Memeras pembalut yang sudah dicuci.
 - k) Memasukan pembalut ke dalam kantong plastik hitam.
 - l) Mengikat kantong plastik yang berisi pembalut.
 - m) Membuang kantong plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah.
 - n) Mencuci tangan menggunakan sabun.
 - o) Mengelap tangan menggunakan handuk.
- 4) Subyek mengamati saat guru memberikan contoh kemudian menirukan hal yang dicontohkan guru.
 - 5) Guru memberikan *prompt* (bantuan) jika subyek mengalami kesulitan dan membenarkan jika yang dilakukan subyek tidak sesuai dengan yang diharapkan.
 - 6) Guru memberikan *reward* berupa pujian jika subyek mampu melakukan setiap tugas dengan benar.
 - 7) Guru membimbing subyek untuk mengulangi seluruh aspek keterampilan pra menstruasi dari poin awal hingga akhir dan menilai kinerja subyek.
- c. Kegiatan Akhir
- 1) Guru mengulas kembali materi yang sudah dilatihkan kepada subyek dengan memberi beberapa pertanyaan sebelum menutup pertemuan.

- 2) Guru mengakhiri latihan keterampilan pra menstruasi dengan memberi salam dan membimbing subyek untuk berdoa.

3. Pengamatan

Pengamatan atau observasi dilaksanakan pada proses pemberian tindakan dalam kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Pengamatan dilakukan dengan menggunakan pedoman observasi berupa *chek list* yang telah disusun oleh peneliti, termasuk juga pengamatan pelaksanaan tindakan dari waktu ke waktu serta dampaknya terhadap proses dan hasil belajar subyek. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai partisipasi subyek dan kinerja guru dalam proses pelaksanaan tindakan serta hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi subyek setelah diajarkan dengan menggunakan metode latihan.

4. Refleksi

Kegiatan refleksi merupakan kegiatan yang dilakukan oleh peneliti dan guru kolaborator. Hal yang dilakukan adalah dengan melakukan evaluasi secara keseluruhan terhadap tindakan dan hasil penerapan metode latihan yang telah dilakukan. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui keberhasilan pemberian tindakan keterampilan pra menstruasi dengan menggunakan metode latihan. Data yang dievaluasi dalam kegiatan refleksi ini meliputi kumpulan hasil pengamatan selama pelaksanaan tindakan dan hasil tes unjuk kerja keterampilan pra menstruasi pada subyek. Hasil refleksi ini digunakan sebagai bahan evaluasi untuk memperbaiki tindakan yang akan dilakukan selanjutnya. Selain itu, hasil

refleksi ini digunakan untuk mengetahui tingkat keberhasilan terhadap tindakan yang telah dilakukan. Apabila hasil refleksi pada siklus I ditemukan permasalahan maka akan dilakukan perbaikan rancangan pada proses pemberian tindakan pada siklus II.

E. Lokasi, Setting dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta yang beralamat di Jalan Kenari Miliran UH II/304 RT 06/02, Umbul Harjo, Yogyakarta, D.I.Yogyakarta. Alasan peneliti memilih SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta sebagai lokasi penelitian karena:

1. Di sekolah tersebut memiliki seorang siswi autis yang membutuhkan bimbingan keterampilan pra menstruasi.
2. Sejauh ini belum pernah dilakukan penelitian serupa di sekolah tersebut, sehingga hasil penelitian ini akan menghasilkan sesuatu yang baru.

2. Setting Penelitian

Kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi dilaksanakan di dalam ruangan khusus dan di kamar mandi. Konsep tentang pubertas, menstruasi, dan keterampilan pra menstruasi tahap persiapan menggunakan pembalut diajarkan guru di ruang khusus. Latihan keterampilan pra menstruasi tahap menggunakan pembalut dan setelah menggunakan pembalut diajarkan dengan praktek secara langsung oleh guru di kamar mandi.

3. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan dengan rincian waktu dan kegiatan sebagai berikut:

Tabel 1. Waktu dan Kegiatan Penelitian

No	Waktu	Kegiatan
1.	Minggu I	1) Observasi untuk melihat kembali kemampuan subyek. 2) Diskusi antara peneliti dengan guru kolaborator mengenai fokus masalah penelitian, rancangan pelaksanaan, instrumen tes, dan penentuan jadwal pelaksanaan tindakan. 3) Tes kemampuan awal terhadap subyek sebelum dilakukan tindakan siklus I.
2.	Minggu II	1) Pelaksanaan tindakan dan pengamatan tindakan pada siklus I . 2) Pelaksanaan refleksi berdasarkan tindakan pada siklus I untuk merencanakan tindakan pada siklus II.
3.	Minggu III	1) Pelaksanaan tindakan dan pengamatan tindakan pada siklus II 2) Pelaksanaan refleksi berdasarkan tindakan pada siklus II
4.	Minggu IV	1) Analisa data yang diperoleh untuk mengetahui hasil peningkatan kemampuan subyek terhadap keterampilan pra menstruasi yang sudah dilatihkan menggunakan metode latihan.

F. Subyek Penelitian

Subjek penelitian adalah subjek yang diteliti oleh peneliti, berupa benda, keadaan atau orang, tempat data untuk variabel melekat dan yang dipermasalahkan (Suharsimi Arikunto, 2003: 102). Subyek dalam penelitian ini adalah seorang anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta dengan karakteristik sebagai berikut:

1. Berusia 11 tahun dan belum mengalami menstruasi.

2. Sudah memiliki ciri-ciri seks sekunder berupa membesarnya payudara pada *grade* II, mulai membentuknya pinggul dan tumbuh rambut-rambut halus di sekitar vagina dan ketiak.
3. Berkomunikasi dengan bahasa verbal dan non verbal.
4. Mampu memahami dan melaksanakan perintah dua aktivitas secara berturut.
5. Sudah memiliki kepatuhan.
6. Sudah mengetahui bagian-bagian tubuh yang bersifat pribadi.
7. Sudah mempunyai kemampuan *toileting*.
8. Mampu menjalin interaksi sosial dengan guru.
9. Belum pernah mendapat latihan keterampilan pra menstruasi dari guru maupun orangtua.

G. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data diantaranya adalah tes dan observasi. Penjelasan mengenai teknik-teknik pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Teknik Tes

Suharsimi Arikunto (2003: 120) berpendapat bahwa tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, maupun kemampuan yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Tes yang digunakan pada penelitian ini adalah tes unjuk kerja atau tes perbuatan. Tes ini digunakan untuk melihat dan mengukur kemampuan awal subyek sebelum diberikan tindakan maupun

kemampuan setelah diberikan tindakan dalam peningkatan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan. Hasil tes digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan penelitian yang sudah dilakukan.

Tes unjuk kerja pada penelitian ini dilaksanakan sebanyak tiga kali. Tes yang pertama adalah tes kemampuan awal yakni sebelum subyek mendapatkan tindakan di siklus I. Tes yang kedua adalah setelah dilaksanakannya tindakan di siklus I yang bertujuan untuk mengetahui besarnya peningkatan yang terjadi. Hasil dari tes pasca tindakan di siklus I tersebut kemudian dianalisis sebagai acuan dalam menyusun langkah tindakan di siklus II. Tes yang ketiga dilaksanakan pasca tindakan di siklus II. Hasil dari tes tersebut kemudian dijadikan dasar untuk membandingkan peningkatan keterampilan pra menstruasi pada subyek dari pra tindakan, pasca tindakan siklus I dan pasca tindakan siklus II.

2. Teknik Observasi

Suharsimi Arikunto (2003:124) menyatakan bahwa observasi adalah kegiatan pemusatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan alat indera. Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi secara partisipatif. Peneliti akan melibatkan diri selama proses pemberian tindakan untuk mengambil data. Peneliti mengamati aktivitas dan partisipasi subyek selama proses latihan keterampilan pra menstruasi. Selain itu, peneliti juga melakukan pengamatan terhadap kinerja guru dalam memberikan latihan keterampilan pra menstruasi dengan menggunakan metode latihan kepada

subyek. Proses observasi berpegang pada panduan observasi yang telah dibuat oleh peneliti sebelumnya.

Pedoman observasi ini digunakan pada saat pelaksanaan tindakan pada siklus I dan siklus II yakni dalam keterampilan pra menstruasi dengan menggunakan metode latihan. Format pedoman observasi yang digunakan adalah berbentuk *check list*. Hasil pengamatan dilakukan dengan memberikan tanda (√) pada kolom yang telah tersedia. Tugas ini dilakukan oleh peneliti pada saat guru melatih keterampilan pra menstruasi pada subyek di ruang khusus dan di kamar mandi.

H. Pengembangan Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 203) instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah. Pengembangan instrumen dalam penelitian ini diuraikan sebagai berikut:

1. Panduan Observasi

Pedoman observasi ini dibuat dengan tujuan agar observasi yang dilakukan lebih terarah, fokus, dan terstruktur sehingga data-data yang diperoleh lebih mudah diolah dan dianalisa. Pedoman observasi ini digunakan pada saat pelaksanaan tindakan pada siklus I dan siklus II yakni dalam latihan keterampilan pra menstruasi dengan menggunakan metode latihan. Format pedoman observasi yang digunakan adalah berbentuk *check list*. Hasil

pengamatan dilakukan dengan memberikan tanda centang (√) pada kolom yang telah tersedia. Berikut ini panduan observasi partisipasi subyek dan kinerja guru dalam latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan.

a. Panduan observasi partisipasi subyek

Peneliti mengamati aktivitas subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi yang diajarkan oleh guru menggunakan metode latihan. Adapun kisi-kisi instrumen panduan observasi kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi disajikan dalam bentuk tabel berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Pedoman Observasi Partisipasi Subyek dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi

Komponen	Indikator	Jumlah Butir	Nomor Butir
Partisipasi subyek dalam latihan keterampilan pra menstruasi	a. Duduk tenang dan menunjukkan sikap siap mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi.	1	1
	b. Menjawab salam dari guru dan berdoa sebelum mengikuti latihan.	1	2
	c. Memperhatikan saat guru menjelaskan tujuan latihan keterampilan pra menstruasi.	1	3
	d. Mengamati saat guru menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan yang digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi.	1	4
	e. Memperhatikan saat guru memberikan penjelasan materi latihan keterampilan pra menstruasi.	1	5
	f. Mengamati saat guru atau model memberikan contoh melakukan tahapan keterampilan pra menstruasi.	1	6
	g. Menirukan kegiatan keterampilan pra menstruasi yang dicontohkan oleh guru atau model dengan benar.	1	7
	h. Melakukan tahapan-tahapan keterampilan pra menstruasi dengan benar saat guru memberikan kesempatan untuk mencoba sendiri.	1	8
	i. Merespon pertanyaan guru saat guru mengulas materi yang sudah dipelajari.	1	9
	j. Berdoa sesudah latihan dan menjawab salam guru.	1	10
Jumlah butir		10	

Pedoman penilaian observasi partisipasi subyek dalam mengikuti kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi dengan menggunakan metode latihan didasarkan pada lima kriteria yaitu sebagai berikut:

- a. Skor 1 : apabila subyek tidak mampu berpartisipasi atau tidak memberikan respon saat mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi.
- b. Skor 2 : apabila subyek dapat berpartisipasi dalam kegiatan latihan dengan bimbingan dan bantuan dari guru secara verbal dan non verbal (tindakan).
- c. Skor 3 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan bantuan guru secara non verbal (tindakan).
- d. Skor 4 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan bimbingan guru secara verbal.
- e. Skor 5 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan mandiri.

Langkah-langkah yang dilaksanakan untuk memberikan skor pada hasil observasi partisipasi subyek dalam proses latihan keterampilan pra menstruasi adalah sebagai berikut:

1. Menentukan rentang skor (skor maksimal – skor minimal)
2. Menentukan jumlah kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang dan sangat kurang.
3. Menghitung interval skor, berdasarkan rumus menurut Sudjana (2005: 47)

$$P = \frac{\text{Rentang skor}}{\text{Jumlah kategori}}$$

Perhitungan skor hasil observasi partisipasi subyek dalam latihan keterampilan pra menstruasi adalah sebagai berikut:

$$\text{Skor maksimal} : 10 \times 5 = 50$$

$$\text{Skor minimal} : 10 \times 1 = 10$$

$$\text{Jumlah kategori} : 5$$

$$\text{Interval (p)} : : \frac{(50-10)}{5} = 8$$

Jadi interval pada pengamatan hasil observasi partisipasi subyek adalah 8. Hasil interval yang sudah diketahui tersebut kemudian dimasukkan dalam lima kategori. Kategori partisipasi subyek dalam kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi dengan skor tertinggi 50 dan skor terendah 10. Sebagai alat bantu untuk menentukan kategori penilaian, peneliti menggunakan penskoran menurut Suharsimi Arikunto & Cepi Safrudin Abdul Jabar (2007:114) adalah sebagai berikut:

$$X = \frac{A}{B} \times 100\%$$

Keterangan:

X = presentase total dari skor yang diperoleh subyek

A = jumlah skor yang diperoleh subyek

B = jumlah skor maksimum

100 = bilangan tetap

Tabel 3. Kategori Penilaian Observasi terhadap Partisipasi Subyek dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
43 – 50	86 - 100	Sangat Baik
35 – 42	70 - 84	Baik
27 – 34	54 - 68	Cukup
19 – 26	38 – 52	Kurang
11 – 18	22 - 36	Sangat Kurang

b. Pedoman observasi kinerja guru

Peneliti mengamati kinerja guru pada saat memberikan latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan. Observasi kinerja guru dilakukan untuk mengamati pengaruh yang dihasilkan terhadap hasil tes tindakan pada siklus I untuk kemudian direfleksikan atau ditingkatkan pada tindakan siklus II. Berikut adalah kisi-kisi pedoman observasi kinerja guru:

Tabel 4. Kisi-kisi Pedoman Observasi Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi

Komponen	Indikator Kinerja Guru	Jumlah Butir	Nomor Butir
Kinerja guru dalam aktivitas melatih keterampilan pra menstruasi pada anak autis	Menyiapkan tempat dan peralatan yang digunakan dalam latihan.	1	1
	Mengkondisikan subyek untuk siap mengikuti latihan.	1	2
	Membuka latihan dengan salam dan membimbing subyek untuk berdoa.	1	3
	Menjelaskan tujuan dari latihan keterampilan pra menstruasi kepada subyek.	1	4
	Menjelaskan pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi, dan tanda-tanda menjelang menstruasi sebagai materi pengantar dalam latihan keterampilan pra menstruasi.	1	5
	Menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan yang digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi kepada subyek.	1	6
	Menjelaskan dan memberi contoh cara melakukan kegiatan keterampilan pra menstruasi dengan benar.	1	7
	Membimbing subyek dengan telaten dan sabar dalam melakukan latihan praktek keterampilan pra menstruasi dengan benar.	1	8
	Memberikan kesempatan kepada subyek untuk melakukan praktek keterampilan pra menstruasi sendiri.	1	9
	Memberikan koreksi dan <i>prompt</i> secara verbal maupun non verbal ketika subyek membutuhkan.	1	10
	Memberikan motivasi dan <i>reward</i> kepada subyek.	1	11
	Menyimpulkan dan mengulas kembali materi latihan keterampilan pra menstruasi sebelum mengakhiri kegiatan latihan.	1	12
	Memberikan salam dan membimbing subyek untuk berdoa setelah melakukan latihan.	1	13
	Melakukan refleksi.	1	14
Merencanakan kegiatan tindak lanjut.	1	15	
Jumlah butir soal keseluruhan		15	

Pedoman penilaian observasi kinerja guru dalam melatih keterampilan pra menstruasi kepada subyek dengan menggunakan metode latihan didasarkan pada kriteria berikut ini:

- a. Skor 1 : apabila guru tidak melakukan.
- b. Skor 2 : apabila guru melakukan dengan sering mengalami kesulitan.
- c. Skor 3 : apabila guru melakukan dengan sesekali mengalami kesulitan dan dapat diatasi.
- d. Skor 4 : apabila guru melakukan tanpa kesulitan sama sekali.

Langkah-langkah yang dilaksanakan dalam pemberian skor pada hasil pengamatan kinerja guru adalah sama seperti langkah pemberian skor pada pedoman observasi terhadap partisipasi subyek. Menggunakan rumus dan cara hitung yang sama dengan pedoman observasi partisipasi subyek, maka diperoleh ketentuan sebagai berikut:

$$\text{Skor maksimal} : 15 \times 4 = 60$$

$$\text{Skor minimal} : 15 \times 1 = 15$$

$$\text{Jumlah kategori} : 4$$

$$\text{Interval (p)} : \frac{(60-15)}{4} = 11,25$$

Jadi interval pada pengamatan hasil observasi terhadap kinerja guru adalah 11, 25. Hasil interval yang sudah diketahui tersebut kemudian dimasukan dalam empat kategori. Kategori penilaian terhadap partisipasi kinerja guru dalam kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Kategori Penilaian Observasi terhadap Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
49,75 – 60	82,97 – 100	Sangat Baik
38,50 – 48,75	64,17 – 81,25	Baik
27,25 – 37,50	45,42 – 62,50	Cukup
15 – 26,25	18,33 – 43,75	Kurang

2. Instrumen tes unjuk kerja

Tes yang dilakukan adalah tes awal sebelum dilakukan tindakan, tes pasca tindakan siklus I dan siklus II. Tes berisi tentang kemampuan subyek dalam melakukan semua tahapan-tahapan dalam keterampilan pra menstruasi yang diajarkan melalui metode latihan. Tes unjuk kerja atau tes perbuatan digunakan oleh peneliti untuk mengetes dan mengetahui perkembangan kemampuan subyek terhadap keterampilan pra menstruasi yang sudah dipelajarinya. Berikut kisi-kisi tes unjuk kerja keterampilan pra menstruasi yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 6. Kisi-kisi Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi

Variabel	Komponen	Indikator	No. Butir	Jumlah Butir
Keterampilan Pra Menstruasi	Persiapan sebelum menggunakan pembalut	1. Menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasangi pembalut	1	4
		2. Membuka bungkus dan mengambil pembalut	2	
		3. Melepas kertas perekat yang ada pada bagian bawah dan sayap pembalut	3	
		4. Memasang pembalut di celana dalam dengan posisi yang benar	4	
	Menggunakan pembalut	1. Melepas celana dalam yang dipakainya	5	3
		2. Membersihkan vagina (cebok)	6	
		3. Memakai celana dalam yang sudah dipasangi pembalut	7	
	Setelah menggunakan pembalut	1. Melepas pembalut dari celana dalam	8	8
		2. Mencuci pembalut yang bernoda merah dengan air	9	
3. Memeras pembalut yang sudah dicuci		10		
4. Memasukkan pembalut ke dalam kantong plastik hitam		11		
5. Mengikat kantong plastik yang berisi pembalut		12		
6. Membuang kantong plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah		13		
7. Mencuci tangan menggunakan sabun		14		
8. Mengelap tangan menggunakan handuk		15		
Jumlah butir soal tes			15	

Ketentuan skor dari tes unjuk kerja untuk mengukur keterampilan pra menstruasi pada subyek dapat dilihat pada kriteria penilaian berikut ini:

- a. Mendapat skor 5 apabila subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar secara mandiri.
- b. Mendapat skor 4 apabila subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun dengan bimbingan guru secara verbal (ucapan).

- c. Mendapat skor 3 apabila subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara non verbal (tindakan).
- d. Mendapat skor 2 apabila subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara verbal dan non verbal (tindakan bantuan).
- e. Mendapat skor 1 apabila subyek tidak merespon atau tidak mampu melakukan tahapan pada item tes meskipun sudah diberikan bantuan.

Langkah-langkah yang dilaksanakan dalam pemberian skor pada hasil tes unjuk kerja keterampilan pra menstruasi yang dilakukan subyek adalah sama seperti langkah pemberian skor pada pedoman observasi terhadap partisipasi subyek. Menggunakan rumus dan cara hitung yang sama dengan pedoman diperoleh ketentuan sebagai berikut:

$$\text{Skor maksimal} \quad : 15 \times 5 = 75$$

$$\text{Skor minimal} \quad : 15 \times 1 = 15$$

$$\text{Jumlah kategori} \quad : 5$$

$$\text{Interval (p)} \quad : \frac{(75-15)}{5} = 12$$

Jadi interval pada hasil tes unjuk kerja subyek adalah 12. Hasil interval yang sudah diketahui tersebut kemudian dimasukkan ke dalam lima kategori. Kategori penilaian terhadap hasil tes unjuk kerja keterampilan pra menstruasi adalah sebagai berikut:

Tabel 7. Kategori Penilaian Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
64 – 75	85,33 – 100	Sangat Baik
52 – 63	69,33 – 84	Baik
40 – 51	53,33 – 68	Cukup
28 – 39	37,33 – 52	Kurang
15 – 27	20 – 36	Sangat Kurang

I. Uji Validitas Instrumen

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2014: 267), validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Data yang valid dapat diperoleh dengan menggunakan instrumen yang valid, oleh karena itu diperlukan uji validitas instrumen. Berdasarkan Suharsimi Arikunto (2003: 219), validitas instrumen menggambarkan tingkat instrumen yang mampu mengukur hal yang akan diukur.

Instrumen dalam penelitian ini berupa tes unjuk kerja terhadap keterampilan pra menstruasi anak autis SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan validitas isi. Menurut Suharsimi Arikunto (2003:67) sebuah tes dikatakan memiliki validitas isi apabila mengukur tujuan khusus tertentu yang sejajar dengan materi atau nilai pelajaran yang diberikan. Pengujian validitas suatu instrumen akan lebih mudah apabila terdapat kisi-kisi pada variabel yang akan diteliti, indikator yang menjadi pedoman dan butir-butir soal yang telah dijabarkan dari indikator

Validitas isi pada umumnya ditentukan melalui pertimbangan para ahli. Dalam penelitian ini, untuk mengukur validitas instrumen peneliti meminta penilaian dari

pakar atau ahli. Ahli yang ditunjuk adalah Dra. Nurdayati Praptiningrum, M.Pd. sebagai ahli Pendidikan Luar Biasa dari UNY dan Witin Sulistiyorini, S.Ag sebagai guru di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

J. Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan digunakan untuk mengetahui tingkat keberhasilan subyek dalam menguasai keterampilan pra menstruasi. Tingkat keberhasilan diketahui dengan membandingkan hasil perolehan skor tes sebelum dan setelah dilakukan tindakan. Subyek dikatakan lulus atau tuntas jika mampu memiliki nilai di atas batas nilai kriteria ketuntasan minimum (KKM) yang disesuaikan dengan kelas yang diikutinya. KKM yang ditentukan pada kelas yang diikuti subyek adalah 70. Penelitian ini dikatakan berhasil jika nilai akhir yang diperoleh subyek lebih besar atau sama dengan (\geq) dari KKM yang ditentukan oleh SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

K. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan jenis analisis data deskriptif kuantitatif. Teknik kuantitatif digunakan untuk mengolah data kuantitatif yang diperoleh dari hasil perolehan skor dari tes sebelum dan setelah dilakukan tindakan pada siklus I dan siklus II. Data tersebut disajikan dalam bentuk tabel dan grafik yang disertai dengan deskripsi, sehingga akan mudah diketahui tingkat keberhasilan subyek menguasai keterampilan pra menstruasi. Data yang diperoleh

dihitung persentase skornya dengan rumus Suharsimi Arikunto & Cepi Safrudin Abdul Jabar (2007:114) yaitu sebagai berikut:

$$X = \frac{A}{B} \times 100\%$$

Keterangan:

X = presentase total yang diperoleh

A = jumlah skor yang diperoleh subyek

B = jumlah skor maksimum ideal dari tes yang bersangkutan

100 = bilangan tetap

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta yang beralamatkan di Jalan Kenari UH II/ 304 RT 06 RW 02 Miliran, Umbulharjo, Yogyakarta, DIY, kode pos 55165. SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta berstatus swasta dalam naungan Yayasan Muhammadiyah dengan akreditasi A per 2015. Sekolah tersebut berdiri pada tahun 1982 dengan nomor akte pendirian terakhir 1259/ 1.4/ F/ 2008. Kondisi lingkungan di sekitar SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta dapat dikatakan strategis walaupun tidak terletak di tepi jalan raya. Bangunan sekolah terletak sedikit masuk dan tertutup menjadikan proses belajar mengajar berjalan dengan lancar dan lebih tenang karena tidak terganggu oleh lalu lalang kendaraan.

SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta per Januari 2017 memiliki peserta didik seluruhnya sebanyak 122 anak yang terdiri dari 63 siswa dan 59 siswi. Sekolah tersebut merupakan sekolah inklusi yang menyelenggarakan pendidikan untuk semua anak, termasuk siswa berkebutuhan khusus. Jumlah peserta didik berkebutuhan khusus di sekolah tersebut ada 7 anak yang terdiri dari seorang siswa tunagrahita di kelas I , seorang siswi autis di kelas II, dan di kelas IV terdapat seorang siswa autis,

seorang siswi tunadaksa dan 3 siswa *slow learner*. Jumlah guru di sekolah tersebut sebanyak 13 orang guru yang terdiri dari 7 orang guru tetap yayasan (GTY), 6 orang guru tidak tetap (GTT), dan seorang penjaga sekolah.

Proses belajar mengajar di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta didukung oleh adanya sarana prasarana yang memadai. Sekolah tersebut memiliki 6 unit ruang kelas, 1 unit ruang perpustakaan, 1 unit ruang serba guna, 1 unit ruang kepala sekolah, 1 unit ruang guru, aula yang sering dijadikan untuk tempat Sholat Dhuhur berjamaah, kantin sekolah, 1 unit gudang, 1 unit ruang UKS, 4 unit WC/kamar mandi, parkir guru dan siswa dan halaman untuk upacara bendera. Jadwal kegiatan aktivitas di sekolah setiap hari dimulai pada pukul 07.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB untuk hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis, sedangkan untuk hari Jumat dan Sabtu sampai pukul 12.00 WIB. Kegiatan belajar mengajar dimulai pukul 7.30 WIB setelah literasi dan hafalan Surat Al Quran. Kegiatan belajar mengajar berakhir satu jam dari jadwal yang telah ditentukan untuk istirahat kedua dan beribadah Sholat Dhuhur berjamaah.

Kelas II yang juga merupakan kelas subyek diampu oleh seorang guru kelas dengan jumlah murid sebanyak 21 anak. Demi kelancaran dalam kegiatan belajar mengajar, subyek didampingi oleh *shadow teacher* yang disediakan sendiri oleh orangtua. Guru kelas memberikan materi untuk semua anak di depan kelas kemudian *shadow teacher* bertugas untuk menjelaskan kembali dan membimbing subyek sehingga materi yang diajarkan guru dapat diterima. Guru memberikan tugas dan cara penilaian

yang digunakan untuk menilai subyek adalah sama dengan teman-temannya. Dalam menyelesaikan tugasnya subyek dibimbing oleh *shadow teacher*.

Program khusus untuk peserta didik berkebutuhan khusus belum ada di dalam kurikulum sekolah tersebut, meskipun sekolah sudah terdaftar sebagai sekolah inklusi. Program pengembangan diri salah satunya berupa keterampilan pra menstruasi untuk anak autis belum pernah diprogramkan dan diajarkan kepada subyek. Subyek seharusnya segera mendapatkan program ini karena usianya sudah 11 tahun dan akan mengalami menstruasi. Oleh karena itu, peneliti berkolaborasi dengan guru melakukan penelitian ini. Harapan peneliti setelah diberikan tindakan, subyek dapat memiliki keterampilan pra menstruasi yang dapat dijadikan sebagai bekal dalam kehidupannya di masa yang akan datang.

2. Deskripsi Subyek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini yaitu seorang siswi autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Deskripsi mengenai subyek adalah sebagai berikut:

a. Identitas Subyek

Nama Subjek	: FIA (inisial)
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tempat, Tanggal Lahir	: Bali, 05 Oktober 2005
Agama	: Islam

Jenis Ketunaan : Autis
Alamat : Bantul, D.I.Yogyakarta
Nama Ayah : Budi (samaran)
Nama Ibu : Ani (samaran)
Pekerjaan Ayah : PNS
Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga

b. Karakteristik Subyek

Subyek berinisial FIA merupakan siswi autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Kondisi fisik subyek normal seperti anak-anak pada umumnya, tidak terlihat ada kecacatan jasmani, postur tubuh anak tinggi dengan berat badan ideal. Subyek belum mengalami menstruasi meskipun sudah mempunyai ciri-ciri seks sekunder seperti payudara membesar, pinggul mulai membentuk, mulai tumbuh rambut-rambut halus di sekitar vagina, serta mulai muncul jerawat di wajah.

Subyek merupakan siswi yang sudah memiliki kepatuhan, mampu memahami dan menjalankan perintah dua aktivitas secara berturut-turut. Subjek mampu menjalankan aktivitas berjalan, melompat, berlari seperti anak-anak pada umumnya. Subyek mampu menulis, mewarnai, menata manik-manik membentuk pola, menempel, memasang dan melepas perekat secara mandiri meskipun tulisan masih besar-besar dan masih kurang rapi pada saat mewarnai gambar dan menempel. Subyek sudah mengetahui bagian-bagian anggota tubuh dan

sudah mengerti bagian-bagian tubuh yang sifatnya pribadi. Subyek sudah memiliki keterampilan *toileting* yang baik.

Subyek memiliki karakteristik yang khas. Pada aspek komunikasi dan bahasa subyek sering menarik-narik tangan *shadow teacher* dan orangtua saat menginginkan sesuatu meskipun sebenarnya dia bisa berkomunikasi secara verbal, kosa kata yang dimiliki subyek cukup terbatas, suka bergumam sendiri dan ketika berbicara pengucapan kata yang diucapkannya kurang jelas. Pada aspek interaksi sosial, subyek memiliki kontak mata yang terbatas, mampu menjalin interaksi dengan *shadow teacher* dan guru terutama saat menginginkan makan atau untuk ijin ke kamar mandi. Subyek lebih suka diam dan bermain sendiri saat di sekolah. Subyek belum memiliki inisiatif untuk bermain bersama teman-temannya. Pada aspek perilaku, subyek memiliki kebiasaan suka mencium-cium tangannya, *hand flapping*, memiliki keterlekatan terhadap buku yang bersampul tokoh *princess* dan sarung tangan karet. Selain itu subyek memiliki kebiasaan seperti suka menggulung-gulung bajunya, tertawa secara tiba-tiba, menggoyang-goyangkan tubuh, melompat-lompat, memukul-mukul meja dan menghentak-hentakkan kaki saat marah. Subyek merupakan anak yang suka makan dan sering meminta untuk makan, apabila tidak diberi makanan subyek tidak mau melanjutkan tugasnya, terkadang marah dengan melempar-lempar barang yang ada didekatnya.

B. Deskripsi Hasil Penelitian tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan

1. Deskripsi Penelitian Tindakan Kelas Pra Tindakan tentang Keterampilan Pra Menstruasi

a. Deskripsi Kegiatan Pra tindakan

Berdasarkan kesepakatan dengan pihak sekolah maka penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan yang terdiri dari kegiatan persiapan atau perencanaan sebelum tindakan, pelaksanaan tindakan, dan setelah pelaksanaan tindakan. Peneliti dan guru kolabolator melaksanakan tindakan berdasarkan jadwal yang sudah disepakati bersama. Berikut merupakan jadwal pelaksanaan tindakan kelas dalam penelitian ini:

Tabel 8. Pelaksanaan Kegiatan Latihan Keterampilan Pra Menstruasi

Siklus	Pertemuan	Hari/Tanggal	Waktu	Kegiatan
-	-	Jumat, 06 Januari 2017	11.00 – 12.00	Pelaksanaan tes pra tindakan untuk mengetahui kemampuan awal keterampilan pra menstruasi pada subyek.
I	1	Senin, 09 Januari 2017	12.00–13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut.
	2	Selasa, 10 Januari 2017	12.00–13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap menggunakan pembalut.
	3	Rabu, 11 Januari 2017	12.00–13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap setelah menggunakan pembalut.
	4	Kamis, 12 Januari 2017	12.00–13.00	Mengulas kembali materi pada pertemuan 1,2 dan 3 dan melakukan tes pasca tindakan pada siklus I.
II	1	Senin, 16 Januari 2017	12.00–13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut.
	2	Selasa, 17 Januari 2017	12.00–13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap menggunakan pembalut.
	3	Rabu, 18 Januari 2017	12.00–13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap setelah menggunakan pembalut.
	4	Kamis, 19 Januari 2017	12.00–13.00	Mengulas kembali materi pada pertemuan 1,2 dan 3 dan melakukan tes pasca tindakan pada siklus II.

b. Deskripsi Kemampuan Awal Subyek

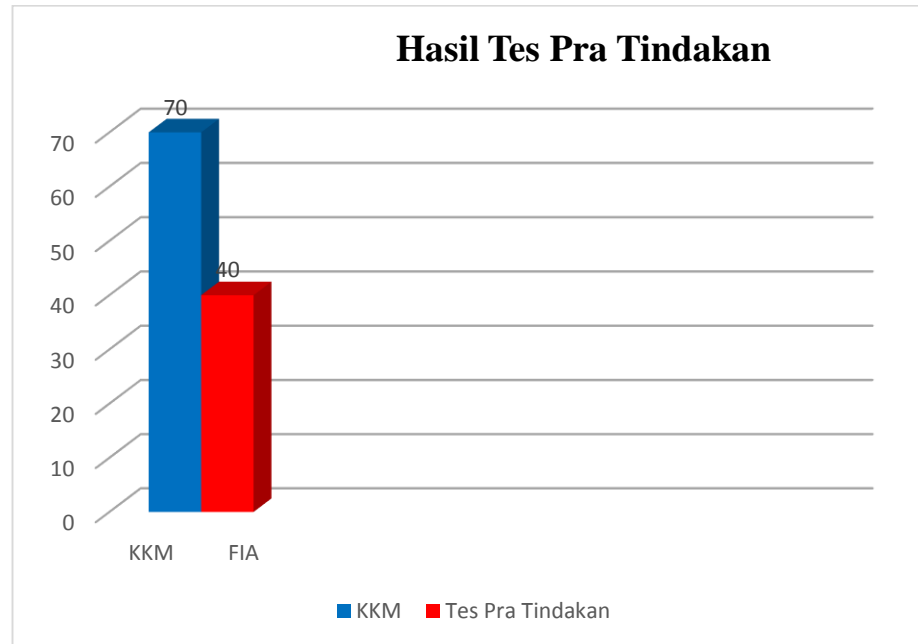
Sebelum melaksanakan tindakan siklus I, peneliti melakukan tes unjuk kerja untuk mengetahui kemampuan awal keterampilan pra menstruasi pada subyek. Tes dilakukan pada hari Jumat, 6 Januari 2017

pukul 11.00 sampai dengan pukul 12.00 WIB dengan memberikan soal tes unjuk kerja sebanyak 15 butir. Soal tes unjuk kerja berhubungan dengan tema yang akan diberikan ketika tindakan yaitu keterampilan pra menstruasi. Hasil tes kemampuan keterampilan pra menstruasi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 9. Nilai Pra Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis

No.	Nama Subyek	Perolehan Skor	KKM	Kriteria
1.	FIA	40	70	Kurang

Tabel di atas memiliki arti bahwa subyek hanya mampu memperoleh skor mentah sebesar 30 dari skor maksimal yaitu 75. Setelah dihitung menggunakan rumus yang sudah ditentukan, maka diperoleh skor akhir sebesar 40 dan masuk ke dalam kategori kurang. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa kemampuan keterampilan pra menstruasi pada subyek masih kurang. Skor yang diperoleh subyek menunjukkan bahwa kemampuan keterampilan pra menstruasi yang dimiliki subyek belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditentukan yaitu sebesar 70. Gambaran yang lebih jelas mengenai kemampuan awal keterampilan pra menstruasi pada subyek sebelum diberikan tindakan dengan menggunakan metode latihan disajikan dalam diagram grafik histogram sebagai berikut:



Gambar 3. Grafik Hasil Tes Pra Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi pada Anak Autis

Berdasarkan hal tersebut peneliti merasa sangat perlu diberikan tindakan untuk meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada subyek. Peneliti ingin meningkatkan keterampilan pra menstruasi dengan menggunakan metode latihan. Tindakan yang diberikan diharapkan dapat meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada subyek.

2. Deskripsi Penelitian Tindakan Kelas Siklus I tentang Keterampilan Pra Menstruasi

a. Perencanaan Tindakan Siklus I

Tahap perencanaan yang dilakukan oleh guru dan peneliti dalam kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi pada subyek adalah dengan menyiapkan segala sesuatu yang diperlukan pada saat

pemberian tindakan. Hal yang dilakukan pada tahap ini adalah sebagai berikut:

1. Peneliti mengkonsultasikan materi keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan kepada guru kolaborasi.
2. Peneliti bersama-sama dengan guru membuat jadwal tindakan dan menyiapkan rencana pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi agar kegiatan berjalan dengan lancar sehingga tujuan yang diharapkan dapat terwujud.
3. Peneliti menyiapkan pedoman observasi dan instrumen tes unjuk kerja dan mengkonsultasikan kepada guru kolaborasi untuk memperoleh saran dan koreksi.
4. Peneliti dan guru menyiapkan tempat (ruang kelas khusus dan kamar mandi) serta alat yang digunakan untuk latihan keterampilan pra menstruasi seperti: celana dalam, pembalut, obat merah (untuk darah tiruan), ember, air, gayung, plastik hitam, sabun, dan handuk.

b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I

Pelaksanaan tindakan latihan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan dilaksanakan pada saat istirahat Sholat Dhuhur dan istirahat kedua sesuai dengan jadwal yang telah disepakati antara peneliti dengan guru kolaborasi. Siklus I terdiri dari 3 kali pertemuan untuk penyampaian materi dan 1 kali pertemuan untuk tes pasca tindakan. Satu kali pertemuan dilaksanakan selama satu jam atau 60

menit. Uraian setiap pertemuan yang dilaksanakan pada siklus I adalah sebagai berikut:

a. Pertemuan I

Pertemuan I dilaksanakan pada hari Senin, 09 Januari 2017 pukul 12.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB di ruang kelas khusus. Materi yang disampaikan yaitu konsep pubertas dan menstruasi sebagai materi pengantar dan latihan secara langsung keterampilan pra menstruasi pada tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut yang meliputi kegiatan menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut, membuka plastik pembungkus dan mengambil pembalut, melepas kertas perekat pembalut, dan menempelkan pembalut pada celana dalam dengan posisi yang benar. Adapun langkah-langkah pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan adalah sebagai berikut:

a. Kegiatan Awal

- 1) Guru bersama peneliti menyiapkan tempat dan peralatan yang akan digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi.
- 2) Guru mengkondisikan subjek untuk dapat tenang dan siap mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi.
- 3) Guru membuka latihan keterampilan pra menstruasi dengan salam dan membimbing subjek untuk berdoa bersama.

- 4) Guru menjelaskan tujuan latihan keterampilan pra menstruasi yang akan dilakukan.
- 5) Guru menunjukkan dan menjelaskan peralatan yang akan digunakan dalam latihan kepada subyek.

b. Kegiatan Inti

- 1) Guru menjelaskan kepada subyek tentang konsep pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi, dan tanda-tanda menjelang menstruasi sebagai materi pengantar keterampilan pra menstruasi. Subyek memperhatikan penjelasan dari guru dan merespon saat guru memberikan pertanyaan.
- 2) Guru mengenalkan kegunaan pembalut dan menunjukan darah menstruasi kepada subyek dengan memberi darah tiruan di atas pembalut. Subyek mengamati dan mendengarkan penjelasan dari guru mengenai konsep menstruasi.
- 3) Guru mulai mengajarkan keterampilan pra menstruasi. Guru memberikan contoh dengan mengambil celana dalam dan menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut. Guru membimbing subyek untuk melakukan hal yang sama.

- 4) Guru mengambil pembalut yang masih terbungkus, membuka pembungkus dan mengambil pembalut. Subyek menirukan hal yang dilakukan guru.
- 5) Guru melepas kertas perekat pada pembalut dan subyek menirukannya.
- 6) Guru memasang pembalut di celana dalam dengan benar. Guru membimbing subyek untuk melakukan hal yang sama.
- 7) Guru memberikan bantuan jika subyek masih mengalami kesulitan dan membenarkan jika yang dilakukan subyek tidak sesuai dengan yang diharapkan.
- 8) Guru memberikan *reward* berupa kalimat pujian jika subyek mampu melakukan setiap tugas dengan benar.

c. Kegiatan Akhir

- 1) Guru menyimpulkan materi latihan. Guru mengulas kembali materi yang sudah dilatihkan kepada subyek dengan memberi beberapa pertanyaan sebelum menutup pertemuan.
- 2) Guru mengakhiri latihan keterampilan pra menstruasi dengan memberi salam dan membimbing subyek untuk berdoa.

b. Pertemuan II

Pertemuan II dilaksanakan pada hari Selasa, 10 Januari 2017 pukul 12.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB. Pertemuan ke II hampir sama dengan pertemuan pertama, perbedaannya terdapat

pada tempat pelaksanaan dan materi latihan yang disampaikan. Pertemuan ini dilaksanakan di ruang khusus untuk menyampaikan materi pengantar berupa pengetahuan tentang pubertas dan menstruasi kemudian dilanjutkan latihan keterampilan pra menstruasi di dalam kamar mandi. Materi yang diajarkan berupa keterampilan pra menstruasi tahap menggunakan pembalut yaitu: kegiatan melepas celana dalam yang dipakai subyek, membersihkan vagina (cebok), dan memakai celana dalam yang sudah dipasangi pembalut.

c. Pertemuan III

Pertemuan III dilaksanakan pada hari Rabu, 11 Januari 2017 pukul 12.00 sampai dengan pukul 13.00 WIB. Pertemuan ini hampir sama dengan pertemuan sebelumnya, perbedaannya terdapat pada materi latihan yang disampaikan. Materi yang diajarkan berupa keterampilan pra menstruasi tahap setelah menggunakan pembalut yaitu: melepas pembalut dari celana dalam, mencuci pembalut yang bernoda merah dengan air, memeras pembalut yang sudah dicuci, memasukan pembalut ke dalam kantong plastik hitam, mengikat kantong plastik yang berisi pembalut, membuang kantong plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah, mencuci tangan menggunakan sabun dan mengelap tangan menggunakan handuk.

d. Pertemuan IV

Pertemuan IV dilaksanakan pada hari Kamis, 12 Januari 2017 pukul 12.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB. Pertemuan ini merupakan pemberian tes pasca tindakan siklus I yang dilakukan untuk mengetahui peningkatan kemampuan keterampilan pra menstruasi pada subyek. Sebelum dilakukan tes, guru membimbing subyek untuk mengulas kembali materi latihan pada pertemuan I, II dan III. Setelah itu guru mengintruksikan subyek untuk mempraktikkan keterampilan pra menstruasi dari tahap awal sampai tahap akhir lagi dengan mandiri. Peneliti mengamati dan mencatat hasil tes menggunakan instrumen tes unjuk kerja yang sudah dipersiapkan sebelumnya.

c. Analisis Data Hasil Tindakan Siklus I

1. Deskripsi Data Monitoring Kinerja Guru

Berikut ini merupakan hasil pengamatan kinerja guru pada saat kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi. Indikator keberhasilan guru dalam pemberian latihan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan dijabarkan dalam 15 butir observasi. Skor maksimal yang ditentukan yaitu 60 dan skor terendah adalah 15.

Tabel 10. Data Kinerja Guru dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus I

Pertemuan	Skor Maksimal	Skor yg diperoleh	Nilai Akhir	Kriteria
1	60	29	48,33	Cukup
2	60	41	68,33	Baik
3	60	47	78,33	Baik

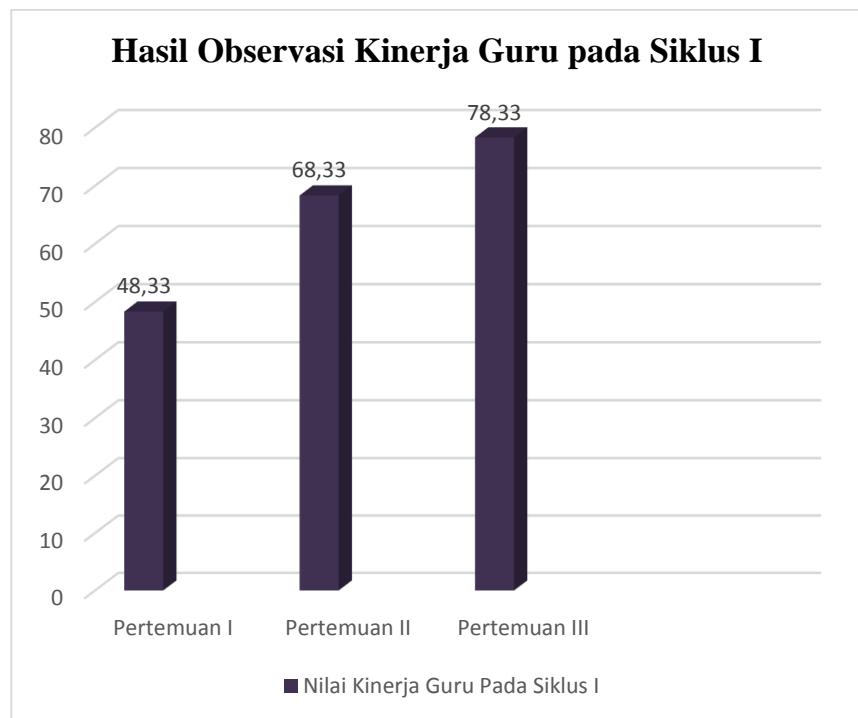
Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa hasil observasi kinerja guru saat pemberian latihan keterampilan pra menstruasi pada siklus I pada pertemuan pertama memperoleh nilai sebesar 48,33 dengan kriteria cukup. Pertemuan kedua memperoleh nilai sebesar 68,33 dengan kriteria baik, sedangkan pada pertemuan ketiga memperoleh nilai sebesar 78,33 dengan kriteria baik. Guru tidak mengalami kesulitan pada saat menyiapkan tempat dan peralatan latihan, memberi kesempatan kepada subyek untuk melakukan latihan dan memberikan *reward* pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga. Saat mengkondisikan subyek, membuka kegiatan latihan dan menyimpulkan materi latihan guru masih sesekali mengalami kesulitan pada pada pertemuan pertama dan kedua, sedangkan pada pertemuan ketiga tidak mengalami kesulitan. Guru masih sering mengalami kesulitan pada saat menjelaskan tujuan latihan, materi dan kegunaan peralatan latihan, memberi contoh, membimbing subyek, memberikan koreksi serta *prompt*, melakukan refleksi dan tindak lanjut.

Guru telah melaksanakan rencana pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi, hanya saja pada pertemuan pertama ada beberapa bagian yang terlewatkan oleh guru. Bagian yang terlewatkan tersebut yaitu saat membuka latihan dengan salam dan membimbing subyek untuk berdoa, menjelaskan tujuan dari latihan keterampilan pra menstruasi kepada subyek, menyimpulkan dan mengulas kembali materi latihan keterampilan pra menstruasi sebelum mengakhiri kegiatan latihan, melakukan refleksi dan merencanakan kegiatan tindak lanjut. Selain karena faktor lupa juga karena guru ada urusan yang lain sehingga latihan terlihat tergesa-gesa, sehingga guru hanya mementingkan bagian inti latihan saja.

Secara keseluruhan pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga guru sempat mengalami kesulitan dalam membimbing subyek, meskipun ada juga bagian yang guru tidak mengalami kesulitan. Hal tersebut karena subyek tiba-tiba meninggalkan bangku latihan, mudah teralih konsentrasinya, ingin ke luar ruangan dan minta makan. Akibat dari itu, guru harus membujuk subyek untuk menyelesaikan latihan sampai selesai. Ketika membujuk subyek, guru sering mengalami kesulitan karena subyek memiliki keinginan keras untuk mendapatkan hal yang diinginkannya. Hal tersebut yang menyebabkan latihan kurang berjalan dengan lancar karena beberapa saat harus terhenti. Berkat kesabaran guru, semua kendala

mampu diatasi dan latihan keterampilan pra menstruasi dapat terlaksana sesuai rencana.

Hasil kinerja guru selama tiga pertemuan pada siklus I mengalami peningkatan. Hal tersebut tidak lepas dari usaha guru untuk selalu sabar dan telaten dalam membimbing subyek. Gambaran lebih jelas mengenai hasil kinerja guru dalam melatih keterampilan pra menstruasi pada subyek dapat dilihat pada grafik histogram di bawah ini:



Gambar 4. Grafik Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus I

2. Deskripsi Data Monitoring Partisipasi Subyek

Observasi dilakukan oleh peneliti selama kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi berlangsung dengan menggunakan

instrumen observasi partisipasi subyek yang telah disusun sebelumnya. Kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi diawali dengan subyek mampu menunjukkan sikap siap mengikuti latihan dan diakhiri dengan berdoa setelah latihan. Butir observasi terdiri dari 15 butir dengan skor maksimal yaitu 50 dan skor minimal sebesar 10. Skor yang diperoleh subyek kemudian dihitung menggunakan rumus yang sudah ditentukan dan menghasilkan nilai akhir. Nilai akhir ini yang digunakan untuk membandingkan tingkat partisipasi subyek selama mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan terhadap partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi selama tiga kali pertemuan maka diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 11. Data Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I

Pertemuan	Skor Maksimal	Skor yg diperoleh	Nilai	Kriteria
1	50	22	44	Kurang
2	50	31	62	Cukup
3	50	32	64	Cukup

Berdasarkan data pada tabel di atas, didapatkan informasi bahwa partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi mengalami peningkatan. Hal tersebut dapat dilihat dari perolehan skor dan nilai. Pertemuan pertama subyek mendapat skor 22 dengan nilai 44 dan masuk kategori cukup. Nilai subyek mengalami peningkatan pada

pertemuan kedua dan ketiga yaitu dengan nilai sebesar 62 dan 64 dengan kategori baik. Hal ini tentunya tidak lepas dari kesabaran guru dalam membimbing subyek.

Berikut deskripsi partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi selama tiga kali pertemuan pada siklus I.

- a. Subyek mampu duduk tenang dan menunjukkan sikap siap mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi dengan bimbingan secara verbal pada pertemuan I dan II, sedangkan pada pertemuan ketiga memerlukan bantuan non verbal dari guru. Bantuan diberikan karena subyek ketika namanya dipanggil tidak menghiraukan dan terlihat asyik bermain dengan balon.
- b. Subyek mampu menjawab salam dari guru dengan mandiri pada saat sebelum dan sesudah latihan keterampilan pra menstruasi dengan bimbingan verbal pada pertemuan kedua dan ketiga, karena artikulasi subyek kurang jelas. Subyek mampu berdoa dengan mengucapkan "*Bismillah hirrohmanirrohiim*" sebelum memulai latihan dan "*Alhamdulillah hirrobbil'alamiin*" setelah selesai latihan dengan bimbingan verbal.
- c. Subyek mampu mengamati saat guru menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan yang digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi dengan bimbingan verbal pada pertemuan I dan II dan bantuan non verbal pada pertemuan III. Bimbingan dan bantuan

tersebut diberikan oleh guru karena konsentrasi subyek teralih ke obyek lain di ruangan dan di luar ruangan.

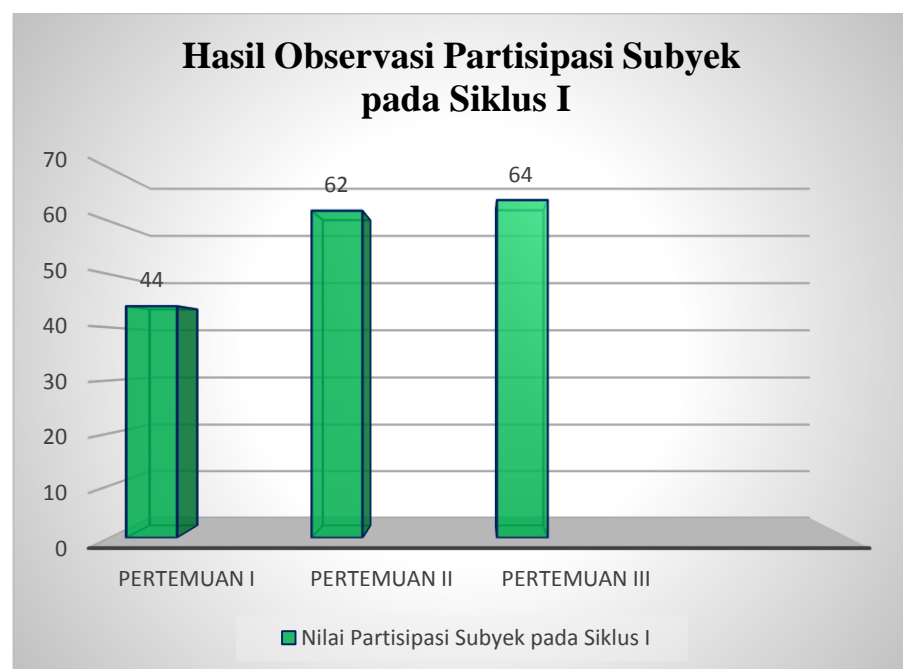
- d. Subyek mampu memperhatikan saat guru menjelaskan tujuan latihan keterampilan pra menstruasi meskipun terkadang pandangan subyek teralih ke obyek lain yaitu ke arah luar ruangan atau ke arah benda-benda di ruangan khusus. Pada pertemuan kedua dan ketiga dengan bimbingan secara verbal dan non verbal, karena subyek tiba-tiba berlari keliling ruangan, loncat-loncat dan memukul-mukul meja meminta sambil menyeringai.
- e. Subyek mampu memperhatikan penjelasan materi keterampilan pra menstruasi yang disampaikan guru dengan bantuan dan bimbingan guru secara verbal dan non verbal pada pertemuan pertama dan kedua, dan bimbingan non verbal pada pertemuan ketiga. Hal tersebut karena tiba-tiba subyek berlari keliling ruangan, duduk di pojok ruangan, meminta ke luar ruangan, meminta makanan, maupun menunjukkan sikap penolakan untuk mengikuti latihan dengan melempar benda-benda yang ada disekitarnya. Perilaku subyek tersebut sering menghambat jalannya proses latihan, karena subyek tidak mau mengikuti perintah guru dan beberapa kali proses latihan harus dihentikan beberapa waktu. Latihan baru dilanjutkan lagi apabila subyek mau mengikuti perintah guru, apabila sampai pukul 13.00 WIB subyek tidak dapat dikondisikan lagi maka latihan pada pertemuan tersebut diakhiri.

- f. Subyek mampu mengamati saat guru memberi contoh dalam melakukan tahap-tahap keterampilan pra menstruasi dengan bimbingan verbal pada pertemuan pertama dan bantuan secara verbal dan non verbal pada pertemuan kedua dan ketiga. Guru selalu membimbing subyek saat pandangan atau konsentrasi subyek teralih ke obyek lain atau tiba-tiba tidak mau mengikuti latihan dan duduk di pojok ruangan, sehingga guru harus membujuknya kembali.
- g. Subyek mampu melakukan tahapan-tahapan keterampilan pra menstruasi secara benar dan mandiri pada poin membuka pembalut, melepas kertas perekat pembalut, memasukan pembalut ke dalam kantong plastik dan membuang plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah. Selain poin tersebut, subyek masih memerlukan bimbingan dari guru untuk melakukannya dengan benar. Subyek sering minta makanan atau tiba-tiba tidak mau mengikuti perintah guru dengan menghentak-hentakan kaki dan minta ke luar ruangan atau ke luar dari kamar mandi. Pada pertemuan pertama dan kedua dengan bimbingan verbal dan verbal, sedangkan pada pertemuan ketiga hanya dengan bimbingan verbal dari guru saja.
- h. Subyek mampu menjawab pertanyaan saat guru mengulas kembali materi dengan bimbingan guru secara verbal pada pertemuan kedua dan ketiga. Subyek mau mengulangi kembali praktik keterampilan pra menstruasi yang diminta guru tahap menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut dan menempelkan pembalut di

celana dalam, meskipun hasilnya belum benar sehingga masih perlu dibantu oleh guru.

- i. Subyek mampu berdoa secara dan menjawab salam guru setelah mendapat bimbingan dari guru secara verbal pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga. Subyek patuh dan terlihat sangat antusias karena ingin segera pulang.

Gambaran lebih jelas mengenai peningkatan partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi dapat dilihat pada grafik histogram di bawah ini:



Gambar 5. Grafik Hasil Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I

3. Deskripsi Data Hasil Tes Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I

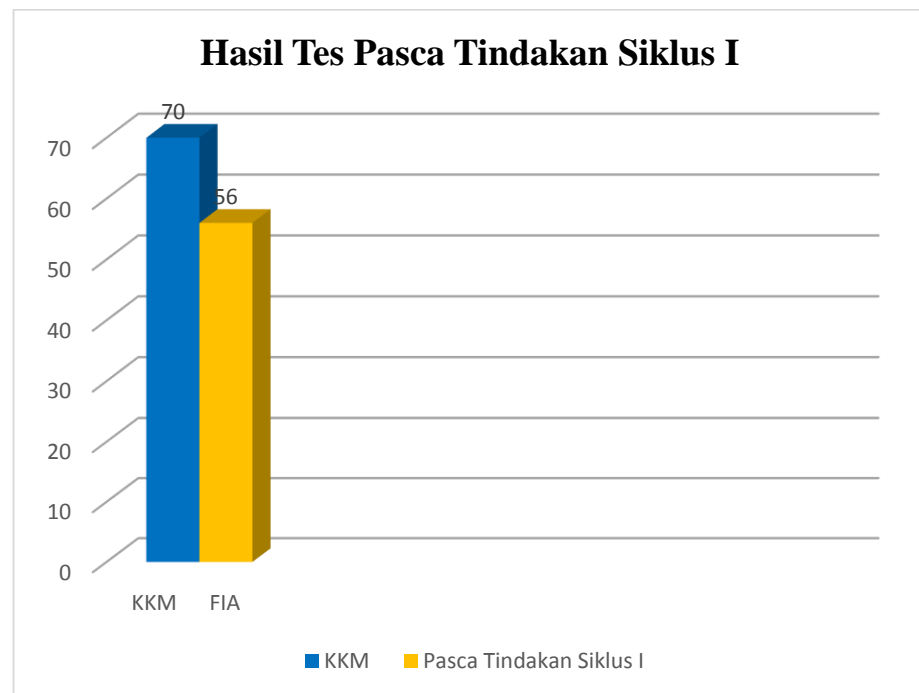
Tes pasca tindakan siklus I dilakukan untuk mengetahui peningkatan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Tes unjuk kerja keterampilan pra menstruasi berjumlah 15 butir soal. Soal berisi tentang kegiatan mengurus diri pada saat menstruasi yaitu mulai dari kegiatan persiapan sebelum menggunakan pembalut, menggunakan pembalut, dan setelah menggunakan pembalut. Dari 15 soal, subyek dapat melakukan 8 tes dengan menggunakan bimbingan guru secara verbal dan non verbal (tindakan), 2 tes dengan bantuan guru secara non verbal (tindakan), dan 5 tes menggunakan bimbingan guru secara verbal (ucapan). Jumlah nilai mentah yang diperoleh subyek adalah sebesar 42. Nilai tersebut kemudian diolah dengan rumus yang telah ditentukan dan menghasilkan skor akhir sebesar 56. Hasil post tes pada siklus I ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 12. Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I

No.	Nama Subyek	Perolehaan Skor	KKM	Kriteria
1.	FIA	56	70	Cukup

Tabel di atas menunjukkan hasil tes unjuk kerja keterampilan pra menstruasi subyek pasca tindakan siklus I. Dari tabel dapat diketahui bahwa subyek mampu mendapat skor akhir sebesar 56 dengan kategori cukup. Skor yang didapat tersebut belum mencapai KKM yang telah

ditentukan yaitu 70. Gambaran lebih jelas dari data hasil *post* tes siklus I terhadap keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta disajikan dalam grafik histogram di bawah ini.



Gambar 6. Grafik Hasil Tes Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I

d. Refleksi Tindakan Siklus I

Pelaksanaan refleksi dilakukan oleh peneliti bersama guru kolabolator dengan melihat perbandingan data sebelum dilakukan tindakan (pra tindakan) dan setelah dilakukan tindakan (pasca tindakan) pada siklus I. Refleksi dilakukan dengan mencermati kinerja guru, partisipasi subyek dan hasil pasca tindakan pada siklus I. Peningkatan

keterampilan pra menstruasi pada subyek dapat diketahui dengan membandingkan hasil perolehan nilai pra tindakan dan pasca tindakan.

Kegiatan refleksi dilakukan selain untuk mengetahui peningkatan terhadap proses dan hasil dari pelaksanaan latihan keterampilan menstruasi juga untuk mengetahui permasalahan dan keberhasilan terhadap tindakan yang telah dilakukan. Permasalahan yang ada selanjutnya akan dilakukan rancangan perbaikan pada proses pemberian tindakan selanjutnya. Berikut merupakan data-data yang diperoleh selama pelaksanaan tindakan pada siklus I:

1. Refleksi Kinerja Guru

Keberhasilan latihan keterampilan pra menstruasi melalui metode latihan yang dilakukan oleh guru dapat diketahui dari hasil observasi. Berdasarkan kegiatan latihan yang dilakukan pada siklus I dapat diketahui bahwa ada beberapa hal yang telah dicapai dengan baik, yaitu sebagai berikut:

- a. Guru tidak mengalami kesulitan pada saat menyiapkan tempat dan peralatan latihan, memberikan kesempatan kepada subyek untuk melakukan latihan dan memeberikan *reward*.
- b. Guru masih sesekali mengalami kesulitan pada saat mengkondisikan, membuka kegiatan latihan dan menyimpulkan materi latihan.

- c. Guru melakukan kegiatan sesuai dengan rencana pelaksanaan, meskipun pada pertemuan pertama ada beberapa bagian yang terlewatkan.
- d. Guru menjelaskan tentang konsep pubertas dan menstruasi secara singkat dengan bahasa yang sederhana sehingga subyek mudah dalam memahaminya.
- e. Guru menerapkan metode latihan pada latihan keterampilan pra menstruasi dengan baik dengan memberikan kesempatan kepada subyek untuk mencoba melakukannya secara langsung. Hal tersebut mampu memberikan pengalaman langsung kepada subyek sehingga keterampilan yang diajarkan lebih mudah diingat dan dikuasai.
- f. Guru memberikan koreksi ketika yang dilakukan subyek masih salah dan memberikan bimbingan dengan sabar dan telaten.

Adapun kelemahan-kelemahan yang masih perlu dilakukan perbaikan pada siklus I antara lain:

- a. Guru masih sering mengalami kesulitan pada saat menjelaskan tujuan latihan, materi dan kegunaan peralatan latihan, memberi contoh, membimbing subyek, memberikan koreksi serta *prompt*, melakukan refleksi dan tindak lanjut.
- b. Guru masih terlihat *kikuk* atau kaku dalam memberikan bimbingan keterampilan pra menstruasi kepada subyek. Guru masih sering melihat panduan pelaksanaan latihan. Hal tersebut

dikarenakan guru belum terbiasa dan mengaku baru pertama kali memberikan bimbingan khusus seperti itu untuk anak autis.

- c. Guru tidak melakukan pengulangan terhadap tahapan latihan keterampilan pra menstruasi secara keseluruhan dari tahap awal hingga akhir. Latihan terhadap materi yang diajarkan secara keseluruhan hanya dilakukan sekali pada setiap pertemuan, sehingga hal tersebut membuat subyek kurang menguasai keterampilan yang diajarkan.
- d. Guru melatih keterampilan pra menstruasi dari awal hingga akhir tanpa jeda untuk istirahat. Hal tersebut menyebabkan sering membuat subyek terlihat bosan. Ekspresi yang ditunjukkan oleh subyek jika bosan adalah dengan *uring-uringan* atau marah dengan menghentak-hentakan kaki dan melempar peralatan latihan, lari meninggalkan tempat latihan dan duduk di pojok ruangan, tidak mau melanjutkan latihan dan merengek meminta makan sambil marah.
- e. Pemberian *reward* berupa kalimat pujian kurang menarik bagi subyek. Hal tersebut terlihat ketika subyek berhasil dan mendapat kalimat pujian dari guru subyek cenderung terlihat biasa saja tanpa menunjukkan mimik wajah bahagia. Guru mengalami cukup kesulitan dalam mengkondisikan kembali ketika subyek tidak mau mengikuti latihan atau tiba-tiba meninggalkan tempat latihan. *Reward* berupa kalimat pujian

tidak dapat digunakan oleh guru sebagai daya tarik bagi subyek supaya mau mengikuti latihan. Hal tersebut karena subyek lebih menyukai makanan daripada sekedar kalimat pujian.

- f. Beberapa tahapan keterampilan yang harus menekankan pemberian contoh terlebih dahulu, guru mengalami kesulitan. Hal tersebut karena selain guru harus memberikan contoh, guru juga berperan dalam mengkondisikan dan membimbing subyek supaya tetap patuh dan mau mengikuti perintah. Dalam hal ini guru merasakan kewalahan sehingga latihan kurang dapat berjalan dengan maksimal.

2. Refleksi Partisipasi Subyek

Secara keseluruhan dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, pemberian latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan mampu memberikan dampak yang positif bagi subyek yaitu memberikan pengetahuan dan pengalaman langsung kepada subyek dalam melakukan aktivitas keterampilan pra menstruasi. Subyek mampu mengikuti tahap-tahap latihan keterampilan pra menstruasi hanya dengan bimbingan guru secara verbal pada tahap duduk tenang dan menunjukkan sikap siap mengikuti latihan, menjawab salam dari guru dan berdoa sebelum latihan, mengamati saat guru menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan latihan, merespon pertanyaan guru saat guru

mengulas materi dan berdoa sebelum mengakhiri kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi.

Adapun kelemahan yang masih perlu dilakukan perbaikan diantaranya yaitu: konsentrasi subyek masih sering teralih, sering marah ketika sudah bosan dan sering meminta makan, meninggalkan tempat latihan dan sulit dibujuk untuk mengikuti latihan kembali ketika waktunya memperhatikan guru saat menjelaskan tujuan dan materi keterampilan, memberi contoh, menirukan aktivitas keterampilan yang dicontohkan oleh guru, dan melakukan tahapan-tahapan keterampilan pra menstruasi sehingga membutuhkan bimbingan guru secara verbal dan non verbal.

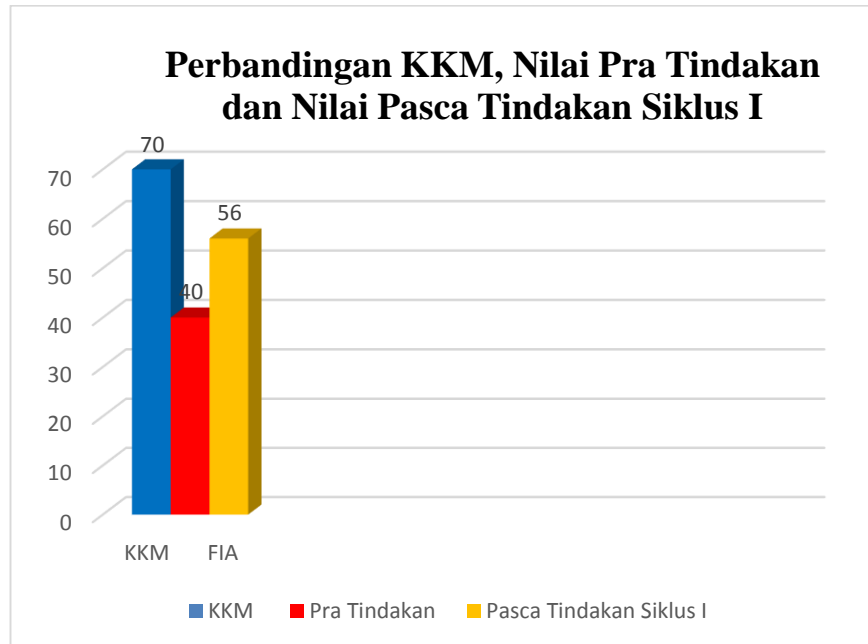
3. Refleksi Hasil Tes Keterampilan Pra Menstruasi

Peningkatan kemampuan keterampilan pra menstruasi dilakukan dengan membandingkan hasil tes kemampuan awal dengan hasil tes pasca tindakan pertama (siklus I). Peningkatan yang terjadi kemudian dibandingkan dengan KKM yang telah ditentukan untuk mengetahui tingkat ketercapaian atau ketuntasan. Seperti yang telah ditentukan pada indikator keberhasilan bahwa subyek dikatakan berhasil apabila memiliki skor nilai \geq KKM yaitu 70.

Tabel 13. Perbandingan Nilai Hasil Tes Pra Tindakan dengan Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I

No.	Nama Subyek	Skor Pra Tindakan	Skor Pasca Tindakan Siklus I	KKM	Peningkatan (%)
1.	FIA	40	56	70	16

Tabel 8 menunjukkan bahwa adanya peningkatan kemampuan keterampilan pra menstruasi pada subyek dengan menggunakan metode latihan. Dari hasil tes tersebut dapat dilihat bahwa subyek mengalami peningkatan keterampilan sebesar 16%. Sebelumnya subyek mendapatkan skor 40 pada tes pra tindakan dan pada pasca tindakan siklus I mendapatkan skor 56. Subyek mampu melakukan tahap keterampilan hanya dengan bimbingan secara verbal pada tahap melepas dan memakai celana dalam, memeras dan memasukan pembalut ke dalam kantong plastik dan membuang ke tempat sampah. Subyek masih memerlukan bantuan secara non verbal pada tahap membuka bungkus pembalut dan melepas kertas perekat. Pada tahap selain yang sudah disebutkan, subyek dapat melakukannya dengan bantuan secara verbal dan non verbal dari guru. Meskipun hasil pasca tindakan siklus I sudah menunjukkan adanya peningkatan, namun skor yang diperoleh subyek belum mampu mencapai KKM yang telah ditentukan, sehingga penelitian ini belum bisa dikatakan berhasil. Gambaran perbandingan hasil tes pra tindakan dan pasca tindakan siklus I keterampilan pra menstruasi pada subyek dapat dilihat pada grafik histogram di bawah ini.



Gambar 7. Grafik Perbandingan KKM, Nilai Pra Tindakan dan Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti secara keseluruhan dapat diketahui bahwa kelemahan-kelemahan atau kekurangan yang terjadi pada siklus I selain subyek belum mampu mencapai nilai KKM adalah sebagai berikut:

- a. Latihan keterampilan pra menstruasi kurang banyak dilakukan, sehingga subyek kurang memiliki kemampuan keterampilan pra menstruasi yang diajarkan.
- b. Subyek sering terlihat merasa bosan dengan latihan yang monoton, sehingga tidak mau mengikuti perintah guru dan terkadang marah, duduk di pojok ruangan atau meminta keluar ruangan. Hal tersebut menyebabkan latihan kurang dapat berjalan dengan maksimal.

- c. Pemberian *reward* berupa kalimat pujian dirasa kurang menarik bagi subyek, sehingga subyek sering tidak mau mengikuti perintah guru dan tidak mau melanjutkan latihan. Subyek terlihat lebih senang dan patuh dengan guru apabila guru menjanjikan akan memberikan *snack* atau makanan kepada subyek setelah mampu melakukan latihan dengan benar.
- d. Kurang maksimalnya pemberian contoh pada tahap keterampilan pra menstruasi yang diajarkan kepada subyek. Hal tersebut disebabkan karena guru sebagai pelaku pemberi tindakan dan juga harus mengkondisikan dan membimbing subyek untuk dapat menirukan hal yang dicontohkan, sehingga hasilnya kurang maksimal.

Melihat permasalahan atau kekurangan-kekurangan yang ada, maka peneliti bersama guru berkolaborasi merencanakan modifikasi dan langkah perbaikan yang sesuai untuk mengatasi kendala-kendala yang terjadi pada siklus I agar tidak terjadi lagi pada siklus II. Tindakan perbaikan yang dilakukan pada siklus II untuk mengatasi kendala-kendala yang muncul pada siklus I yaitu dengan:

- a. Guru akan memberikan bimbingan yang lebih intensif kepada subyek.
- b. Latihan dilakukan dengan durasi waktu yang tidak begitu lama namun sering dilakukan dan ada jeda waktu untuk istirahat supaya subyek tidak cepat bosan.

- c. Guru akan memberikan *snack* atau makanan sebagai daya tarik agar subyek lebih semangat dalam mengikuti latihan dan sekaligus sebagai *reward* supaya subyek lebih patuh dan mau mengikuti latihan dengan baik.
- d. Ada model yang akan membantu guru dalam memberikan contoh pada beberapa tahap keterampilan pra menstruasi yang dilatihkan. Guru akan fokus dalam mengkondisikan dan membimbing subyek untuk dapat fokus mengikuti hal yang dicontohkan oleh model dengan benar.

3. Deskripsi Penelitian Tindakan Kelas Siklus II tentang Keterampilan Pra Menstruasi

a. Perencanaan Tindakan Siklus II

Tahap perencanaan pada siklus II adalah tahap untuk mempersiapkan hal yang berkaitan dengan proses pelaksanaan tindakan pada siklus II dalam upaya meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta. Tindakan yang akan diberikan pada siklus II ini pada umumnya sama dengan tindakan pada siklus I, akan tetapi lebih difokuskan untuk penyempurnaan dan perbaikan terhadap kelemahan-kelemahan atau kekurangan yang ada pada siklus I. Dalam rencana pelaksanaan tindakan siklus II ada beberapa perbaikan untuk mengatasi kelemahan atau kekurangan pada

siklus I. Adapun rencana perbaikan yang akan dilaksanakan adalah sebagai berikut:

- a. Guru akan membimbing subyek lebih intensif lagi. Hal ini dikarenakan pada siklus I bimbingan dari guru belum begitu maksimal.
- b. Latihan dilakukan dengan durasi waktu yang tidak begitu lama namun sering dilakukan dan ada jeda waktu untuk istirahat supaya subyek tidak cepat bosan. Pada siklus I latihan dilakukan dengan durasi waktu yang cukup lama dengan sekali latih dari tahap awal hingga akhir tanpa ada waktu jeda untuk istirahat. Hal tersebut menyebabkan subyek terlihat bosan dengan tiba-tiba meninggalkan tempat latihan dan terkadang disertai marah. Ketika subyek sudah marah sulit bagi guru untuk dapat membujuknya mengikuti latihan kembali.
- c. Guru akan memberikan *snack* atau makanan sebagai daya tarik supaya subyek lebih bersemangat untuk mengikuti latihan dan sekaligus sebagai *reward* ketika subyek mau mengikuti latihan dan melakukan tugas dengan benar. Guru akan membuat kesepakatan kepada subyek, bahwa akan mendapat makanan jika subyek mau mengikuti latihan dan melakukan tugas dari guru dengan benar. Dalam pelaksanaan siklus I pemberian *reward* hanya berupa kalimat pujian dan hal tersebut tidak mampu mengatasi masalah ketika

subyek tiba-tiba tidak mau mengikuti latihan atau marah, sehingga sulit bagi guru untuk mengkondisikan subyek kembali.

- d. Ada model yang akan membantu guru dalam memberikan contoh. Guru akan fokus mengkondisikan dan membimbing subyek untuk melakukan keterampilan pra menstruasi yang dicontohkan oleh model. Dalam pelaksanaan pada siklus I tidak ada model yang membantu guru dalam melatih keterampilan pra menstruasi kepada subyek. Guru berperan sebagai pembimbing sekaligus model bagi subyek. Hal tersebut dirasa peneliti kurang maksimal, karena guru terlihat kewalahan ketika harus mengkondisikan atau membimbing subyek dan sekaligus harus memberikan contoh, sehingga menyebabkan latihan kurang berjalan dengan maksimal.

Berdasarkan kesepakatan dengan pihak sekolah dan guru kelas, pelaksanaan tindakan siklus II dilaksanakan pada saat istirahat Sholat Dhuhur dan istirahat kedua pada tanggal 16 Januari 2017 sampai dengan 19 Januari 2017. Deskripsi pelaksanaan penelitian tindakan kelas siklus II sesuai jadwal tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 14. Rencana Pelaksanaan Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus II

Siklus	Pertemuan	Hari/Tanggal	Waktu	Kegiatan/Materi
II	1	Senin, 16 Januari 2017	12.00– 13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut.
	2	Selasa, 17 Januari 2017	12.00– 13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap menggunakan pembalut.
	3	Rabu, 18 Januari 2017	12.00– 13.00	Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan pada tahap setelah menggunakan pembalut.
	4	Kamis, 19 Januari 2017	12.00– 13.00	Tes pasca tindakan pada siklus II.

b. Pelaksanaan Tindakan Siklus II

Pelaksanaan tindakan pada siklus II ini akan menerapkan perbaikan dari tindakan yang sudah dilakukan pada siklus I. Siklus II dilaksanakan sebanyak 4 pertemuan dengan rincian 3 kali pertemuan untuk tindakan dan 1 kali pertemuan untuk tes pasca tindakan. Rincian pertemuan yang dilaksanakan pada tindakan siklus II adalah sebagai berikut:

a. Pertemuan I

Pertemuan I dilaksanakan pada hari Senin, 16 Januari 2017 pukul 12.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB di ruang khusus. Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi didahului dengan materi pengantar mengenai konsep pubertas dan menstruasi, kemudian dilanjutkan dengan latihan keterampilan pra menstruasi pada tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut yang

meliputi kegiatan menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasangi pembalut, membuka bungkus dan mengambil pembalut, melepas kertas perekat pembalut, dan memasang pembalut di celana dalam dengan posisi yang benar. Adapun langkah-langkah pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan adalah sebagai berikut:

1) Kegiatan Awal

- a) Guru bersama peneliti menyiapkan tempat dan peralatan yang akan digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi.
- b) Guru mengkondisikan subyek untuk dapat tenang dan siap mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi.
- c) Guru membuka latihan keterampilan pra menstruasi dengan salam dan membimbing subyek untuk berdoa bersama.
- d) Guru menjelaskan tujuan latihan keterampilan pra menstruasi yang akan dilakukan.
- e) Guru mengulas kembali nama-nama peralatan yang digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi dan kegunaannya dengan memberi pertanyaan kepada subyek.

2) Kegiatan Inti

- a) Guru mengulas kembali materi pengantar latihan keterampilan pra menstruasi tentang konsep pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi, dan tanda-tanda

menjelang menstruasi. Guru memberi pertanyaan dan subyek menjawab pertanyaan guru.

- b) Model mengambil celana dalam dan menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut. Guru membimbing subyek untuk dapat menirukan kegiatan yang dicontohkan oleh model dan mengulanginya. Guru memberikan koreksi dan *prompt* pada saat subyek mengalami kesalahan atau kesulitan.
- c) Guru meminta subyek untuk mengambil pembalut yang masih terbungkus, membuka pembungkus dan mengambil pembalut. Subyek melakukan perintah guru dengan patuh.
- d) Guru meminta subyek untuk melepas kertas perekat yang ada pada bagian bawah dan sayap pembalut. Subyek melakukan perintah guru dengan benar.
- e) Model memasang pembalut di celana dalam dengan posisi yang benar. Guru membimbing subyek untuk menirukan kegiatan yang dicontohkan oleh model dan mengulanginya. Guru memberikan koreksi dan *prompt* pada saat subyek mengalami kesalahan atau kesulitan.
- f) Guru membimbing subyek untuk mengulang-ulang latihan pada poin awal hingga akhir.

- g) Guru memberikan *prompt* (bantuan) jika subyek masih mengalami kesulitan dan membenarkan jika yang dilakukan tidak sesuai dengan yang diharapkan.
 - h) Ketika subyek tidak mau mengikuti latihan, guru membujuk dengan menjanjikan akan memberikan makanan jika mau melanjutkan latihan dan melakukan tugas dengan benar.
 - i) Guru memberikan *reward* (berupa pujian atau makanan) jika subyek mampu melakukan setiap tugas dengan benar.
 - j) Guru memberikan jeda waktu untuk istirahat atau untuk makan *snack* terlebih dahulu kepada subyek pada saat subyek sudah menunjukkan sikap bosan atau penolakan mengikuti latihan. Latihan dilanjutkan kembali jika subyek sudah mampu dikondisikan kembali.
 - k) Setelah selesai melakukan latihan dari poin awal hingga akhir dengan mengulang-ulang poin yang belum bisa, selanjutnya guru membimbing subyek untuk mengulangi lagi sebanyak dua sampai tiga kali pengulangan dari poin awal hingga akhir.
- 3) Kegiatan Akhir
- Guru mengakhiri latihan keterampilan pra menstruasi dengan memberi salam dan membimbing subyek untuk berdoa.

b. Pertemuan II

Pertemuan II dilaksanakan pada hari Selasa, 17 Januari 2017 pukul 12.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB. Pertemuan ke II ini hampir sama dengan pertemuan pertama, perbedaannya terdapat pada tempat pelaksanaan dan materi latihan yang disampaikan. Pertemuan ini dilaksanakan di ruang khusus untuk menyampaikan materi pengantar berupa pengetahuan tentang pubertas dan menstruasi kemudian dilanjutkan latihan keterampilan pra menstruasi di dalam kamar mandi. Materi yang diajarkan berupa keterampilan pra menstruasi tahap menggunakan pembalut yang meliputi kegiatan melepas celana dalam yang dipakai subyek, membersihkan vagina (cebok) dan memakai celana dalam yang sudah dipasang pembalut. Pertemuan ini tidak menggunakan bantuan model, karena subyek sudah dapat melaksanakan perintah guru secara langsung. Guru membimbing subyek untuk mengulang-ulang latihan pada tahap membersihkan vagina dengan benar. Hal tersebut dilakukan karena subyek belum dapat membersihkan vagina (cebok) dengan benar. Setelah selesai melakukan latihan dari poin awal hingga akhir dengan beberapa kali pengulangan pada poin yang subyek masih merasa kesulitan, selanjutnya guru membimbing subyek untuk mengulangi lagi sebanyak dua sampai tiga kali pengulangan dari poin awal hingga akhir.

c. Pertemuan III

Pertemuan III dilaksanakan pada hari Rabu, 18 Januari 2017 pukul 12.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB di ruang khusus dan di kamar mandi. Pertemuan ini hampir sama dengan pertemuan sebelumnya hanya saja materi latihan yang berbeda. Materi latihan yang diajarkan adalah tahap setelah menggunakan pembalut yang meliputi kegiatan melepas pembalut bernoda merah dari celana dalam, mencuci pembalut yang bernoda merah dengan air, memeras pembalut yang sudah dicuci, memasukan pembalut ke dalam kantong plastik hitam, mengikat kantong plastik yang berisi pembalut, membuang kantong plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah, mencuci tangan menggunakan sabun, mengelap tangan menggunakan handuk. Pertemuan ini menggunakan bantuan model pada tahap mencuci pembalut, mengikat plastik yang berisi pembalut, mencuci dan mengelap tangan dengan benar. Selain poin tersebut, subyek dapat melakukan cukup dengan bimbingan dari guru. Setelah selesai melakukan latihan dari poin awal hingga akhir dengan beberapa kali pengulangan di setiap poin keterampilan yang belum dapat dikuasai subyek dengan baik, selanjutnya guru membimbing subyek untuk mengulangi lagi sebanyak dua sampai tiga kali pengulangan dari poin awal hingga akhir.

d. Pertemuan IV

Pertemuan IV dilaksanakan pada hari Kamis, 19 Januari 2017 pukul 12.00 WIB sampai dengan pukul 13.00 WIB di ruang khusus dan kamar mandi. Pertemuan ini dilaksanakan dengan memberikan tes unjuk kerja kepada subyek untuk mengetahui peningkatan keterampilan pra menstruasi yang sudah diajarkan dengan menggunakan metode latihan pada siklus II. Sebelum diberikan tes, guru membimbing subyek untuk mengulang kembali latihan yang sudah diajarkan pada pertemuan 1, 2, dan 3. Selanjutnya, diakhir pertemuan atau pengulangan kedua, subyek diberikan tes unjuk kerja oleh guru. Peneliti bertugas mengamati dan mencatat hasil kinerja subyek menggunakan instrumen tes unjuk kerja yang sudah dipersiapkan sebelumnya.

c. Analisis Data Hasil Tindakan Siklus II

1. Deskripsi Data Monitoring Kinerja Guru

Kinerja guru dalam pelaksanaan tindakan pada siklus II ini dinilai dengan menggunakan pedoman observasi yang sudah dipersiapkan. Tugas pengamatan ini dilakukan oleh peneliti sebagai *observer*. Tujuan dari observasi kinerja guru ini adalah untuk mengetahui peningkatan pada kinerja guru dalam melatih keterampilan pra menstruasi pada tindakan di siklus II. Hasil dari siklus II ini nanti akan dibandingkan dengan hasil pada siklus I, dan

akan diketahui perkembangannya. Berikut merupakan hasil observasi kinerja guru selama tiga pertemuan pada siklus II.

Tabel 15. Data Kinerja Guru dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus II

Pertemuan	Skor Maksimal	Skor yg diperoleh	Nilai (%)	Kriteria
1	60	50	88,33	Sangat Baik
2	60	54	90	Sangat Baik
3	60	56	93,33	Sangat Baik

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa hasil observasi kinerja guru saat pemberian latihan keterampilan pra menstruasi di siklus II pada pertemuan pertama memperoleh nilai sebesar 88,33 dengan kriteria sangat baik. Pertemuan kedua memperoleh nilai sebesar 90 dengan kriteria sangat baik, sedangkan pada pertemuan ketiga memperoleh nilai sebesar 93,33 dengan kriteria sangat baik. Peningkatan yang terhadap kinerja guru tersebut berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti menggunakan instrumen yang telah ditentukan. Adapun hasil observasi terhadap kinerja guru adalah sebagai berikut:

- a. Guru tidak mengalami kesulitan pada saat menyiapkan tempat dan peralatan yang digunakan dalam latihan. Hal ini karena guru peralatan yang dibutuhkan pada pemberian siklus II sudah disediakan sebelumnya.

- b. Guru sesekali mengalami kesulitan dalam mengkondisikan subyek pada pertemuan pertam. Selanjutnya pada pertemuan kedua dan ketiga guru tidak mengalami kesulitan, karena sudah terbiasa dan subyek menunjukkan sikap yang patuh.
- c. Guru tidak mengalami kesulitan saat mengkondisikan subyek untuk siap mengikuti latihan pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga karena subyek mampu menunjukkan sikap tenang dan patuh.
- d. Guru sesekali mengalami kesulitan saat menjelaskan tujuan latihan karena konsentrasi subyek sering teralih, tiba-tiba lari dan melompat-lompat pada pertemuan pertama, kedua, dan ketiga.
- e. Guru sesekali mengalami kesulitan pada saat menjelaskan materi pengantar latihan keterampilan pra menstruasi dan tidak mengalami kesulitan pada pertemua kedua dan ketiga. Hal tersebut didukung karena guru sudah mulai terbiasa melakukan tindakan dan membimbing subyek.
- f. Guru tidak mengalami kesulitan saat menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan latihan pada pertemuan pertama dan sesekali mengalami kesulitan pada pertemuan kedua dan ketiga. Kesulitan yang terjadi karena pandangan subyek teralih ke obyek lain sehingga guru harus mengkondisikan subyek kembali.
- g. Guru sesekali mengalami kesulitan pada saat menjelaskan dan memberi contoh pada pertemuan pertama dan tidak mengalami kesulitan pada pertemuan kedua dan ketiga.

- h. Guru sesekali mengalami kesulitan saat membimbing subyek melakukan latihan pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga karena subyek yang tiba-tiba *handflaping*, melompat-lompat dan jalan mondar-mandir.
- i. Guru tidak mengalami kesulitan pada saat memberi kesempatan kepada subyek untuk melakukan latihan pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga.
- j. Guru sesekali mengalami kesulitan saat memberikan koreksi dan *prompt* kepada subyek pada pertemuan pertama, dan tidak mengalami kesulitan pada pertemuan kedua dan ketiga.
- k. Guru tidak mengalami kesulitan saat memberikan motivasi dan *reward* pada subyek di pertemuan pertama, kedua dan ketiga.
- l. Guru sesekali mengalami kesulitan saat menyimpulkan materi latihan pada pertemuan kedua dan tidak mengalami kesulitan pada pertemuan ketiga.
- m. Guru mengalami sesekali kesulitan pada saat membimbing berdoa sebelum mengakhiri latihan pada pertemuan pertama dan kedua, namun tidak mengalami kesulitan pada pertemuan ketiga.
- n. Guru sesekali mengalami kesulitan saat melakukan kegiatan refleksi pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga.
- o. Guru sesekali mengalami kesulitan saat melakukan tindak lanjut pada pertemuan pertama, namun pada pertemuan kedua dan ketiga guru tidak mengalami kesulitan.

Gambaran lebih jelas mengenai hasil observasi terhadap kinerja guru dalam melatih keterampilan pra menstruasi pada subyek dapat dilihat pada grafik histogram di bawah ini:



Gambar 8. Grafik Kinerja Guru dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus II

1. Deskripsi Data Monitoring Partisipasi Subyek

Berikut merupakan hasil observasi terhadap partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi selama tiga pertemuan di Siklus II:

- a. Subyek mampu menunjukkan sikap patuh sebelum memulai latihan, dibuktikan dengan mampu duduk tenang dan menunjukkan sikap siap mengikuti latihan. Pada pertemuan pertama dan ketiga subyek dapat melakukan dengan bimbingan secara verbal dari guru karena subyek masih sibuk bermain

dengan mainannya, dan pada pertemuan ke dua subyek dapat melakukannya dengan mandiri.

- b. Subyek mampu menjawab salam dari guru dan berdoa setelah guru memberikan *clue* potongan salam dan doa pada ketiga pertemuan. Subyek mampu melanjutkan potongan doa yang sudah diucapkan guru dengan lancar.
- c. Subyek mampu memperhatikan saat guru menjelaskan tujuan latihan keterampilan pra menstruasi setelah guru setelah mendapat bimbingan secara verbal oleh guru pada pertemuan pertama dan ketiga. Pada pertemuan kedua subyek dapat melakukan setelah mendapat arahan dari guru secara non verbal, karena kontak mata subyek sedang tidak terfokus ke guru.
- d. Subyek mampu mengamati saat guru menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan yang digunakan dalam latihan setelah mendapat bimbingan secara verbal dari guru pada pertemuan pertama dan ketiga. Pada pertemuan kedua subyek dapat melakukan setelah mendapat bimbingan secara verbal dan non verbal dari guru karena subyek tiba-tiba meminta makanan dan tidak mau mengamati peralatan latihan.
- e. Subyek mampu memperhatikan saat guru memberikan penjelasan materi latihan keterampilan pra menstruasi secara mandiri pada pertemuan ketiga. Pada pertemuan pertama subyek baru dapat memperhatikan penjelasan guru setelah mendapat

bimbingan secara verbal dan non verbal dari guru karena konsentrasi subyek teralih ke arah luar ruangan. Pada pertemuan ke kedua subyek mampu memperhatikan guru setelah dibimbing oleh guru secara verbal karena fokus subyek ke obyek lain.

- f. Subyek mampu mengamati saat guru atau model memberikan contoh melakukan tahapan keterampilan pra menstruasi secara mandiri pada pertemuan pertama dan dengan bimbingan secara verbal pada pertemuan kedua dan ketiga. Bimbingan verbal diberikan guru kepada subyek karena subyek kurang konsentrasi pada obyek latihan.
- g. Subyek mampu menirukan kegiatan keterampilan pra menstruasi yang dicontohkan oleh guru atau model dengan benar secara mandiri pada pertemuan ketiga. Pada pertemuan pertama dan kedua guru harus membimbing subyek secara verbal terlebih dahulu karena subyek menirukan dengan salah.
- h. Subyek mampu melakukan tahapan-tahapan keterampilan pra menstruasi dengan benar saat guru memberikan kesempatan untuk mencoba sendiri dengan arahan secara non verbal oleh guru pada pertemuan pertama. Pada pertemuan kedua subyek dapat melakukan hanya dengan koreksi secara verbal dari guru karena ada hal yang kurang tepat dilakukan oleh subyek. Pada pertemuan tersebut subyek terlihat bersemangat dan antusias melakukan latihan keterampilan.

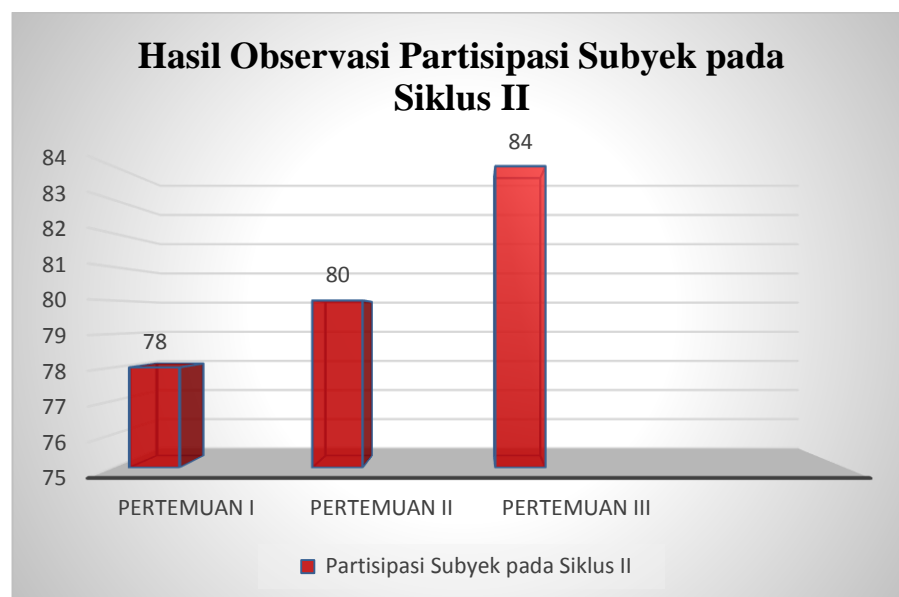
- i. Subyek mampu menjawab saat guru memberikan pertanyaan ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi, kegunaan pembalut dan tanda-tanda menjelang menstruasi secara mandiri pada pertemuan kedua dan ketiga. Hanya pada pertemuan pertama saja yang membutuhkan bimbingan secara verbal yaitu dengan guru memberikan *clue* terlebih dahulu kepada subyek.
- j. Subyek mampu berdoa sesudah latihan dan menjawab salam guru dengan patuh dan mandiri pada pertemuan pertama dan kedua. Pada pertemuan ketiga guru perlu membimbing subyek secara verbal karena subyek sudah ingin bergegas pulang.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa pada siklus II, subyek terlihat lebih patuh dan bersemangat dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi. Pemberian latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan dapat membuat subyek memiliki kebiasaan baru yang baik. Berikut merupakan data hasil observasi partisipasi subyek selama mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi pada pertemuan I, II dan III di siklus II.

Tabel 16. Data Partisipasi Anak Autis dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus II

Pertemuan	Skor Maksimal	Skor yang diperoleh	Nilai (%)	Kriteria
1	50	39	78	Baik
2	50	40	80	Baik
3	50	42	84	Baik

Berdasarkan data pada tabel di atas, didapatkan informasi bahwa partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi pada siklus II mengalami peningkatan. Hal tersebut dapat dilihat dari perolehan skor dan nilai akhir. Pertemuan pertama subyek mendapat skor 39 dengan nilai akhir 78 dan masuk kategori baik. Nilai subyek mengalami peningkatan pada pertemuan kedua dan ketiga yaitu dengan nilai akhir sebesar 80 dan 44 dengan kategori baik. Hal ini tentunya tidak lepas dari upaya perbaikan yang dilakukan oleh guru dalam melatih keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan kepada subyek. Gambaran lebih jelas terhadap peningkatan partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi dapat dilihat pada grafik histogram di bawah ini.



Gambar 9. Grafik Hasil Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus II

1. Deskripsi Hasil Tes Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus II

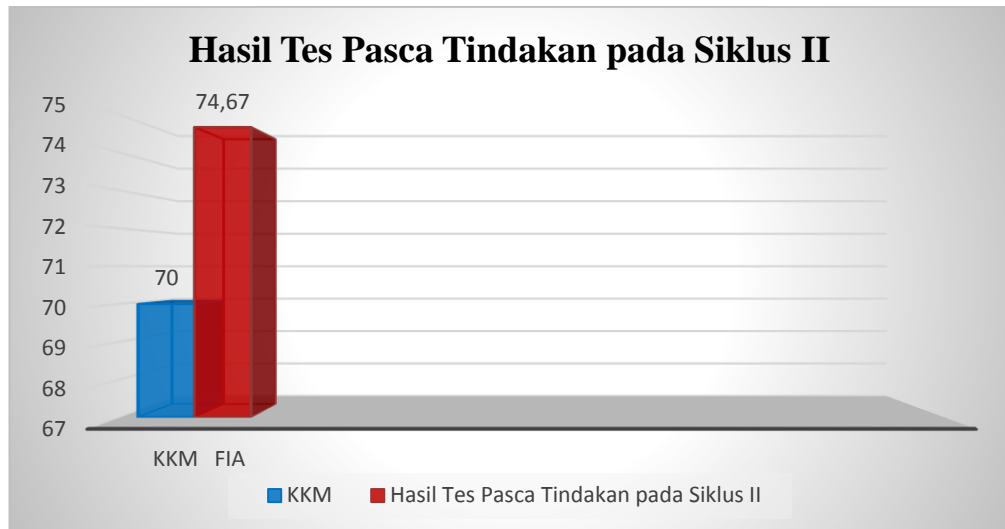
Data hasil kemampuan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta diperoleh dari hasil tes pasca tindakan pada siklus II. Tes kemampuan keterampilan pra menstruasi berjumlah 15 butir soal yang semuanya merupakan tes unjuk kerja. Dari 15 soal subyek dapat melakukan 2 tes dengan menggunakan bimbingan guru secara verbal dan non verbal (tindakan), 4 tes dengan bantuan guru secara non verbal (tindakan), 5 tes menggunakan bimbingan guru secara verbal (ucapan) dan 4 tes dengan mandiri. Jumlah keseluruhan nilai tes unjuk kerja subyek sebesar 56. Nilai tersebut kemudian diolah dengan rumus yang telah ditentukan dan menghasilkan nilai akhir sebesar 74,67. Hasil post tes pada siklus II dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 17. Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus II

No.	Nama Subyek	Skor Pasca Tindakan Siklus II	KKM	Kriteria
1.	FIA	74,67	70	Baik

Tabel di atas menunjukkan hasil tes keterampilan pra menstruasi pada siklus II bahwa subyek mampu mencapai skor 74,67 dengan kategori baik. Data hasil tes pasca tindakan pada siklus II tersebut mengartikan bahwa subyek mampu mencapai kriteria ketuntasan minimum atau KKM yang ditentukan yaitu 70. Sebagai gambaran yang lebih jelas maka perbandingan KKM dan nilai akhir

keterampilan pra menstruasi pada subyek di paparkan ke dalam grafik histogram di bawah ini:



Gambar 10. Grafik Hasil Tes Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus II

d. Refleksi Tindakan Siklus II

Pelaksanaan refleksi dilakukan oleh peneliti dan guru kolabolator dengan melihat perbandingan data antara sebelum dilaksanakan tindakan (pra tindakan) dan setelah dilakukan tindakan pada siklus I dan pasca tindakan siklus II. Refleksi dilakukan dengan mencermati kinerja guru, partisipasi subyek dan hasil tes kemampuan subyek. Refleksi pada siklus II ini sekaligus digunakan untuk mengkaji keberhasilan metode latihan dalam meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta.

Kinerja guru pada tindakan siklus II mengalami peningkatan yang lebih baik dari pada tindakan siklus I. Hal tersebut berdasarkan hasil observasi terhadap kinerja guru dalam melatih keterampilan pra

menstruasi. Guru dapat melakukan tindakan tanpa kesulitan pada tahap menyiapkan tempat dan peralatan, mengkondisikan subyek, membuka kegiatan latihan, menjelaskan materi pengantar keterampilan pra menstruasi, menjelaskan kegunaan peralatan latihan, memberi contoh, memberikan kesempatan kepada subyek untuk melakukan latihan, memberikan koreksi saat subyek melakukan kesalahan, memotivasi dan memberi *reward* kepada subyek, menyimpulkan materi latihan menutup kegiatan latihan dan melaksanakan kegiatan tindak lanjut. Guru masih sesekali mengalami kesulitan pada tahap menjelaskan tujuan latihan, mengkondisikan dan membimbing subyek, dan melakukan kegiatan refleksi.

Peningkatan yang terjadi pada siklus II berkat adanya kesadaran guru dalam upaya memperbaiki kelemahan-kelemahan atau kekurangan pada tindakan sebelumnya yang dilaksanakan di siklus I. Guru terlihat semakin *luwes* dan terampil dalam membimbing subyek dalam melakukan latihan. Demi mengupayakan terjadinya peningkatan keterampilan pada subyek, guru membimbing subyek dengan lebih intensif, memperbanyak pengulangan latihan dengan durasi waktu yang tidak terlalu lama dengan memberi jeda untuk istirahat, memberikan makanan kepada subyek sebagai daya tarik dan *reward* serta menerima bantuan dari model dalam memberikan contoh melakukan tahap-tahap tertentu dalam keterampilan pra menstruasi. Berikut data rekapitulasi hasil observasi kinerja guru dalam latihan keterampilan pra menstruasi pada siklus I dan siklus II.

Tabel 18. Rekapitulasi Data Observasi Kinerja Guru dalam Latihan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan pada Siklus I dan Siklus II

Pertemuan ke-	Siklus I			Siklus II		
	Nilai	Kriteria	Rata-rata	Nilai	Kriteria	Rata-rata
1	48,33	Cukup	65 baik	83,33	Sangat baik	88,89 sangat baik
2	68,33	Baik		90	Sangat baik	
3	78,33	Baik		93,33	Sangat baik	

Partisipasi subyek dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi juga mengalami peningkatan yang lebih baik. Pada hasil observasi tindakan pada siklus II subyek mampu melakukan secara mandiri pada tahap duduk tenang dan menunjukkan sikap siap mengikuti latihan, mampu memperhatikan guru saat memberikan penjelasan materi latihan, mengamati dan menirukan aktivitas yang dicontohkan guru dan model, merespon pertanyaan guru saat guru mengulas materi serta berdoa dan menjawab salam guru di akhir kegiatan latihan keterampilan pra menstruasi. Subyek masih membutuhkan bimbingan guru secara verbal atau non verbal pada tahap memperhatikan guru saat menjelaskan tujuan latihan dan kegunaan peralatan latihan, serta melakukan tahapan-tahapan keterampilan pra menstruasi dari awal hingga akhir.

Hasil perolehan nilai observasi pada tindakan siklus II lebih tinggi dari pada tindakan siklus I. Pada siklus II subyek terlihat lebih antusias

dan semakin terbiasa melakukan latihan keterampilan pra menstruasi dengan metode latihan tanpa banyak penolakan. Penggunaan metode latihan mampu memberikan pengalaman langsung kepada subyek dalam melakukan keterampilan pra menstruasi. Hal ini mampu membentuk kebiasaan yang baik pada subyek. Perbandingan hasil observasi partisipasi subyek pada siklus I dan II dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 19. Rekapitulasi Data Observasi Partisipasi Anak Autis dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Siklus I dan Siklus II

Pertemuan ke-	Siklus I			Siklus II		
	Nilai	Kriteria	Rata-rata	Nilai	Kriteria	Rata-rata
1	44	Kurang	56,66 Cukup	78	Baik	80,66 Baik
2	62	Cukup		80	Baik	
3	64	Cukup		84	Baik	

Beberapa hal positif yang dapat dimiliki oleh subyek setelah diberikan tindakan menggunakan metode latihan pada siklus II diantaranya adalah : a) subyek terlihat lebih antusias dan bersemangat dalam melakukan latihan keterampilan pra menstruasi dengan melakukan praktik langsung. b) Subyek menjadi memiliki pengalaman langsung dalam mempraktikkan keterampilan pra menstruasi. c) Subyek terlihat lebih mudah dalam menguasai keterampilan yang diajarkan karena berlatih secara langsung menggunakan peralatan yang sebenarnya. d) Subyek menjadi memiliki kebiasaan baik seperti terlatih

menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasangi pembalut dengan benar terlebih dahulu sebelum memasang pembalut, terbiasa memasang pembalut dengan posisi yang benar (tidak terbalik), terlatih mencuci pembalut yang kotor dan memasukan ke kantong plastik hitam terlebih dahulu sebelum membuangnya ke tempat sampah dan kebiasaan baik mencuci tangan dengan sabun setelah beraktivitas.

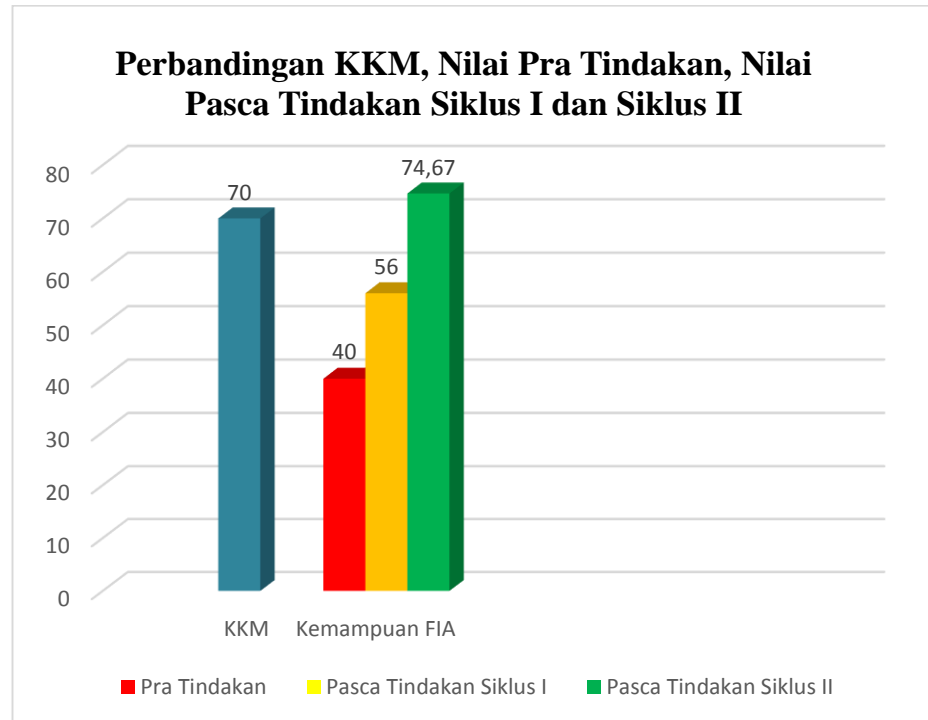
Kemampuan subyek terhadap penguasaan keterampilan pra menstruasi mengalami peningkatan. Hal tersebut terlihat dari perbandingan perolehan nilai yang didapat subyek pada tes pra tindakan, tes pasca tindakan siklus I dan tes pasca tindakan siklus II. Peningkatan secara umum juga dapat diketahui apabila nilai yang diperoleh subyek pada tes pasca tindakan siklus II mampu mencapai atau lebih dari kriteria ketuntasan minimum (KKM) sebesar 70. Peningkatan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta dapat dilihat pada tabel yang disajikan di bawah ini:

Tabel 20. Rekapitulasi Nilai Pra Tindakan dan Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I dan Siklus II

No.	Nama Subyek	Skor Kemampuan Awal	Skor Pasca Tindakan Siklus I	Skor Pasca Tindakan Siklus II	KKM	Peningkatan dalam Presentase (%)
1.	FIA	40	56	74, 67	70	18, 67

Tabel di atas menunjukkan adanya peningkatan kemampuan terhadap penguasaan keterampilan pra menstruasi pada subyek yang terjadi setelah dilakukan tindakan pada siklus II. Subyek mengalami

peningkatan skor sebanyak 18,67% yaitu dari skor 56 pada siklus I menjadi 74,67 pada siklus II. Hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi yang terjadi yaitu subyek dapat melakukan keterampilan secara mandiri pada tahap membuka bungkus pembalut, melepas kertas perekat, memasukan pembalut ke kantong plastik, membuang pembalut ke tempat sampah. Subyek dapat melakukan keterampilan dengan bantuan verbal pada tahap melepas celana, memakai celana dalam yang sudah dipasangi pembalut, melepas pembalut, mencuci pembalut dan memeras pembalut. Pada tahap memasang pembalut di celana dalam, mencuci dan mengelap tangan masih subyek dapat melakukan dengan bantuan guru secara non verbal atau tindakan. Subyek dapat melakukan keterampilan tahap membersihkan vagina dan mengikat kantong plastik masih dengan bantuan guru secara verbal dan non verbal/ tindakan. Gambaran lebih jelas dari hasil pencapaian penguasaan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta dari kemampuan awal, pasca tindakan siklus I dan pasca tindakan siklus II dapat dilihat pada grafik histogram berikut ini:



Gambar 11. Grafik Perbandingan KKM, Nilai Pra Tindakan dan Nilai Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Anak Autis pada Siklus I dan Siklus

Berdasarkan hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa penguasaan keterampilan pra menstruasi pada subyek mengalami peningkatan setelah diberikan tindakan menggunakan metode latihan. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari perolehan nilai dari tes kemampuan awal ke hasil tes pasca tindakan siklus I dan dari hasil pasca tindakan siklus I ke hasil tes pasca tindakan siklus II. Hasil tes pasca tindakan siklus II menunjukkan bahwa nilai subyek telah mampu mencapai bahkan melebihi KKM yang telah ditentukan sebesar 70. Setelah melihat hasil refleksi siklus II dapat disimpulkan bahwa peningkatan yang terjadi pada pasca tindakan siklus I dan pasca

tindakan siklus II sudah optimal, sehingga pemberian tindakan dihentikan pada siklus ke II ini.

C. Uji Hipotesis Tindakan

Uji hipotesis tindakan dilakukan atas dasar ketercapaian tindakan yang menyatakan bahwa tindakan dinyatakan berhasil apabila nilai yang diperoleh subyek dapat sama atau lebih besar dari (\geq) KKM yang ditentukan sebesar 70. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa ada peningkatan pada skor yang diperoleh subyek setelah mendapatkan tindakan latihan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan. Perolehan skor yang diperoleh subyek pada pra tindakan adalah 40 menjadi 56 pada pasca tindakan siklus I atau meningkat sebesar 16%. Hasil tes pasca tindakan siklus II subyek mampu memperoleh skor sebesar 74,67 atau meningkat sebanyak 18,67% dari hasil pasca tindakan pada siklus I. Hasil tes pasca tindakan pada siklus II mengalami peningkatan dan skor yang diperoleh subyek \geq KKM yang telah ditentukan. Dengan demikian, hipotesis tindakan yang menyatakan penerapan metode latihan dapat meningkatkan keterampilan pra menstruasi pada anak autis di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta dapat diterima. Oleh karena itu, peneliti bersama dengan guru kolabolator sepakat menghentikan penelitian ini hanya sampai pada siklus II, karena hasil pada siklus II dianggap sudah sesuai dengan hipotesis tindakan yang ditentukan.

D. Pembahasan Hasil Penelitian tentang Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi melalui Metode Latihan

Penelitian ini dilaksanakan selama dua siklus dengan tiga kali pertemuan tindakan dan satu kali pertemuan tes pasca tindakan pada masing-masing siklus. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan pra menstruasi pada subyek setelah diberikan tindakan menggunakan metode latihan. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan perolehan skor subyek pada tes kemampuan awal sebesar 40 mengalami peningkatan menjadi 56 pada tes pasca tindakan siklus I. Setelah dilakukan tindakan pada siklus II dengan melakukan beberapa modifikasi tindakan, subyek mampu memiliki skor 74,67 atau meningkat sebesar 18,67%. Skor tersebut masuk kategori baik dan mampu mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditentukan sebesar 70, sehingga tindakan dihentikan sampai pada siklus II. Hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi pasca tindakan siklus II yaitu subyek dapat melakukan keterampilan secara mandiri pada tahap membuka bungkus pembalut, melepas kertas perekat, memasukan pembalut ke kantong plastik, membuang pembalut ke tempat sampah. Subyek dapat melakukan keterampilan dengan bantuan verbal pada tahap melepas celana, memakai celana dalam yang sudah dipasang pembalut, melepas pembalut, mencuci pembalut dan memeras pembalut. Pada tahap memasang pembalut di celana dalam, mencuci dan mengelap tangan masih subyek dapat melakukan dengan bantuan guru secara non verbal atau tindakan. Subyek dapat melakukan keterampilan tahap

membersihkan vagina dan mengikat kantong plastik masih dengan bantuan guru secara verbal dan non verbal/ tindakan.

Peningkatan keterampilan pra menstruasi pada subyek dapat terjadi berkat penggunaan metode yang sesuai. Metode latihan merupakan metode yang tepat untuk mengajarkan keterampilan kepada anak autis. Pemberian tindakan berupa latihan yang nyata dengan adanya pengulangan mampu membuat anak autis menjadi semakin terampil dalam melakukan keterampilan yang diajarkan. Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat Suwarna (2006:111) yang menyatakan bahwa metode latihan merupakan cara mengajar dengan memberikan latihan secara nyata dan berulang-ulang mengenai keterampilan tertentu yang akan diajarkan sehingga anak menjadi terampil dalam melakukan keterampilan tersebut. Latihan secara nyata dan diulang-ulang tersebut mampu melatih subyek untuk memiliki kebiasaan baik yang dapat dijadikan sebagai bekal dalam kehidupannya.

Penggunaan metode latihan dapat meningkatkan keterampilan pada anak autis karena memberikan kesempatan kepada subyek untuk melakukan praktik langsung secara nyata. Pemberian kesempatan tersebut membuat subyek menjadi tidak mudah lupa dengan keterampilan yang diajarkan. Hal ini sesuai dengan pendapat Yoswan Azwandi (2007:71) yang menyatakan bahwa guru perlu memberikan kesempatan kepada anak autis untuk melakukan kegiatan nyata yang melibatkan fisik dan pikirannya yaitu dengan melakukan praktek dalam aktivitas latihan keterampilan. Dengan banyak mengalami biasanya hal yang diajarkan akan mudah diingat oleh anak autis. Hal tersebut juga sesuai

dengan kondisi dan karakteristik anak autis yang pada umumnya memiliki pola pikir yang kongkrit. Oleh karena itu, dengan pemberian latihan yang berulang-ulang mampu meningkatkan kemampuan anak autis dalam menguasai keterampilan yang diajarkan. Latihan keterampilan pra menstruasi juga didukung oleh penggunaan sarana-prasarana atau media yang nyata sehingga memudahkan subyek dalam memahami dan menguasai keterampilan yang diajarkan. Pernyataan di atas sesuai dengan pendapat Yoswan Azwandi (2005:157) yang menyatakan bahwa pola pikir anak autis pada umumnya adalah pola pikir kongkrit, sehingga proses latihan juga harus menggunakan sarana prasarana yang kongkrit. Latihan secara nyata mampu menjadikan subyek lebih antusias dan bersemangat dalam mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi. Dengan demikian, penggunaan metode latihan berupa latihan yang diulang-ulang dengan menggunakan peralatan nyata sangat tepat untuk menanamkan keterampilan pra menstruasi kepada anak autis.

Pemberian tindakan keterampilan pra menstruasi yang telah dilaksanakan selama dua siklus telah sesuai dengan prinsip penggunaan metode latihan, sehingga tujuan yang diharapkan dapat terwujud. Hal yang dilakukan pada tahap persiapan, peneliti dan guru mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam latihan keterampilan pra menstruasi yang meliputi: membuat jadwal tindakan, menyusun rancangan latihan keterampilan pra menstruasi, menyiapkan peralatan yang dibutuhkan, menentukan tempat untuk pemberian tindakan yaitu di ruang khusus dan kamar mandi. Pada saat pemberian tindakan, guru mengenalkan terlebih dahulu peralatan yang digunakan dalam latihan dan

kegunaannya, membimbing dan memberikan contoh terlebih dahulu kepada subyek cara melakukan keterampilan pra menstruasi, memberi kesempatan kepada subyek untuk melakukan praktek langsung terhadap keterampilan yang dipelajarinya. Pada pertemuan terakhir di setiap siklus, guru melaksanakan evaluasi untuk mengetahui peningkatan keterampilan pra menstruasi subyek dengan memberikan tes unjuk kerja. Evaluasi yang digunakan untuk mengukur keberhasilan latihan keterampilan pra menstruasi dalam penelitian ini adalah dengan evaluasi proses. Evaluasi proses dilakukan secara seketika pada saat proses kegiatan berlangsung dengan cara meluruskan atau membetulkan perilaku menyimpang (Yoswan Azwandi, 2005:157). Peneliti berperan sebagai pengamat dan mencatat hasil tes unjuk kerja yang dilakukan subyek. Hal yang dilakukan oleh guru dalam penelitian tindakan kelas ini telah sesuai dengan prinsip penggunaan metode latihan. Sesuai dengan pendapat Oemar Hamalik (2009:194) yang menyatakan bahwa sebelum dan selama pelaksanaan tindakan latihan keterampilan menggunakan metode latihan harus memperhatikan hal-hal berikut ini: sebelum pelaksanaan tindakan guru membuat jadwal latihan terlebih dahulu, merinci langkah-langkah yang akan dilakukan, mempersiapkan peralatan yang digunakan, memilih dan mempersiapkan tempat untuk latihan, sedangkan selama pemberian latihan guru harus menghadapkan anak langsung pada peralatan yang akan digunakan, guru memberikan penjelasan dan contoh, guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk mencoba, pada bagian akhir guru melakukan evaluasi. Keberhasilan yang dicapai dalam penelitian ini tidak

dapat lepas dari peran guru dalam mempersiapkan dan melaksanakan pemberian tindakan kepada subyek dengan bersungguh-sungguh.

Pemberian tindakan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan mampu memberikan dampak positif bagi subyek dan guru. Dampak positif bagi subyek menjadikan subyek memiliki pengalaman secara langsung dalam melakukan keterampilan pra menstruasi dan lebih mudah menguasai keterampilan yang diajarkan. Tentunya hal ini dapat memberikan bekal dan akan membantu subyek untuk berlatih mandiri dalam mengurus diri sehingga tidak bergantung pada bantuan orangtua atau guru saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang. Dengan dilakukannya penelitian ini guru menjadi memiliki pengalaman di dalam memberikan program khusus kepada anak berkebutuhan khusus dalam hal ini adalah anak autis. Pengalaman ini menjadi pengalaman pertama bagi guru, karena sebelumnya guru belum pernah melakukan tindakan yang serupa. Hal tersebut juga menjadikan intropeksi diri bagi guru sekaligus dorongan untuk memberikan layanan khusus kepada peserta didik berkebutuhan khusus yang membutuhkan sesuai kondisi dan kebutuhannya.

Pengalaman berharga bagi guru salah satunya adalah dalam melakukan refleksi dan merancang modifikasi tindakan untuk meingkatkan kemampuan subyek pada siklus II. Beberapa tindakan modifikasi tersebut adalah melaksanakan perbaikan tindakan yaitu memperbanyak pengulangan latihan dengan durasi waktu yang tidak begitu lama dan ada jeda waktu untuk istirahat. Hal ini dilakukan supaya subyek tidak cepat bosan dalam mengikuti latihan.

Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Abdul Majid (2013:214), bahwa waktu pelaksanaan latihan tidak perlu lama asalkan sering dilaksanakan dan latihan disesuaikan dengan taraf kemampuan siswa yang akan dilatih. Pendapat lain oleh Suwarna (2006:111) dalam pelaksanaan latihan perlu adanya selingan atau jeda istirahat agar siswa tidak merasa bosan. Selain itu, guru memberikan *reward* sebagai daya tarik supaya subyek bersemangat dan termotivasi mengikuti latihan. *Reward* yang digunakan guru adalah kalimat pujian dan makanan ringan atau *snack* yang disukai subyek. Hal ini sesuai dengan pendapat Ngatini (2011: 38), guru perlu memberikan imbalan atau hadiah berupa makanan, benda-benda atau pujian agar anak dapat melakukan aktivitas dengan baik dan selalu melaksanakan kegiatan latihan keterampilan. Menurut teori Behaviorisme Skinner menyatakan bahwa pengetahuan atau kebiasaan yang terbentuk melalui ikatan stimulus respons akan semakin kuat bila diberi penguatan (Fadillah, 2012:20). Dengan demikian, secara tidak langsung penelitian ini juga mampu memberikan bekal bagi guru dalam menyusun dan melaksanakan program layanan khusus bagi peserta didik berkebutuhan khusus.

E. Keterbatasan Penelitian

Peneliti telah berusaha semaksimal mungkin dalam penelitian tindakan kelas ini, namun peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih terdapat kekurangan yang terjadi diluar kendali peneliti. Adanya kekurangan tersebut disebabkan oleh keterbatasan penelitian sebagai berikut:

1. Pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi yang kurang optimal pada pertemuan pertama di siklus I karena guru sebagai pemberi tindakan pada hari tersebut ada acara penting yang lain sehingga tidak semua langkah-langkah dalam pelaksanaan keterampilan pra menstruasi dilaksanakan.
2. Pelaksanaan tindakan pada siklus I kurang dapat berjalan dengan lancar karena subyek sedang kurang sehat dan suasana hatinya sedang tidak baik sehingga kurang patuh dalam mengikuti perintah guru saat melakukan latihan keterampilan pra menstruasi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Penggunaan metode latihan mampu meningkatkan proses bimbingan keterampilan pra menstruasi. Pada tahap perencanaan, peneliti dan guru kolaborator bekerjasama menyiapkan segala sesuatu yang diperlukan selama proses tindakan. Pada tahap pelaksanaan, guru berperan sebagai pelaksana tindakan dan peneliti berperan sebagai pengamat. Tindakan dilaksanakan selama 2 siklus. Masing-masing siklus dilaksanakan selama tiga kali pertemuan tindakan dan satu kali pertemuan untuk tes pasca tindakan. Pada tindakan siklus II diadakan modifikasi tindakan untuk memperbaiki kelemahan-kelemahan pada tindakan siklus I. Hasil peningkatan keterampilan pra menstruasi pasca tindakan siklus II yaitu subyek dapat melakukan keterampilan secara mandiri pada tahap membuka bungkus pembalut, melepas kertas perekat, memasukkan pembalut ke kantong plastik, membuang pembalut ke tempat sampah. Subyek dapat melakukan keterampilan dengan bantuan verbal pada tahap melepas celana, memakai celana dalam yang sudah dipasang pembalut, melepas pembalut, mencuci pembalut dan memeras pembalut. Pada tahap memasang pembalut di celana dalam, mencuci dan mengelap tangan masih subyek dapat melakukan dengan bantuan guru secara non verbal atau tindakan.

2. Hasil tes terhadap keterampilan pra menstruasi yang dilatihkan melalui metode latihan mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil perbandingan perolehan skor pada tes pra tindakan, tes pasca tindakan siklus I dan tes pasca tindakan siklus II. Subyek memperoleh skor 40 dengan kategori rendah pada hasil tes kemampuan awal. Hasil tes pasca tindakan siklus I subyek memperoleh skor 56 dengan kategori cukup atau meningkat sebesar 16%. Hasil tes pasca tindakan siklus II subyek mampu memperoleh skor sebesar 74,67 dengan kategori baik atau meningkat sebesar 18,67% dari hasil tes pasca tindakan siklus I. Peningkatan yang dicapai oleh subyek pada siklus II mampu mencapai KKM yang sudah ditentukan sebesar 70, sehingga penelitian ini dihentikan di siklus II.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah sebagai pemegang kebijakan hendaknya mempertimbangkan pemberian program bina diri untuk peserta didik berkebutuhan khusus sesuai dengan kondisi dan kebutuhannya. Program bina diri peserta didik berkebutuhan khusus dapat dipertimbangkan untuk dimasukkan ke dalam kurikulum tambahan yang ada di sekolah.

2. Bagi Guru

- a. Guru yang memiliki peserta didik berkebutuhan khusus hendaknya sesegera mungkin memberikan bimbingan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan kepada siswi autis untuk memberikan bekal keterampilan dalam mengurus diri saat mengalami menstruasi di masa yang akan datang.
- b. Pemberian bimbingan keterampilan pra menstruasi menggunakan metode latihan hendaknya diberikan oleh guru kepada siswi autis secara periodik dan konsisten supaya kemampuan yang dimiliki semakin meningkat dan tidak hilang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Majid. (2013). *Strategi Pembelajaran*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- _____. (2014). *Pembelajaran Tematik Terpadu*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Andri Priyatna. (2011). *My Little Angel*. Jakarta: Kompas Gramedia.
- Eko Putro Widoyoko. (2009). *Evaluasi Program Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Eny Kusmiran. (2013). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Eveline Siregar, Hartini Nara. (2011). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Depdiknas. (2001). *Kurikulum Pendidikan Luar Biasa*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Luar Biasa.
- Dewi Fita, Lola Peppa, Kandis Shintya. (2010). *Top Tip for Girls*. Jakarta: Bukune.
- Fadillah.(2012).*Teori Belajar Behavior Skinner*. Diakses dari <http://www.modul.mercubuana.ac.id> pada tanggal 23 Maret 2017, pukul 14.11 WIB.
- Fauziah Rachmawati. (2012). *Pendidikan Seks untuk Anak Autis*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Haryanto. (2007). *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____.(2012). *Identifikasi dan Asesmen Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Direktorat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- I Gusti Ayu Tri Agustiana. (2014). *Konsep Dasar IPA Aspek Biologi*. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
- Istamar Syamsuri. (2007). *IPA Biologi untuk SMP Kelas VIII*. Jakarta: Erlangga.
- _____. (2007). *Sains Biologi untuk Kelas VII*. Jakarta: Erlangga.
- Matondang CS, Wahidiyat I, Sastroasmoro S. (2003). *Diagnosis Fisis pada Anak Pubertas*. Jakarta: Book Karya.
- Mirza Maulana. (2012). *Anak Autis*. Yogyakarta: Katahati.

- Moh. Sholeh Hamid. (2011). *Metode Edutainment*. Yogyakarta: Diva Press.
- Muri Yusuf. A. (2015). *Asesmen dan Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Ngatini. (2011). *Melatih Kemandirian Anak Autis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Oemar Hamalik. (2009). *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem*. Bandung: Bumi Aksara.
- Rini Andriani. (2017). *Teori Behaviorsme dalam Persepektif B.F. Skinner*. Diakses dari <http://www.membumikanpendidikan.com/2015/01/teori-behaviorisme-dalam-perspektif-b-f.html> pada tanggal 23 Maret 2017, pukul 14.05 WIB.
- Roestiyah N.K. (2001). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sagung Seto. (2002). *Tumbuh Kembang Anak dan Masa Remaja*. Jakarta: Publika.
- Saktiyono. (2004). *IPA Biologi SMP dan MTs Jilid 2 untuk Kelas VIII*. Jakarta: Erlangga.
- Sigit Sanyata. (2012). Teori dan aplikasi pendekatan behavioristik dalam konseling. *Jurnal Paradigma*, 7 (14), hlm. 1-11.
- Sudjana. (2005). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2003). *Prosedur Penelitian Suatu Tindakan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- _____. (2003). *Prosedur Penelitian Suatu Praktek*. Jakarta: Bina Aksara.
- _____. (2007). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- _____. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Tindakan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2012). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suharsimi Arikunto dan Cepi Safrudin Abdul Jabar. (2007). *Evaluasi Program Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sukinah, Z. Alimin, dan Endang Rochyadi. (2010). Penangan Penyaluran Dorongan Seksual Remaja Autis. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Volume 3 Nomer 2, September 2010.

- Sukmadinata, N.S. (2005). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Surbakti. (2011). *Questions & Answers Teenagers*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Suwarna. (2006). *Pengajaran Mikro, Pendekatan Praktis dalam Menyiapkan Pendidik Profesional*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Syaiful Bahri Djamarah. (2005). *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain. (2002). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syaiful Sagala. (2006). *Konsep dan Makna Pembelajaran untuk Membantu Memecahkan Problematika Belajar dan Mengajar*. Bandung: Alfabeta.
- Tin Suharmini. (2009). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Kanwa Publisher.
- Yoswan Azwandi. (2005). *Mengenal dan Membantu Penyandang Autisme*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Pendidikan Tinggi Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.
- _____. (2007). *Media Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Pendidikan Tinggi Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.
- Zainal Arifin. (2013). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi

TES KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI PADA ANAK AUTIS DI SD

MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA

Nama Subyek :

Hari, Tanggal Tes :

Tempat Tes :

Tester :

Petunjuk Pengisian :

1. Lembar tes unjuk kerja diisi oleh peneliti.
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian dengan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - a. Skor 5: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar secara mandiri.
 - b. Skor 4: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun dengan bimbingan guru secara verbal (ucapan).
 - c. Skor 3: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara non verbal (tindakan).
 - d. Skor 2: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara verbal dan non verbal (tindakan bantuan).
 - e. Skor 1: jika subyek tidak merespon perintah sampai intruksi yang ketiga atau menolak melakukan tahapan pada item tes meskipun sudah diberikan bantuan.

Catatan : bantuan diberikan kepada subyek setelah 3 kali intruksi tanpa respon atau ketika subyek tidak merespon dengan benar sebelum intruksi ketiga.

No.	Indikator	Skor				
		5	4	3	2	1
1.	Menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembedalut.					
2.	Membuka bungkus dan mengambil pembedalut.					
3.	Melepas kertas perekat yang ada pada bagian bawah dan sayap pembedalut.					
4.	Memasang pembedalut di celana dalam dengan benar.					
5.	Melepas celana dalam yang dipakainya.					
6.	Membersihkan vagina (cebok).					
7.	Memakai celana dalam yang sudah dipasang pembedalut.					
8.	Melepas pembedalut dari celana dalam.					
9.	Mencuci pembedalut yang bernoda merah menggunakan air.					
10.	Memeras pembedalut yang sudah dicuci.					
11.	Memasukkan pembedalut ke dalam kantong plastik warna hitam.					
12.	Mengikat kantong plastik yang berisi pembedalut.					
13.	Membuang kantong plastik yang berisi pembedalut ke tempat sampah.					
14.	Mencuci tangan menggunakan sabun.					
15.	Mengelap tangan menggunakan handuk.					
Jumlah skor keseluruhan						

Rumus penilaian:

$$X = \frac{A}{B} \times 100\%$$

Keterangan:

X = presentase total yang diperoleh

A = jumlah skor yang diperoleh subyek

B = jumlah skor maksimum ideal dari tes yang bersangkutan

100 = bilangan tetap

Kategori Penilaian Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi.

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
64 – 75	85,33 – 100	Sangat Baik
52 – 63	69,33 – 84	Baik
40 – 51	53,33 – 68	Cukup
28 – 39	37,33 – 52	Kurang
15 – 27	20 – 36	Sangat Kurang

Yogyakarta, Januari 2017

Tester

()

**Lampiran 2. Pedoman Observasi Partisipasi Subyek dalam Mengikuti
Latihan Keterampilan Pra Menstruasi**

**PEDOMAN OBSERVASI PARTISIPASI PADA ANAK AUTIS DALAM
LATIHAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI DI SD
MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA**

Nama Subyek :

Hari, Tanggal :

Tester :

Petunjuk Pelaksanaan :

1. Lembar Observasi diisi oleh peneliti.
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian dengan kriteria penilaian:
 - a. Skor 1 : apabila subyek tidak mampu berpartisipasi atau tidak memberikan respon saat mengikuti pelatihan keterampilan pra menstruasi.
 - b. Skor 2 : apabila subyek dapat berpartisipasi dalam kegiatan latihan dengan bimbingan dan bantuan dari guru secara verbal dan non verbal (tindakan).
 - c. Skor 3 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan bantuan guru secara non verbal (tindakan).
 - d. Skor 4 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan bimbingan guru secara verbal.
 - e. Skor 5 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan mandiri.

No.	Indikator	Skor				
		5	4	3	2	1
1.	Duduk tenang dan menunjukkan sikap siap mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi.					
2.	Menjawab salam dari guru dan berdoa sebelum mengikuti latihan.					
3.	Memperhatikan saat guru menjelaskan tujuan pelatihan keterampilan pra menstruas.					
4.	Mengamati saat guru menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan yang digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi.					
5.	Memperhatikan saat guru memberikan penjelasan materi latihan keterampilan pra menstruasi.					
6.	Mengamati saat guru atau model memberikan contoh melakukan tahapan keterampilan pra menstruasi.					
7.	Menirukan kegiatan keterampilan pra menstruasi yang dicontohkan oleh guru atau model dengan benar.					
8.	Melakukan tahapan-tahapan keterampilan pra menstruasi dengan benar saat guru memberikan kesempatan untuk mencoba sendiri.					
9.	Merespon pertanyaan guru saat guru mengulas materi yang sudah dipelajari.					
10.	Berdoa sesudah latihan dan menjawab salam guru.					

Rumus penilaian:

$$X = \frac{A}{B} \times 100\%$$

Keterangan:

X = presentase total yang diperoleh

A = jumlah skor yang diperoleh subyek

B = jumlah skor maksimum ideal dari tes yang bersangkutan

100 = bilangan tetap

Kategori Penilaian Observasi terhadap Partisipasi Subyek dalam Mengikuti

Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
43 – 50	86 - 100	Sangat Baik
35 – 42	70 - 84	Baik
27 – 34	54 - 68	Cukup
19 – 26	38 – 52	Kurang
11 – 18	22 - 36	Sangat Kurang

Yogyakarta, Januari 2017

Tester

()

**Lampiran 3. Pedoman Observasi Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan
Pra Menstruasi**

**PEDOMAN OBSERVASI KINERJA GURU DALAM LATIHAN
KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI DI SD MUHAMMADIYAH
MILIRAN YOGYAKARTA**

Nama Subyek :

Hari, Tanggal :

Tester :

Petunjuk Pelaksanaan :

3. Lembar Observasi diisi oleh peneliti.
4. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian dengan kriteria penilaian:
 - a. Skor 1 : apabila guru tidak melakukan.
 - b. Skor 2 : apabila guru melakukan dengan sering mengalami kesulitan.
 - c. Skor 3 : apabila guru melakukan dengan sesekali mengalami kesulitan dan dapat diatasi.
 - d. Skor 4 : apabila guru melakukan tanpa kesulitan sama sekali.

No.	Indikator	Skor			
		4	3	2	1
1.	Menyiapkan tempat dan peralatan yang digunakan dalam latihan.				
2.	Mengkondisikan subyek untuk siap mengikuti latihan.				
3.	Membuka latihan dengan salam dan membimbing subyek untuk berdoa.				
4.	Menjelaskan tujuan dari pelatihan keterampilan pra menstruasi kepada subyek.				
5.	Menjelaskan pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi, dan tanda-tanda menjelang menstruasi sebagai materi pengantar dalam latihan keterampilan pra menstruasi.				
6.	Menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan yang digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi kepada subyek.				
7.	Menjelaskan dan memberi contoh cara melakukan kegiatan keterampilan pra menstruasi dengan benar.				
8.	Membimbing subyek dengan telaten dan sabar dalam melakukan latihan praktek keterampilan pra menstruasi dengan benar.				
9.	Memberikan kesempatan kepada subyek untuk melakukan praktek keterampilan pra menstruasi sendiri.				
10.	Memberikan koreksi dan <i>prompt</i> secara verbal maupun non verbal ketika subyek membutuhkan.				
11.	Memberikan motivasi dan <i>reward</i> kepada subyek.				
12.	Menyimpulkan dan mengulas kembali materi latihan keterampilan pra menstruasi sebelum mengakhiri kegiatan latihan.				
13.	Memberikan salam dan membimbing subyek untuk berdoa setelah melakukan latihan.				
14.	Melakukan refleksi.				
15.	Merencanakan kegiatan tindak lanjut.				
Jumlah skor					

Rumus penilaian:

$$X = \frac{A}{B} \times 100\%$$

Keterangan:

X = presentase total yang diperoleh

A = jumlah skor yang diperoleh

B = jumlah skor maksimum ideal dari tes yang bersangkutan

100 = bilangan tetap

Kategori Penilaian Observasi terhadap Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan

Pra Menstruasi.

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
49,75 – 60	82,97 – 100	Sangat Baik
38,50 – 48,75	64,17 – 81,25	Baik
27,25 – 37,50	45,42 – 62,50	Cukup
15 – 26,25	18,33 – 43,75	Kurang

Yogyakarta, Januari 2017

Tester

()

Lampiran 4. Rancangan Pelaksanaan Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Tindakan Siklus I dan Siklus II

RANCANGAN PELAKSANAAN LATIHAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI

Satuan Pendidikan	: Sekolah Dasar
Peserta didik	: Autis
Kelas / Semester	: II / dua
Jenis Keterampilan	: Keterampilan Pra Menstruasi
Alokasi Waktu	: 60 menit/pertemuan
Pertemuan ke-	: 1, 2, 3 (siklus I) 4, 5, 6 (siklus II)

A. Indikator Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi

1. Subyek mampu melakukan keterampilan pra menstruasi tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut yang terdiri dari kegiatan menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut, membuka plastik pembungkus dan mengambil pembalut, melepas kertas perekat pembalut, dan menempelkan pembalut pada celana dalam dengan posisi yang benar.
2. Subyek mampu melakukan keterampilan pra menstruasi tahap menggunakan pembalut yang terdiri dari kegiatan melepas celana dalam yang dipakai siswi, membersihkan vagina (cebok), dan memakai celana dalam yang sudah dipasang pembalut.
3. Subyek mampu melakukan keterampilan pra menstruasi tahap setelah menggunakan pembalut yang terdiri dari kegiatan melepas pembalut dari celana dalam, mencuci pembalut yang bernoda merah dengan air, memeras

pembalut yang sudah dicuci, memasukan pembalut ke dalam kantong plastik hitam, mengikat kantong plastik yang berisi pembalut, membuang kantong plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah, mencuci tangan menggunakan sabun, mengelap tangan menggunakan handuk.

B. Tujuan Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi

1. Subyek dapat melakukan keterampilan pra menstruasi tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut dengan benar.
2. Subyek dapat melakukan keterampilan pra menstruasi tahap menggunakan pembalut dengan benar.
3. Subyek dapat melakukan keterampilan pra menstruasi tahap setelah menggunakan pembalut dengan benar.

C. Materi Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi

1. Pengenalan singkat tentang pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi dan tanda-tanda menjelang menstruasi.
2. Keterampilan pra menstruasi yang terdiri dari tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut, menggunakan pembalut dan setelah menggunakan pembalut.

D. Metode Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi

1. Metode latihan (utama)
2. Metode demonstrasi dan *modelling* (pendukung)

E. Media / Alat Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi

Peralatan latihan keterampilan pra menstruasi yang dibutuhkan meliputi: alat tulis, celana dalam, pembalut, obat merah (untuk darah tiruan), ember, air, gayung, plastik hitam, sabun, dan handuk.

F. Pelaksanaan Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi Pada Siklus I

- a. Kegiatan Awal (5 menit)

- 1) Guru bersama peneliti menyiapkan tempat dan peralatan yang akan digunakan dalam pelatihan keterampilan pra menstruasi.
 - 2) Guru mengkondisikan subyek untuk dapat tenang dan siap mengikuti pelatihan keterampilan pra menstruasi.
 - 3) Guru membuka pelatihan keterampilan pra menstruasi dengan salam dan membimbing subyek untuk berdoa bersama.
 - 4) Guru menjelaskan tujuan pelatihan keterampilan pra menstruasi yang akan dilakukan kepada subyek.
 - 5) Guru menunjukkan dan menjelaskan peralatan yang akan digunakan dalam latihan kepada subyek.
- b. Kegiatan Inti (50 menit)
- 1) Guru menjelaskan dan subyek memperhatikan menjelaskan guru mengenai pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi dan tanda-tanda menjelang menstruasi.
 - 2) Guru memberikan pertanyaan kepada subyek mengenai konsep pubertas dan menstruasi dan subyek menjawab pertanyaan guru dengan menjawab secara lisan maupun tulisan.
 - 3) Guru melatih tahap-tahap keterampilan pra menstruasi dengan memberikan contoh terlebih dahulu kepada subyek Guru membimbing subyek melakukan latihan secara berulang-ulang dengan menggunakan peralatan latihan yang sudah siap. Langkah-langkah pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi adalah sebagai berikut:
Tahap persiapan sebelum menggunakan pembalut:
 - a) Menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasangi pembalut.
 - b) Membuka bungkus dan mengambil pembalut.
 - c) Melepas kertas perekat yang ada pada bagian bawah dan sayap pembalut.
 - d) Memasang pembalut di celana dalam dengan benar.

Tahap menggunakan pembalut:

- e) Melepas celana dalam yang dipakai.
- f) Membersihkan vagina (cebok) dengan benar.
- g) Memakai celana dalam yang sudah dipasang pembalut.

Tahap setelah menggunakan pembalut:

- h) Melepas pembalut dari celana dalam.
 - i) Mencuci pembalut yang bernoda merah dengan air.
 - j) Memeras pembalut yang sudah dicuci.
 - k) Memasukkan pembalut ke dalam kantong plastik hitam.
 - l) Mengikat kantong plastik yang berisi pembalut.
 - m) Membuang kantong plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah.
 - n) Mencuci tangan menggunakan sabun.
 - o) Mengelap tangan menggunakan handuk.
- 4) Subyek mengamati saat guru memberikan contoh kemudian menirukan hal yang dicontohkan guru.
- 5) Guru memberikan *prompt* (bantuan) jika subyek mengalami kesulitan dan membenarkan jika yang dilakukan subyek tidak sesuai dengan yang diharapkan.
- 6) Guru memberikan *reward* berupa pujian jika subyek mampu melakukan setiap tugas dengan benar.
- 7) Guru membimbing subyek untuk mengulangi seluruh aspek keterampilan pra menstruasi dari poin awal hingga akhir dan menilai kinerja siswi.
- d. Kegiatan Akhir (5 menit)
- 1) Guru mengulas kembali materi yang sudah dilatihkan kepada subyek dengan memberi beberapa pertanyaan sebelum menutup pertemuan.
 - 2) Guru mengakhiri pelatihan keterampilan pra menstruasi dengan memberi salam dan membimbing subyek untuk berdoa

G. Pelaksanaan Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi Siklus II

a. Kegiatan Awal (5 menit)

(sama dengan pada siklus I)

b. Kegiatan Inti (50 menit)

- 1) Guru mengulas kembali materi tentang pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi dan tanda-tanda menjelang menstruasi.
- 2) Guru memberikan pertanyaan kepada subyek mengenai konsep pubertas dan menstruasi dan subyek menjawab pertanyaan guru dengan menjawab secara lisan maupun tulisan.
- 3) Guru melatih tahap-tahap keterampilan pra menstruasi dengan lebih intensif kepada subyek. Langkah-langkah pelaksanaan latihan keterampilan pra menstruasi sama seperti pada siklus I.
- 4) Guru dibantu oleh model untuk memberikan contoh pada tahap-tahap keterampilan pra menstruasi poin (a), (d), (i), (j), (l) (n). Guru fokus membimbing subyek untuk menirukan kegiatan yang dicontohkan oleh model dan melakukan latihan secara berulang-ulang.
- 5) Guru membimbing subyek untuk mengulang-ulang latihan pada poin awal hingga akhir.
- 6) Guru memberikan *prompt* (bantuan) jika subyek masih mengalami kesulitan dan membenarkan jika yang dilakukan tidak sesuai dengan yang diharapkan.

- 7) Ketika subyek tidak mau mengikuti latihan, guru membujuk dengan menjanjikan akan memberikan makanan jika mau melanjutkan latihan dan melakukan tugas dengan benar.
 - 8) Guru memberikan *reward* (berupa pujian atau makanan) jika subyek mampu melakukan setiap tugas dengan benar.
 - 9) Guru memberikan jeda waktu untuk istirahat atau untuk makan *snack* terlebih dahulu kepada subyek pada saat subyek sudah menunjukkan sikap bosan atau penolakan mengikuti latihan. Latihan dilanjutkan kembali jika subyek sudah mampu dikondisikan kembali
- c. Kegiatan Akhir (5 menit)
(sama dengan siklus I)

H. Penilaian

Jenis tes: tes unjuk kerja keterampilan pra menstruasi

I. Pedoman Penilaian

- a. Skor 5: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar secara mandiri.
- b. Skor 4: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun dengan bimbingan guru secara verbal (ucapan).
- c. Skor 3: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara non verbal (tindakan).
- d. Skor 2: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara verbal dan non verbal (tindakan bantuan).

- e. Skor 1: jika subyek tidak merespon perintah sampai intruksi yang ketiga atau menolak melakukan tahapan pada item tes meskipun sudah diberikan bantuan.

Catatan : bantuan diberikan kepada subyek setelah 3 kali intruksi tanpa respon atau ketika subyek tidak merespon dengan benar sebelum intruksi ketiga.

Kategori Penilaian Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi.

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
64 – 75	85,33 – 100	Sangat Baik
52 – 63	69,33 – 84	Baik
40 – 51	53,33 – 68	Cukup
28 – 39	37,33 – 52	Kurang
15 – 27	20 – 36	Sangat Kurang

Rumus penilaian:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor yang diperoleh subyek}}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

Yogyakarta, Januari 2017

Guru Kelas



Witin Sulistiyorini, S.Ag
NBM 1 013 245

Peneliti




Muji Lestari
NIM 13103241023

Mengetahui

Kepala SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta




Ani Sulistyaningsih, S.Pd.
NBM 952 630

Lampiran 5. Hasil Tes Pra Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi

TES PRA TINDAKAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI PADA ANAK AUTIS DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA

Nama Subyek : FIA (inisial)

Hari, Tanggal Tes : Jumat, 13 Januari 2017

Tempat Tes : SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta

Tester : Muji Lestari

Petunjuk Pengisian :

1. Lembar tes unjuk kerja diisi oleh peneliti.
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian dengan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - a. Skor 5: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar secara mandiri.
 - b. Skor 4: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun dengan bimbingan guru secara verbal (ucapan).
 - c. Skor 3: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara non verbal (tindakan).
 - d. Skor 2: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara verbal dan non verbal (tindakan bantuan).
 - e. Skor 1: jika subyek tidak merespon perintah sampai intruksi yang ketiga atau menolak melakukan tahapan pada item tes meskipun sudah diberikan bantuan.

Catatan : bantuan diberikan kepada subyek setelah 3 kali intruksi tanpa respon atau ketika subyek tidak merespon dengan benar sebelum intruksi ketiga.

No.	Indikator	Skor				
		5	4	3	2	1
1.	Menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut.				√	
2.	Membuka bungkus dan mengambil pembalut.				√	
3.	Melepas kertas perekat yang ada pada bagian bawah dan sayap pembalut.				√	
4.	Memasang pembalut di celana dalam dengan benar.				√	
5.	Melepas celana dalam yang dipakainya.				√	
6.	Membersihkan vagina (cebok).				√	
7.	Memakai celana dalam yang sudah dipasang pembalut.				√	
8.	Melepas pembalut dari celana dalam.				√	
9.	Mencuci pembalut yang bernoda merah menggunakan air.				√	
10.	Memeras pembalut yang sudah dicuci.				√	
11.	Memasukkan pembalut ke dalam kantong plastik warna hitam.				√	
12.	Mengikat kantong plastik yang berisi pembalut.				√	
13.	Membuang kantong plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah.				√	
14.	Mencuci tangan menggunakan sabun.				√	
15.	Mengelap tangan menggunakan handuk.				√	
Jumlah skor keseluruhan		30				

Kategori Penilaian Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi.

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
64 – 75	85,33 – 100	Sangat Baik
52 – 63	69,33 – 84	Baik
40 – 51	53,33 – 68	Cukup
28 – 39	37,33 – 52	Kurang
15 – 27	20 – 36	Sangat Kurang

Rumus penilaian:

$$\text{Persentase skor} = \frac{\text{skor yang diperoleh subyek}}{\text{skor maksimum}} \times 100\%$$

Perolehan hasil tes kemampua awal pada subyek adalah sebagai berikut:

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{30}{75} \times 100\% \\ &= 40\end{aligned}$$

Kategori : Kurang

Yogyakarta, 06 Januari 2017

Tester



(Muji Lestari)

NIM 13103241023

Lampiran 6. Hasil Tes Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Siklus I

TES KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI PADA ANAK AUTIS DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA

Nama Subyek : FIA (inisial)

Hari, Tanggal Tes : Jumat, 13 Januari 2017

Tempat Tes : SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta

Tester : Muji Lestari

Petunjuk Pengisian :

1. Lembar tes unjuk kerja diisi oleh peneliti.
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian dengan kriteria penilaian sebagai berikut:
 - a. Skor 5: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar secara mandiri.
 - b. Skor 4: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun dengan bimbingan guru secara verbal (ucapan).
 - c. Skor 3: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara non verbal (tindakan).
 - d. Skor 2: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara verbal dan non verbal (tindakan bantuan).
 - e. Skor 1: jika subyek tidak merespon perintah sampai intruksi yang ketiga atau menolak melakukan tahapan pada item tes meskipun sudah diberikan bantuan.

Catatan : bantuan diberikan kepada subyek setelah 3 kali intruksi tanpa respon atau ketika subyek tidak merespon dengan benar sebelum intruksi ketiga.

No.	Indikator	Skor				
		5	4	3	2	1
1.	Menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembalut.				√	
2.	Membuka bungkus dan mengambil pembalut.			√		
3.	Melepas kertas perekat yang ada pada bagian bawah dan sayap pembalut.			√		
4.	Memasang pembalut di celana dalam dengan benar.				√	
5.	Melepas celana dalam yang dipakainya.		√			
6.	Membersihkan vagina (cebok).				√	
7.	Memakai celana dalam yang sudah dipasang pembalut.		√			
8.	Melepas pembalut dari celana dalam.				√	
9.	Mencuci pembalut yang bernoda merah menggunakan air.				√	
10.	Memeras pembalut yang sudah dicuci.		√			
11.	Memasukkan pembalut ke dalam kantong plastik warna hitam.		√			
12.	Mengikat kantong plastik yang berisi pembalut.				√	
13.	Membuang kantong plastik yang berisi pembalut ke tempat sampah.		√			
14.	Mencuci tangan menggunakan sabun.				√	
15.	Mengelap tangan menggunakan handuk.				√	
Jumlah skor keseluruhan		42				

Kategori Penilaian Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi.

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
64 – 75	85,33 – 100	Sangat Baik
52 – 63	69,33 – 84	Baik
40 – 51	53,33 – 68	Cukup
28 – 39	37,33 – 52	Kurang
15 – 27	20 – 36	Sangat Kurang

Rumus penilaian:

$$\text{Presentase skor} = \frac{\text{skor yang diperoleh subyek}}{\text{skor maksimum}} \times 100\%$$

Perolehan hasil tes pasca tindakan siklus I pada subyek adalah sebagai berikut:

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{42}{75} \times 100\% \\ &= 56\end{aligned}$$

Kategori : cukup

Yogyakarta, 13 Januari 2017

Tester



(Muji Lestari)

NIM 13103241023

Lampiran 7. Hasil Tes Pasca Tindakan Keterampilan Pra Menstruasi Siklus II

TES KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI PADA ANAK AUTIS DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA

Nama Subyek : FIA (inisial)

Hari, Tanggal Tes : Jumat, 20 Januari 2017

Tempat Tes : SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta

Tester : Muji Lestari

Petunjuk Pengisian :

1. Lembar tes unjuk kerja diisi oleh peneliti.
2. Berilah tanda *check list* (√) pada kolom penilaian dengan kriteria penilaian sebagai berikut:
 1. Skor 5: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar secara mandiri.
 2. Skor 4: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun dengan bimbingan guru secara verbal (ucapan).
 3. Skor 3: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara non verbal (tindakan).
 4. Skor 2: jika subyek dapat melakukan tahapan pada item tes dengan benar namun menggunakan bimbingan guru secara verbal dan non verbal (tindakan bantuan).
 5. Skor 1: jika subyek tidak merespon perintah sampai intruksi yang ketiga atau menolak melakukan tahapan pada item tes meskipun sudah diberikan bantuan.

Catatan : bantuan diberikan kepada subyek setelah 3 kali intruksi tanpa respon atau ketika subyek tidak merespon dengan benar sebelum intruksi ketiga.

No.	Indikator	Skor				
		5	4	3	2	1
1.	Menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pembedalut.			√		
2.	Membuka bungkus dan mengambil pembedalut.	√				
3.	Melepas kertas perekat yang ada pada bagian bawah dan sayap pembedalut.	√				
4.	Memasang pembedalut di celana dalam dengan benar.			√		
5.	Melepas celana dalam yang dipakainya.		√			
6.	Membersihkan vagina (cebok).				√	
7.	Memakai celana dalam yang sudah dipasang pembedalut.		√			
8.	Melepas pembedalut dari celana dalam.		√			
9.	Mencuci pembedalut yang bernoda merah menggunakan air.		√			
10.	Memeras pembedalut yang sudah dicuci.		√			
11.	Memasukkan pembedalut ke dalam kantong plastik warna hitam.	√				
12.	Mengikat kantong plastik yang berisi pembedalut.				√	
13.	Membuang kantong plastik yang berisi pembedalut ke tempat sampah.	√				
14.	Mencuci tangan menggunakan sabun.			√		
15.	Mengelap tangan menggunakan handuk.			√		
Jumlah skor keseluruhan		56				

Kategori Penilaian Tes Unjuk Kerja Keterampilan Pra Menstruasi.

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
64 – 75	85,33 – 100	Sangat Baik
52 – 63	69,33 – 84	Baik
40 – 51	53,33 – 68	Cukup
28 – 39	37,33 – 52	Kurang
15 – 27	20 – 36	Sangat Kurang

Rumus penilaian:

$$\text{Presentase skor} = \frac{\text{skor yang diperoleh subyek}}{\text{skor maksimum}} \times 100\%$$

Perolehan hasil tes pasca tindakan siklus II pada subyek adalah sebagai berikut:

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{56}{75} \times 100\% \\ &= 74,67\end{aligned}$$

Kategori : baik

Yogyakarta, 20 Januari 2017

Tester



(Muji Lestari)

NIM 13103241023

Lampiran 8. Hasil Observasi Partisipasi Subyek dalam Mengikuti Latihan Keterampilan Pra Menstruasi pada Tindakan Siklus I dan II

REKAPITULASI HASIL OBSERVASI PARTISIPASI SUBYEK DALAM MENGIKUTI LATIHAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA

Nama Subyek : FIA (inisial)

Pertemuan : I, II, dan III pada siklus I dan II

Tester : Muji Lestari

Petunjuk Pelaksanaan :

1. Lembar Observasi diisi oleh peneliti.
2. Kriteria penilaian adalah sebagai berikut:
 - a. Skor 1 : apabila subyek tidak mampu berpartisipasi atau tidak memberikan respon saat mengikuti pelatihan keterampilan pra menstruasi.
 - b. Skor 2 : apabila subyek dapat berpartisipasi dalam kegiatan latihan dengan bimbingan dan bantuan dari guru secara verbal dan non verbal (tindakan).
 - c. Skor 3 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan bantuan guru secara non verbal (tindakan).
 - d. Skor 4 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan bimbingan guru secara verbal.
 - e. Skor 5 : apabila subyek mampu berpartisipasi dalam melakukan kegiatan latihan dengan mandiri.

No.	Indikator	Skor Siklus I			Skor Siklus II		
		1	2	3	1	2	3
		1.	Duduk tenang dan menunjukkan sikap siap mengikuti latihan keterampilan pra menstruasi.	4	4	3	4
2.	Menjawab salam dari guru dan berdoa sebelum mengikuti latihan.		4	4	4	4	4
3.	Memperhatikan saat guru menjelaskan tujuan pelatihan keterampilan pra menstruasi.		2	2	4	3	4
4.	Mengamati saat guru menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan yang digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi.	4	4	3	4	2	4
5.	Memperhatikan saat guru memberikan penjelasan materi latihan keterampilan pra menstruasi.	2	3	3	2	4	5
6.	Mengamati saat guru atau model memberikan contoh melakukan tahapan keterampilan pra menstruasi.	4	2	2	5	4	4
7.	Menirukan kegiatan keterampilan pra menstruasi yang dicontohkan oleh guru atau model dengan benar.	2	2	4	4	4	5
8.	Melakukan tahapan-tahapan keterampilan pra menstruasi dengan benar saat guru memberikan kesempatan untuk mencoba sendiri.	2	2	3	3	4	4
9.	Merespon pertanyaan guru saat guru mengulas materi yang sudah dipelajari.		4	4	4	5	5
10.	Berdoa sesudah latihan dan menjawab salam guru.	4	4	4	5	5	4
Jumlah skor		22	31	32	39	40	42
Jumlah rata-rata keseluruhan skor siklus I dan II		28,33			40,33		

Rumus penilaian:

$$\text{Presentase skor} = \frac{\text{skor yang diperoleh subyek}}{\text{skor maksimum}} \times 100\%$$

Kategori Penilaian Observasi terhadap Partisipasi Subyek dalam Mengikuti Pelatihan Keterampilan Pra Menstruasi

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
43 – 50	86 - 100	Sangat Baik
35 – 42	70 - 84	Baik
27 – 34	54 - 68	Cukup
19 – 26	38 – 52	Kurang
11 – 18	22 - 36	Sangat Kurang

Siklus I		Siklus II	
Pertemuan I	: 22/ 44% / kurang	Pertemuan I	: 39/ 78%/ baik
Pertemuan II	: 31/ 62%/ cukup	Pertemuan II	: 40/ 80%/ baik
Pertemuan III	: 32/ 64%/ cukup	Pertemuan III	: 42/ 84%/ baik
Keseluruhan	: 28,33 /56,66%/ cukup	Keseluruhan	: 40,33/80,66 %/ baik

Hasil perolehan skor observasi partisipasi subyek adalah sebagai berikut:

Yogyakarta, Januari 2017

Tester



(Muji Lestari)

NIM. 13103241023

Lampiran 9. Hasil Observasi Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi pada Tindakan Siklus I dan II

**REKAPITULASI HASIL OBSERVASI KINERJA GURU DALAM
LATIHAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI DI SD
MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA**

Nama Subyek : Witin Sulistiyorini, S. Ag.

Pertemuan : I, II, dan III pada siklus I dan siklus II

Tester : Muji Lestari

Petunjuk Pelaksanaan :

1. Lembar Observasi diisi oleh peneliti.
2. Ketentuan penilaian dengan kriteria :
 - a. Skor 1 : apabila guru tidak melakukan.
 - b. Skor 2 : apabila guru melakukan dengan sering mengalami kesulitan.
 - c. Skor 3 : apabila guru melakukan dengan sesekali mengalami kesulitan dan dapat diatasi.
 - d. Skor 4 : apabila guru melakukan tanpa kesulitan.

Berikut merupakan hasil rekapitulasi hasil pengamatan terhadap kinerja guru pada pertemuan I, II, dan III di setiap siklus I dan II.

No.	Indikator	Skor Siklus			Skor Siklus		
		I			II		
		1	2	3	1	2	3
1.	Menyiapkan tempat dan peralatan yang digunakan dalam latihan.	4	4	4	4	4	4
2.	Mengkondisikan subyek untuk siap mengikuti latihan.	3	3	4	3	4	4
3.	Membuka latihan dengan salam dan membimbing subyek untuk berdoa.		3	3	4	4	4
4.	Menjelaskan tujuan dari pelatihan keterampilan pra menstruasi kepada subyek.		2	3	3	3	3
5.	Menjelaskan pengertian pubertas, ciri-ciri pubertas, pengertian menstruasi, dan tanda-tanda menjelang menstruasi sebagai materi pengantar dalam latihan keterampilan pra menstruasi.	2	2	3	3	4	4
6.	Menunjukkan dan menjelaskan kegunaan peralatan yang digunakan dalam latihan keterampilan pra menstruasi kepada subyek.	2	3	2	4	3	3
7.	Menjelaskan dan memberi contoh cara melakukan kegiatan keterampilan pra menstruasi dengan benar.	2	2	3	3	4	4
8.	Membimbing subyek dengan telaten dan sabar dalam melakukan latihan praktek keterampilan pra menstruasi dengan benar.	2	2	3	3	3	3
9.	Memberikan kesempatan kepada subyek untuk melakukan praktek keterampilan pra menstruasi sendiri.	4	4	4	4	4	4
10.	Memberikan koreksi dan <i>prompt</i> secara verbal maupun non verbal ketika subyek membutuhkan.	2	3	2	3	4	4
11.	Memberikan motivasi dan <i>reward</i> kepada subyek.	4	4	4	4	4	4
12.	Menyimpulkan dan mengulas kembali materi latihan keterampilan pra menstruasi sebelum mengakhiri kegiatan latihan.		3	3		3	4
13.	Memberikan salam dan membimbing subyek untuk berdoa setelah melakukan latihan.	4	2	3	3	3	4
14.	Melakukan refleksi.		2	3	3	3	3
15.	Merencanakan kegiatan tindak lanjut.		2	3	3	4	4
Jumlah skor		29	41	47	50	54	56
Jumlah rata-rata skor keseluruhan siklus I dan II		39			53,33		

Rumus penilaian:

$$\text{Presentase skor} = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 100 \%$$

Kategori Penilaian Observasi terhadap Kinerja Guru dalam Melatih Keterampilan Pra Menstruasi.

Nilai/ Skor	Persentase skor (%)	Kategori
49,75 – 60	82,97 – 100	Sangat Baik
38,50 – 48,75	64,17 – 81,25	Baik
27,25 – 37,50	45,42 – 62,50	Cukup
15 – 26,25	18,33 – 43,75	Kurang

Siklus I			Siklus II		
Pertemuan I	:	29/ 48,33% /cukup	Pertemuan I	:	50/ 83,33%/ sangat baik
Pertemuan II	:	41/ 68,33%/ baik	Pertemuan II	:	54/ 90%/ sangat baik
Pertemuan III	:	47/ 78,33%/ baik	Pertemuan III	:	56 / 93,33%/ sangat baik
Keseluruhan	:	39 / 65%/ baik	Keseluruhan	:	53,33/ 88,89%/ sangat baik

Hasil observasi kinerja guru dalam pelatihan keterampilan pra menstruasi adalah:

Yogyakarta, Januari 2017

Tester



(Muji Lestari)

NIM. 13103241023

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Subyek memasang pembalut dengan posisi terbalik pada saat kegiatan observasi awal yang dilakukan peneliti di bulan Oktober-November 2016



Gambar 2. Guru sedang memberikan materi pengantar keterampilan pra menstruasi tentang konsep pubertas dan menstruasi.



Gambar 3. Guru sedang mengenalkan pembalut dan kegunaannya kepada subyek.



Gambar 4. Guru sedang mengenalkan darah menstruasi di pembalut kepada subyek.



Gambar 5. Subyek dibimbing guru untuk menyiapkan celana dalam.



Gambar 6. Subyek sedang berlatih membuka pembungkus pembalut.



Gambar 7. Subyek terlihat antusias dan bersemangat ketika melepas kertas perekat pembalut.



Gambar 8. Subyek berlatih memasang pembalut di celana dalam dengan bimbingan dari guru.



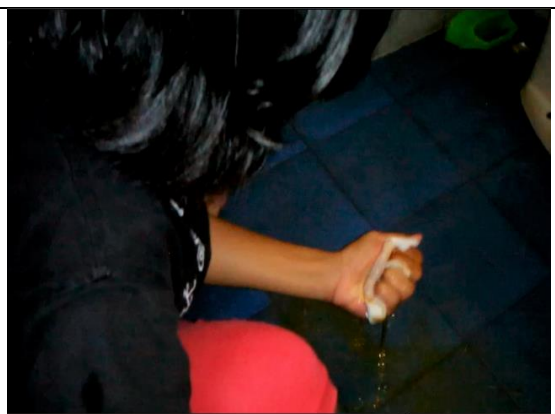
Gambar 9. Subyek mampu memasang pembalut dengan bimbingan guru.



Gambar 10. Subyek sedang melepas pembalut bernoda merah dari celana dalam.



Gambar 11. Subyek sedang berlatih mencuci pembalut yang bernoda merah dengan air.



Gambar 12. Subyek sedang memeras pembalut yang dicucinya.



Gambar 13. Subyek sedang memasukan pembalut yang sudah dicuci ke dalam kantong plastik hitam.



Gambar 14. Subyek dibantu guru dalam mengikat kantong plastik yang berisi pembalut.



Gambar 15. Subyek sedang membuang pembalut ke tempat sampah dengan bimbingan guru.



Gambar 16. Subyek sedang menuang sabun untuk cuci tangan.



Gambar 17. Subyek sedang mencuci tangan setelah selesai mencuci pembalut.



Gambar 18. Subyek mengelap tangan dengan handuk setelah selesai cuci tangan.



Gambar 19. Guru membimbing subyek untuk dapat menirukan hal yang dicontohkan oleh model pada tahap menyiapkan bagian celana dalam yang akan dipasang pambalut.



Gambar 20. Guru membimbing subyek untuk menirukan hal yang dilakukan model pada tahap memasang pambalut di celana dalam dengan benar.



Gambar 21. Subyek terlihat antusias memperhatikan hal yang dilakukan model.



Gambar 22. Subyek berusaha menirukan hal yang dilakukan model.



Gambar 23. Subyek terlihat senang dan bersemangat melakukan latihan memasang pambalut.



Gambar 24. Guru memberikan *reward* berupa makanan ketika subyek mau patuh mengikuti latihan dan dapat melakukan tugas dengan benar.

Lampiran 11. Lembar Validasi Instrumen Penelitian

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Witin Sulistiyorini, S.Ag
Jabatan : Guru Kelas II SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta

Telah membaca instrumen dari penelitian yang berjudul :

“PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS KELAS II DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA”

Oleh Peneliti :

Nama : Muji Lestari
NIM : 13103241023
Program Studi : Pendidikan Luar Biasa
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Dengan ini saya menyatakan bahwa instrumen tes unjuk kerja dan observasi yang digunakan dalam penelitian telah melalui uji validitas dan layak digunakan dalam penelitian. Semoga keterangan ini bermanfaat dan digunakan sebagai mana mestinya.

Yogyakarta, Januari 2017
Guru Kelas



Witin Sulistiyorini, S.Ag
NBM 1 013 245

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dra. Nurdayati Praptiningrum, M.Pd.

Jabatan : Dosen Pembimbing Skripsi

Telah membaca instrumen dari penelitian yang berjudul :

“PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS KELAS II DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN YOGYAKARTA”

Oleh Peneliti :

Nama : Muji Lestari

NIM : 13103241023

Program Studi : Pendidikan Luar Biasa

Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Dengan ini saya menyatakan bahwa instrumen tes unjuk kerja dan observasi yang digunakan dalam penelitian ini telah melalui uji validitas dan layak digunakan dalam penelitian. Semoga keterangan ini bermanfaat dan digunakan sebagai mana mestinya.

Yogyakarta, Februari 2017

Dosen Pembimbing Skripsi



Dra. Nurdayati Praptiningrum, M.Pd.

NIP. 19590908 198601 2 001

Lampiran 12. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telpon (0274) 540611 pesawat 405, Fax (0274) 5406611
Laman: fip.uny.ac.id, E-mail: humas fip@uny.ac.id

29 Desember 2016

Nomor : 8025 /UN34.11/PL/2016
Lampiran : 1 (satu) Bendel Proposal
Hal : Permohonan izin Penelitian

Yth. Walikota Yogyakarta
Cq. Ka. Dinas Perizinan Kota Yogyakarta
Jl. Kenari No.56 Yogyakarta Kode Pos 55165
Telp (0274) 555241 Fax. (0274) 555241, Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik yang ditetapkan oleh Jurusan Pendidikan Luar Biasa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, mahasiswa berikut ini diwajibkan melaksanakan penelitian:

Nama : Muji Lestari
NIM : 13103241023
Prodi/Jurusan : PLB/PLB
Alamat : Kriyan, RT 15 RW 08, Karangwuni, Wates, Kulon Progo, DIY

Sehubungan dengan hal itu, perkenankanlah kami memintakan izin mahasiswa tersebut melaksanakan kegiatan penelitian dengan ketentuan sebagai berikut:

Tujuan : Memperoleh data penelitian tugas akhir skripsi
Lokasi : SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta
Subyek : Siswi Autis Kelas II SD
Obyek : Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi Melalui Metode Latihan
Waktu : Desember 2016-Januari 2017
Judul : Peningkatan Keterampilan Pra Menstruasi Melalui Metode Latihan Untuk Anak Autis Kelas II Di SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta

Atas perhatian dan kerjasama yang baik kami mengucapkan terima kasih.



Dr. Haryanto, M. Pd.
NIP196009021987021001

Tembusan :
1. Rektor (sebagai laporan)
2. Wakil Dekan I FIP
3. Ketua Jurusan PLB FIP
4. Kabag TU
5. Kasubbag Pendidikan FIP
6. Mahasiswa yang bersangkutan
Universitas Negeri Yogyakarta



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA**

Jalan Sultan Agung 14, Telepon (0274)375917, Faks. (0274) 411947, Yogyakarta 55151
e-mail: dikdasmenpdm_yk@yahoo.com

IZIN PENELITIAN/SKRIPSI/OBSERVASI/TESIS

No. : 18/REK/III.4/F/2017

Setelah membaca surat dari : **Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.**

No. : 8025/UN34.11/PL/2016 Tgl. : 29 Desember 2016

Perihal : Surat Izin Penelitian

dan berdasar Putusan Sidang Majelis Dikdasmen PDM Kota Yogyakarta, hari **Kamis** tanggal **13 Rabi'ul Akhir 1438 H**, bertepatan tanggal **12 Januari 2017** yang salah satu agendanya membahas pemberian penelitian/praktek kerja/observasi, maka dengan ini kami memberikan izin kepada:

Nama Terang : **MUJI LESTARI** NIM. **13103241023**

Pekerjaan : Mahasiswa pada prodi Pendidikan Luar Biasa Universitas Negeri Yogyakarta
alamat **Jl. Colombo No.1 Yogyakarta**

Pembimbing : **Dra. Nurdayati Praptiningrum, M.Pd**

untuk melakukan observasi/penelitian/pengumpulan data dalam rangka menyusun Skripsi:

Judul : **PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS KELAS II DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN.**

Lokasi : **SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta**


dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Menyerahkan tembusan surat ini kepada pejabat yang dituju.
2. Wajib menjaga tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku di sekolah/setempat.
3. Wajib **memberi laporan hasil penelitian/praktek kerja/observasi dalam bentuk CD** kepada Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Persyarikatan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah.
5. Surat izin ini dapat diajukan kembali untuk mendapat perpanjangan bila di-perlukan.
6. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu bila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

MASA BERLAKU3 (TIGA) BULAN :


13-01-2017 sampai dengan 13-03-2017

Tanda tangan Pemegang Izin,



Muji Lestari

Yogyakarta, 13 Januari 2017

Ketua,


Dr. H. Ariswan, M.Si
NBM. 820.325

Sekretaris,


Buono, S.Pd., M.Eng
NBM. 728.558

Tembusan:

1. PDM Kota Yogyakarta.
2. Dekan FIP UNY
3. Kepala SD Muh. Miliran Yk



PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA
MAJELIS PENDIDIKAN DASAR & MENENGAH
SD MUHAMMADIYAH MILIRAN "PROGRAM PLUS" YOGYAKARTA

" Terakreditasi A "

Alamat : Jl. Kenari, Miliran Mujamuju UH II/304 Yogyakarta telepon (0274) 550620

IZIN PENELITIAN/SKRIPSI/OBSERVASI

Nomor : 076/ Rek/ III.4. AU.114/F/2017

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca surat dari : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta

No : 8025/UN34.11/PL/2016

Tgl : 29 Desember 2016

Perihal: Surat Izin Penelitian

maka dengan ini kami memberikan izin kepada :

Nama : Muji Lestari

NIM : 13103241023

Jurusan/ Prodi : Pendidikan Luar Biasa/ Pendidikan Luar Biasa

untuk melakukan observasi/ penelitian/ pengumpulan data dalam rangka menyusun skripsi:

Judul : PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS KELAS II DI SD MUHAMMADIYAH MILIRAN

Lokasi : SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta

Mulai : 3 Januari 2017 sampai dengan 3 Februari 2017

Demikian surat izin ini kami sampaikan, untuk dapat ditindak lanjuti sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 2 Januari 2017

Kepala Sekolah



Ani Sulistyaningsih, S.Pd

NBM : 952 630



PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA
MAJELIS PENDIDIKAN DASAR & MENENGAH
SD MUHAMMADIYAH MILIRAN "PROGRAM PLUS" YOGYAKARTA

" Terakreditasi A "

Alamat : Jl. Kenari, Miliran Mujamuju UH II/304 Yogyakarta telepon (0274) 550620

SURAT KETERANGAN

Nomor : 089/ Ket/ III.4. AU.114/F/2017

Kami Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta,
menerangkan bahwa nama di bawah ini :

Nama : Muji Lestari
NIM : 13103241023
Pekerjaan : Mahasiswa Prodi Pendidikan Luar Biasa
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta

Telah Selesai melakukan observasi/ penelitian/ pengumpulan data
pada bulan Januari dalam rangka menyusun skripsi:

Judul : **PENINGKATAN KETERAMPILAN PRA MENSTRUASI MELALUI
METODE LATIHAN UNTUK ANAK AUTIS KELAS II DI SD
MUHAMMADIYAH MILIRAN**

Lokasi : **SD Muhammadiyah Miliran Yogyakarta**

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan, untuk dapat ditindak
lanjuti sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.



Yogyakarta, 20 Februari 2017
Kepala Sekolah

Ani Sulistyarningsih, S.Pd
NBM : 952 630