

PELATIHAN KEMAMPUAN ADL (ACTIVITY DAILY LIVING) PENYANDANG DISABILITAS NETRA

¹Siwi Dwi Handayani

²Nurul Khotimah

¹Bimbingan dan Konseling Islam, Dakwah, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, Indonesia

*siwidwihandayani123@gmail.com

Abstract

Community Service has the purpose to give knowledge and understanding how the ability of persons with disabilities in carrying out their daily activities. The ability of ADL (Activity Daily Living) Personal Disables is the ability to carry out basic activities related to personal and social tasks. In general, the disabilities of blind experiencing difficulties in carrying out ADL (Activity Daily Living) because of the condition of the senses of vision that cannot function optimally. Therefore, in this journal article it is described and explained clearly about what skills needed by blind disabilities in order to have the ability to implement ADL (Activity Daily Living). In the process of granting these skills also explained the steps and intervention approaches to obtain maximum results. The results of this programme is improving the ability of ADL (Activity Daily Living) with disabilities of blind so that they can carry out their social roles and denominations in life in family and society.

Keywords: *Training, ADL (Activity Daily Living), Ability of Personal Disabilities*

Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman bagaimana kemampuan penyandang disabilitas netra dalam melakukan kegiatan sehari-harinya. Kemampuan ADL (*Activity Daily Living*) penyandang disabilitas netra merupakan kemampuan dalam melakukan aktivitas yang bersifat dasar berkaitan dengan tugas personal dan juga sosial. Pada umumnya penyandang disabilitas netra mengalami kesulitan dalam melakukan ADL (*Activity Daily Living*) karena kondisi indera penglihatannya tidak dapat berfungsi secara optimal. Oleh karena itu, dalam tulisan ini dipaparkan dan dijelaskan secara gamblang tentang keterampilan-keterampilan apa saja yang dibutuhkan oleh penyandang disabilitas netra agar dapat memiliki kemampuan dalam melaksanakan ADL (*Activity Daily Living*). Dalam proses pemberian keterampilan-keterampilan tersebut juga dijelaskan langkah-langkah serta pendekatan-pendekatan intervensi supaya didapatkan hasil maksimal. Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan ada perubahan terhadap kemampuan ADL (*Activity Daily Living*) penyandang disabilitas netra

sehingga mereka dapat menjalankan peran dan keberfungsian sosialnya dalam kehidupan di keluarga maupun masyarakat.

Kata Kunci: Pelatihan, *ADL (Activity Daily Living)*, *Kemampuan Penyandang Disabilitas Netra*

PENDAHULUAN

Penyandang disabilitas adalah individu yang memiliki keterbatasan intelektual, mental, fisik, dan sensorik pada jangka waktu yang lama sehingga menyebabkan kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya (Maftuhin, 2016). Disabilitas adalah keterbatasan pada individu yang tidak hanya mental maupun fisiknya tetapi juga keterbatasan aktivitas, fungsi tubuh, kesulitan melakukan perannya dan juga faktor lingkungan. Menurut Soemantri penyandang disabilitas di Indonesia terdiri dari disabilitas netra, disabilitas daksa, disabilitas runtu dan sebagainya (Fadhilah, 2018). Sedangkan WHO (*World Health Organization*) menyebutkan secara lebih umum bahwa jenis-jenis penyandang disabilitas yaitu disabilitas intelektual, disabilitas mental, disabilitas perkembangan dan disabilitas sensorik (Fransiska, 2021).

Menurut data dari SUPAS (Survei Penduduk Antar Sensus) pada tahun 2015 jumlah prosentase penduduk Indonesia yang berumur 10 tahun ke atas yaitu 6,36% mengalami kesulitan melihat, 3,76% mengalami kesulitan dalam berjalan, kesulitan mendengar 3,35%, 1,30% mengalami kesulitan menggerakkan jari atau tangan, 2,81% mengalami keterbatasan intelektual, 1,40% mengalami keterbatasan mental dan gangguan perilaku, kesulitan saat berbicara dengan orang lain 1,52% dan 1,02% mengalami kesulitan dalam merawat dirinya sendiri (Apsari, 2020). Berdasarkan pada data tersebut dapat ditarik benang merah bahwa penyandang disabilitas paling tinggi adalah kesulitan dalam melihat dengan prosentase 6,36%.

Penyandang disabilitas netra merupakan individu yang memiliki kesulitan melihat. Disabilitas netra dibagi menjadi dua, yaitu kesulitan melihat dalam kategori rendah (*low vision*) dan tidak dapat melihat total (*totally blind*) (Arwina Fadhilah dkk, 2021). Indera penglihatan memiliki fungsi yang sangat penting khususnya dalam membantu individu menjalankan keberfungsian sosialnya, hal tersebut dikarenakan indera penglihatan berfungsi untuk melihat benda, mengenali orang lain, berkendara, melihat tulisan, membersihkan halaman dan aktivitas-aktivitas lainnya. Individu yang mengalami kesulitan dalam melihat akan mengalami hambatan dalam menjalankan aktivitas kesehariannya.

Kemampuan dalam beraktivitas bagi penyandang disabilitas netra yaitu melalui kegiatan dasar yang dilakukan sehari-hari (*Activity Daily Living*). Menurut pendapat Rosida dan Sudrajat *Activity Daily Living* atau disingkat ADL merupakan proses latihan melakukan kegiatan sehari-hari mulai dari bangun tidur hingga akan tidur kembali (Noviyanti, 2020). Kegiatan sehari-hari dalam hal ini diantaranya membersihkan tempat tidur, membersihkan diri, memasak, membersihkan rumah, menggunakan alat komunikasi, melakukan komunikasi dengan individu, keluarga maupun masyarakat dan dapat memanfaatkan waktu luang. Bagi orang normal ADL dapat dilakukan dengan sangat mudah tanpa mengalami suatu hambatan karena orang normal dapat melihat dengan baik dan mampu meniru serta melakukan kegiatan yang ia lihat. Sedangkan penyandang

disabilitas netra akan mengalami hambatan atau kesulitan dalam melakukan aktivitas tersebut. Namun kemampuan dalam melakukan ADL dapat dilatih dengan memanfaatkan sisa-sisa indera penglihatan, penciuman, pendengaran dan peraba. Dengan demikian penyandang disabilitas suatu saat akan memiliki kemandirian sehingga tidak selalu tergantung kepada orang lain. Dengan memiliki kemampuan *ADL* penyandang disabilitas netra dapat memenuhi keberfungsian sosialnya. Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk membuat artikel jurnal dengan judul “Kemampuan ADL (*Activity Daily Living*) Penyandang Disabilitas Netra”.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini melalui beberapa tahapan-tahapan pelaksanaan diantaranya pertama tim pengabdian melakukan asesmen, yaitu kegiatan mencari dan memahami masalah penyandang disabilitas netra melalui kegiatan observasi. Setelah kegiatan asesmen selesai kemudian dilanjutkan dengan melakukan program latihan. Dalam kegiatan intervensi diperlukan modifikasi pengajaran menggunakan alat bantu supaya materi yang disampaikan mudah dipahami. Setelah diberi pelatihan-pelatihan, selanjutnya dilakukan analisis tugas. Analisis tugas ini bertujuan untuk mengevaluasi atau menilai bagaimana proses kegiatan intervensi yang sudah dilakukan dan penentuan untuk melakukan intervensi selanjutnya agar dapat berjalan lebih baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyandang Disabilitas Netra

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa penyandang disabilitas merupakan individu yang mempunyai keterbatasan dalam hal fisik, intelektual, mental atau sensorik dalam jangka waktu yang lama sehingga mereka mengalami hambatan dalam menjalankan perannya terutama saat berinteraksi dengan orang-orang di sekitar (Sholeh, 2015). Mangunsong menjelaskan bahwa disabilitas adalah kecacatan yang dapat dilihat dan diukur dikarenakan terjadi kelainan pada tubuh individu seperti tidak memiliki bola mata, tidak memiliki tangan dan kecacatan pada kaki. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia atau dikenal dengan WHO terdapat tiga definisi yang berkaitan dengan kecacatan yaitu: *impairment*, *disability* dan *handicap*. *Impairment* merupakan kecacatan pada fungsi atau struktur anatomis, fisiologis atau psikologis. Kemudian *disability* yaitu kehilangan kemampuan karena *impairment* dalam melaksanakan suatu aktivitas yang dinilai normal oleh setiap individu. *Handicap* merupakan kerugian yang dialami individu karena adanya *disability* atau *impairment* yang menghambat individu dalam melaksanakan perannya secara normal (Mayasari).

Salah satu jenis disabilitas yaitu disabilitas sensorik yang artinya tidak berfungsinya salah satu panca indera, misalnya disabilitas netra (Sukmana, 2020). Penyandang disabilitas netra adalah individu yang mengalami kerusakan pada indera penglihatan sehingga tidak dapat berfungsi dengan baik (Ita Puspitasari, Allenidekania, 2019). Individu normal dapat menggunakan kelima panca inderanya dalam melakukan kegiatan, tetapi berbeda dengan penyandang disabilitas salah satunya penyandang disabilitas netra, mereka hanya dapat menggunakan empat paca inderanya untuk beraktivitas yaitu

indera pendengaran, peraba, penciuman dan pengecap. Dampak dari disabilitas netra tersebut sangat memengaruhi kehidupan individu karena indra penglihatan memiliki fungsi yang penting untuk memperoleh informasi (Brebahama, 2016). Banyak jenis-jenis penyandang disabilitas netra, namun secara umum penyandang disabilitas netra dibagi menjadi dua jenis, yaitu (1) *Low vision* (penglihatan kurang) adalah individu yang ketika melihat suatu objek pandangannya menjadi kabur dan memerlukan bantuan kacamata agar dapat melihat dengan jelas. (2) *Totally blind* (buta total) adalah individu yang sama sekali tidak dapat melihat suatu objek. Penyandang disabilitas netra jenis ini tidak dapat menerima sedikit pun rangsangan cahaya dan tidak dapat melihat suatu objek meskipun objek tersebut sangat dekat dengannya (Widyawati, 2019).

Sedangkan Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa, secara garis besar penyandang disabilitas netra dibedakan menjadi empat jenis, yaitu:

1. Waktu terjadinya disabilitas netra. Berdasarkan waktu terjadinya, penyandang disabilitas netra dibagi menjadi empat, yakni:
 - a. Penyandang disabilitas netra sejak lahir dan sesudah lahir, yakni individu yang tidak pernah melihat sesuatu apapun.
 - b. Penyandang disabilitas netra ketika umurnya kecil atau sejak lahir, yakni individu yang memiliki pengalaman dalam melihat, tetapi tidak begitu kuat dan mudah terlupa.
 - c. Penyandang disabilitas netra ketika umur remaja atau saat masa-masa sekolah, yakni individu yang pernah mengalami proses-proses visual dan memberikan pengaruh cukup kuat terhadap perkembangan dirinya.
 - d. Penyandang disabilitas netra ketika umur dewasa, yakni individu yang sudah dapat melakukan penyesuaian atau adaptasi diri
 - e. Penyandang disabilitas netra di umur lanjut usia, yakni individu yang mayoritas sudah sulit dalam melakukan adaptasi atau penyesuaian diri.
2. Kemampuan daya penglihatan. Berdasarkan kategori ini, penyandang disabilitas netra dibagi menjadi tiga, yakni:
 - a. Penyandang disabilitas netra *low vision* atau *defective vision*, yaitu individu yang mengalami gangguan penglihatan tetapi mereka masih bisa mengikuti program pendidikan dan masih memiliki kemampuan dalam melakukan aktivitas yang melibatkan indra penglihatan.
 - b. Penyandang disabilitas netra sedang (*partially sighted*), yaitu individu yang kehilangan sebagian fungsi penglihatan dan harus memakai kaca pembesar agar dapat melihat dengan lebih baik.
 - c. Penyandang disabilitas netra kategori berat (*totally blind*), yaitu individu yang tidak dapat melihat sama sekali.
3. Pemeriksaan klinis. Berdasarkan pemeriksaan klinis, penyandang disabilitas netra dikategorikan menjadi dua:
 - a. Penyandang disabilitas netra yang mempunyai ketajaman dalam melihat kurang dari 20/200 atau memiliki bidang penglihatan yang kurang dari 20 derajat.
 - b. Penyandang disabilitas netra yang mempunyai ketajaman indra penglihatan antara 20/70 sampai 20/200 yang bisa lebih baik.

4. Kelainan Mata. Berdasarkan pada kelainan mata, penyandang disabilitas netra dibagi menjadi tiga, yaitu:
 - a. *Myopia*, yaitu individu tidak dapat melihat suatu objek dari jarak jauh sehingga objek harus didekatkan agar dapat terlihat dengan jelas.
 - b. *Hyperopia*, yaitu individu tidak dapat melihat suatu objek dari jarak dekat sehingga objek harus dijauhkan agar dapat terlihat dengan jelas.
 - c. *Astigmatisme*, yaitu individu mengalami kerusakan pada bagian kornea mata atau pada bola mata dan harus menggunakan lensa silindris untuk membantunya melihat (Widyawati, 2019).

Keterbatasan bahkan ketidakberfungsian indera penglihatan pada penyandang disabilitas netra membuat dirinya kesulitan atau mengalami hambatan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Kekurangan-kekurangan yang dimiliki penyandang disabilitas tidak menjadikannya mengalami hambatan dalam memperoleh hak untuk hidup dan mempertahankan kehidupannya, karena pada dasarnya penyandang disabilitas netra dan disabilitas yang lain mempunyai potensi dasar yang sama dengan individu normal lainnya.

ADL (Activity Daily Living) Penyandang Disabilitas Netra

ADL (*Activity Daily Living*) merupakan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang berhubungan dengan perawatan diri dan juga tugas fisik yang paling dasar yang meliputi beberapa kegiatan diantaranya membersihkan diri, memakai pakaian, memasak, makan, berhias diri, dan bergerak (Mustayah, 2016). ADL (*Activity Daily Living*) adalah suatu kegiatan yang umumnya tidak memerlukan bantuan dari orang lain karena kegiatannya merupakan aktivitas yang biasa dilakukan sehari-hari. Secara istilah ADL (*Activity Daily Living*) bagi penyandang disabilitas disebut dengan istilah bina diri, dimana kegiatannya tertuju pada aktivitas yang sifatnya personal yang memberikan dampak serta berhubungan dengan interaksinya bersama orang lain. Bagi penyandang disabilitas netra ADL (*Activity Daily Living*) memiliki fungsi sebagai berikut:

1. Meningkatkan sikap kemandirian sehingga penyandang disabilitas netra tidak terlalu sering bergantung pada orang lain.
2. Untuk memenuhi kebutuhan personal dan melatih keterampilan dasar
3. Tidak menjadi beban bagi lingkungan sekitarnya.
4. Memenuhi tugas-tugas pokok dalam menjalin hubungan dengan masyarakat dan lingkungan tempat tinggalnya (Nawawi, 2010).

ADL (*Activity Daily Living*) adalah suatu kegiatan yang tidak dapat terlepas bagi kehidupan setiap orang. Individu-individu normal akan mampu melakukan kegiatan tersebut dikarenakan semua panca inderanya berfungsi dengan baik sehingga bisa berinteraksi baik dengan orang lain. Berbeda dengan penyandang disabilitas netra, maka dari itu ADL (*Activity Daily Living*) yang dilakukan oleh para penyandang disabilitas netra harus sesuai dengan kemampuannya.

Menurut Sugiarto pada tahun 2015, macam-macam ADL (*Activity Daily Living*), yaitu:

1. ADL (*Activity Daily Living*) dasar adalah keterampilan-keterampilan yang bersifat dasar pada individu dalam merawat diri yang meliputi memakai pakaian, merias diri, toileting, makan, minum dan mobilitas atau berpindah tempat.

2. ADL (*Activity Daily Living*) instrumental adalah pemakaian alat-alat atau benda dalam melakukan kegiatan sehari-hari, contohnya menyetrika pakaian, menulis di pada buku, menyiapkan minum, membersihkan tempat tidur dan menggunakan *gadget*.
3. ADL (*Activity Daily Living*) vokasional adalah keterampilan-keterampilan dalam kehidupan sehari-hari yang berkaitan dengan tugas sekolah atau pekerjaan.
4. ADL (*Activity Daily Living*) non vokasional keterampilan-keterampilan dalam kehidupan sehari-hari yang berkaitan rekreasi atau hiburan, menyalurkan hobi dan mengisi waktu luang agar lebih bermanfaat (Sholihuddin, 2018).

Kemampuan ADL (*Activity Daily Living*) Anak Penyandang Disabilitas Netra

ADL (*Activity Daily Living*) merupakan kegiatan yang memiliki kaitan erat terhadap permasalahan penyandang disabilitas netra yang bersifat personal dan juga sosial. Oleh karena itu ada empat hal yang harus diajarkan kepada penyandang disabilitas netra agar mampu melakukan ADL (*Activity Daily Living*) dengan baik. Empat kemampuan ADL (*Activity Daily Living*) penyandang disabilitas netra yaitu: (Nawawi, 2010)

1. *Community survival skills* yaitu kemampuan penyandang disabilitas netra dalam bertahan di dalam kehidupannya bersama masyarakat secara normal. Kemampuan-kemampuan yang harus dimiliki penyandang disabilitas netra diantaranya:
 - a. Sosial akademis, yaitu kemampuan dalam bidang pengetahuan seperti membaca, menulis, menghitung dan lain-lain. Sebagian besar penyandang disabilitas netra mampu untuk membaca, menulis dan menghitung menggunakan *braille*. Bahkan, penyandang disabilitas muslim juga dapat membaca Al-Quran dibantu dengan Al-Quran *braille*. Kemampuan akademis ini perlu ditingkatkan melalui bimbingan dari orang tua maupun guru. Sesuai dengan yang disampaikan oleh Rudiwati pada tahun 2010 bahwa kepekaan intelektual penyandang disabilitas netra harus terus dilatih agar dapat memiliki kemampuan dalam membaca dan menulis *braille*. Sementara untuk kepekaan sensoris diperoleh dengan berlatih secara berulang-ulang (Jauhari, 2019). Melalui adanya pembelajaran dan asesmen yang tepat maka penyandang disabilitas netra bisa mengembangkan kemampuannya dalam hal akademis seperti membaca dan menulis.
 - b. Mengatur kebutuhan ekonomi yaitu kemampuan penyandang disabilitas dalam mengelola keuangan, seperti menabung dan belanja. Secara garis besar penyandang disabilitas netra dalam mengelola keuangan sama seperti orang normal pada umumnya. Yang membedakan antara penyandang disabilitas netra dengan orang-orang pada umumnya adalah mereka harus belajar terlebih dahulu bagaimana cara membedakan uang dengan cara meraba garis timbulnya.
 - c. Kemampuan dalam memahami peraturan-peraturan warga negara, seperti mengetahui kewajiban dan hak warga negara. Secara umum, penyandang disabilitas netra yang telah diberi pengetahuan mengenai sanksi-sanksi dan aturan-aturan seperti peraturan menjadi warga negara Indonesia mereka mampu memahami aturan-aturan tersebut, ketika penyandang disabilitas netra melanggar aturan maka diberilah hukuman, tetapi jika mereka mematuhi aturan maka diberilah mereka *reward*. Hal tersebut akan memudahkan mereka memahami peraturan-peraturan yang berlaku dalam masyarakat.

- d. Kemampuan berkomunikasi di dalam masyarakat, seperti menggunakan internet. Penyandang disabilitas netra meskipun memiliki gangguan penglihatan, namun mereka masih bisa menggunakan internet. Tentu ada perbedaan penyandang disabilitas netra dengan orang-orang normal dalam menggunakan internet maupun menaiki transportasi. Ketika menggunakan internet penyandang disabilitas netra menggunakan software pembaca layar, teks yang terpampang dilayar akan dibacakan oleh software pembaca layar tersebut, sedangkan untuk mengoperasikan internet penyandang disabilitas netra menggunakan keyboard komputer. Ketika menjelajahi internet penyandang disabilitas netra harus bersabar menelusuri satu persatu informasi yang mereka cari.
2. *Personal care skills* yaitu kemampuan dalam melakukan kegiatan yang berhubungan dengan perawatan diri, seperti makan, minum, mandi, memotong kuku, menggunakan kosmetik, menyetrika, mengepel, menyapu dan kegiatan menata rumah tangga lainnya. Kemampuan kognitif penyandang disabilitas netra dengan orang normal berbeda. Oleh karena itu, kemampuan dalam perawatan diri pun sedikit mengalami hambatan. Penyandang disabilitas netra harus menggunakan sisa-sisa indera lain untuk membantu mereka melakukan aktivitas.
3. *Interpersonal competen skills* yaitu kemampuan penyandang disabilitas yang berhubungan dengan keterampilan berkomunikasi, contohnya kemampuan memperkenalkan diri, kemampuan menjalin pertemanan, kemampuan dalam berkomunikasi, kemampuan mobilitas dan memiliki rasa bertanggung jawab. Penyandang disabilitas netra pada umumnya memiliki kemampuan dalam *inter personal competen skills* dengan melakukan latihan-latihan dalam hal pengembangan persahabatan, membuat keputusan dan mengambil resiko, menyampaikan pembicaraan yang tepat ketika berkomunikasi dan mengekspresikan perasaannya.
4. Keterampilan atau kemampuan yang berhubungan dengan pekerjaan, seperti mampu mengikuti tata tertib yang berlaku dalam lingkungan pekerjaan, mandiri dalam bekerja, mampu mengambil keputusan secara tepat, mampu bekerja dengan profesional. Penyandang disabilitas netra pada dasarnya sama dengan orang normal, mereka bisa dan mampu memiliki kemampuan yang berhubungan dengan pekerjaan, tetapi penyandang disabilitas netra perlu mendapat pelatihan dan bimbingan mengenai bagaimana mengambil keputusan yang tepat dan bagaimana belajar mandiri.

Penyandang disabilitas netra akan mengalami kesulitan dalam dalam melakukan ADL (*Activity Daily Living*) apabila tidak ada bimbingan, pengajaran atau arahan yang diberikan. Prinsip-prinsip dasar dalam melatih kemampuan ADL (*Activity Daily Living*) (Nawawi, 2010) adalah pertama melakukan asesmen, yaitu kegiatan mencari dan memahami masalah penyandang disabilitas netra melalui kegiatan observasi, menumbuhkan potensi dan menentukan kebutuhan dari penyandang disabilitas netra tersebut. Setelah kegiatan asesmen selesai kemudian dilanjutkan dengan melakukan program latihan, dalam pemberian program latihan atau intervensi harus dilakukan dengan hati-hati, mengutamakan kemandirian penyandang disabilitas netra dan juga menumbuhkan rasa percaya dirinya. Dalam kegiatan intervensi diperlukan modifikasi pengajaran menggunakan alat bantu supaya materi yang disampaikan mudah dipahami.

Misalnya melatih kemampuan penyandang disabilitas netra dalam menggunakan baju, maka diperlukan baju untuk mencontohkan pengajarannya secara nyata.

Setelah diberi pelatihan-pelatihan, selanjutnya dilakukan analisis tugas. Analisis tugas ini bertujuan untuk mengevaluasi atau menilai bagaimana proses kegiatan intervensi yang sudah dilakukan dan penentuan untuk melakukan intervensi selanjutnya agar dapat berjalan lebih baik. Analisis tugas yang sudah umum digunakan adalah dengan *vertical listing* (bahan materi latihan yang disusun dari atas ke bawah) dan *lattice construstion* (bahan materi yang disusun dari samping kiri ke kanan). Contohnya langkah-langkah memakai tas gendong.

Dalam menumbuhkan kemampuan ADL (*Activity Daily Living*) pada penyandang disabilitas netra terdapat pendekatan-pendekatan pengajarannya, yaitu: (Nawawi, 2010)

1. Pendekatan pengajaran ADL melalui teknik *drill*, teknik ini digunakan untuk penyandang disabilitas netra yang berumur 0-4 tahun. Pada proses pengajarannya pelatih lebih aktif daripada klien. apabila klien masih belum bisa, maka klien disuruh melakukannya secara berulang-ulang sampai dia berhasil.
2. Pendekatan pengajaran ADL melalui teknik *teach*, yaitu teknik yang digunakan untuk penyandang disabilitas netra yang berumur 5-11 tahun. Saat klien tidak bisa melakukan apa yang telah diajarkan maka klien akan mendapat hukuman, sedangkan apabila bisa melaksanakan tugas dengan baik dan benar maka akan mendapatkan pujian (reward). Pada metode ini, pelatih mengurangi antusiasnya dan klien lebih aktif.
3. Pendekatan pengajaran ADL melalui teknik *guide* (membimbing), yaitu teknik yang digunakan untuk penyandang disabilitas netra yang sudah remaja. Pada teknik ini klien diberi arahan agar lebih mandiri, apabila perbuatannya tidak sesuai maka pelatih membimbingnya ke arah yang benar.
4. Pendekatan pengajaran ADL melalui teknik *cooperation* (kerja sama), teknik ini diberikan kepada penyandang disabilitas netra yang sudah dewasa. Pelatih lebih bersifat kerja sama. Apabila ada kesalahan yang dilakukan klien maka pelatih mengarahkan untuk mencari solusinya secara bersama-sama.

KESIMPULAN

Kemampuan dalam beraktivitas bagi penyandang disabilitas netra yaitu melalui kegiatan dasar yang dilakukan sehari-hari (*Activity Daily Living*). *Activity Daily Living* atau disingkat ADL merupakan proses latihan melakukan kegiatan sehari-hari mulai dari bangun tidur hingga akan tidur kembali. Terdapat empat hal yang harus diajarkan kepada penyandang disabilitas netra agar mampu melakukan ADL (*Activity Daily Living*) dengan baik, yaitu *community survival skills*, *personal care skills*, *interpersonal competen skills* dan keterampilan atau kemampuan yang berhubungan dengan pekerjaan. Keempat keterampilan tersebut akan sulit dilakukan oleh penyandang disabilitas netra, oleh karena itu diperlukan pelatihan atau bimbingan secara berkesinambungan. Pelatihan tersebut tidak dapat dilakukan seenaknya saja, tetapi terdapat langkah-langkah yang harus dilakukan, yaitu: asesmen, intervensi, modifikasi intervensi dan analisis tugas. Dalam kegiatannya digunakan pendekatan-pendekatan intervensi ADL, yaitu pendekatan dengan teknik *drill*, *teach*, *guide* dan *cooperation*. Dengan demikian penyandang disabilitas

netra dapat memiliki kemampuan ADL (*Activity Daily Living*) sehingga mereka dapat menjalankan perannya dalam kehidupan pribadi maupun kehidupan bermasyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, Fara Dhanita & Apsari, Nurliana Cipta. 2020. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol. 7. No. 2. Diakses dari <http://journal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/28425> Pada Tanggal 6 Mei 2022 Jam 02.14.
- Brebahama, Alabanyo & Listyandini, Ratih Arruum. 2016. Gambaran Tingkat Kesejahteraan Psikologis Penyandang Tunanetra Dewasa Muda, *Jurnal Mediaspsi*. Vol. 2. No. 1.
- Fadhilah, Arwina, dkk. 2021. Adaptasi Penyandang Disabilitas di Lingkungan Masyarakat (Studi Kasus Penyandang Disabilitas Netra Pertuni Kota Makassar). *Phinisi Integration Review*. Vol. 4. No. 2. Diakses di <http://103.76.50.195/pir/article/view/22095> Pada Tanggal 3 Mei 2022 Jam 03.08.
- Fadhillah, Fariz Rizki. *Psychological Well-Being pada Muslim Penyandang Disabilitas Netra*. (Doctorial Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). Diakses dari <http://eprints.ums.ac.id/69328/> Pada Tanggal 2 Mei 2022 Jam 02.39.
- Fransiska, Indri. 2021. Pemberdayaan Sosial Penyandang Disabilitas Netra dalam Pekerjaan melalui Pelatihan Pijat Massage di BRSPDSN Wyata Guna Bandung. *Jurnal Comm-Edu*. Vol. 4. No. 2.
- Gunawan, Imam. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Jakarta: Bumi Aksara).
- Jauhari, Mohammad Nurrohman & Mambela, Sambira. 2019. Pelaksanaan Pembelajaran Braille pada Siswa Tunanetra di Kelas di Taman Kanak-kanak SLB A YPAB Surabaya. *Buana Pendidikan: Jurnal FKIP Unipa Surabaya*. Tahun XV, No. 28.
- Maftuhin, Arif. 2021. Mengikat Makna Diskriminasi: Penyandang Cacat, Difabel dan Penyandang Disabilitas. *INKLUSI: Journal of Disability Studies*. Vol. 2. No. 2. DOI: 10.14421/ijds.030201. Diakses dari <http://journal.uin-suka.ac.id/pusat/inklusi/article/view/030201>, Diakses pada Tanggal 5 Mei 2022 Jam 01.53.
- Mayasari, Ulfa, dkk. Bandable: Toothbrush Band untuk Anak Berkebutuhan Khusus (Difabel), *Prosiding The*
- Mustayah & Wulandari, Eka. 2016. *Demensia dengan Kemampuan Pemenuhan Kebutuhan ADL (Activity of Daily Living) pada Lansia di Desa Kalirejo Wilayah Kerja Puskesmas Lawang-Malang*. Diakses dari <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/6748> Pada Tanggal 6 Mei 2022 Jam 08.45.
- Nawawi, Ahmad. 2010. *Keterampilan Kehidupan Sehari-hari Bagi Tunanetra*.
- Noviyanti, Nita Eka, dkk. 2020. Toilet Training Berbantuan Media Audio Siswa Tuna Netra. *Jurnal Ortopedagogia*. Vol. 6. No. 2. Diakses dari <http://journal2.um.ac.id/index.php/jo> Pada Tanggal 7 Mei 2022 Jam 03.34.

- Pursitasari, Ita & Allenidekania. 2019. Kemampuan Anak Berkebutuhan Khusus melakukan Kebersihan Diri. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 10. No. 2.
- Sholeh, Akhmad. 2015. Islam dan Penyandang Disabilitas: Telaah Hak Aksesibilitas Penyandang Disabilitas dalam Sistem Pendidikan di Indonesia. *PALASTREN*. Vol. 8. No. 2.
- Sholihuddin, Mohammad. 2018. *Gambaran Tingkat Kemandirian Activity Daily Living pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember*. Skripsi. (Universitas Jember: Jember)
- Sukmana, Oman. 2020. Program Peningkatan Keterampilan Bagi Penyandang *Disabilitas Netra* (Study on Panti Rehabilitasi Bina Netra Malang Jawa Timur, Indonesia). *Sosio Konsepsia*. Vol. 9. No. 2.
- Widiyawati, Anita Tri. 2019. Kajian Literasi Media Digital Library Universitas Brawijaya (Studi Kasus pada Mahasiswa Tuna Netra Universitas Brawijaya). *Jurnal Ilmu Perpustakaan dan Informasi*. Vol. 3. No. 1.