



Contents lists available at [Journal IICET](https://journal.iicet.org)

JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)

ISSN: 2541-3163(Print) ISSN: 2541-3317 (Electronic)

Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jpgi>



Peningkatan keterampilan membuat brownies panggang melalui metode *hands on cooking* bagi peserta didik disabilitas intelektual ringan

Okta Wira Lennisa^{*)}, Mega Iswari, Elsa Efrina, Syari Yuliana

Pendidikan Luar Biasa Universitas Negeri Padang

Article Info

Article history:

Received Jun 24th, 2026

Revised Aug 20th, 2026

Accepted Sep 01th, 2026

Keyword:

Hands on cooking,

Keterampilan membuat brownies panggang ,
Disabilitas intelektual ringan

ABSTRACT

Penelitian ini berangkat dari permasalahan bahwa keterampilan peserta didik disabilitas intelektual ringan kelas XI di SLB Lumin Alisa Padang dalam membuat *brownies* panggang masih tergolong rendah. peserta didik belum mampu mengerjakan setiap langkah pembuatan *brownies* panggang secara mandiri, sehingga capaian yang diperoleh belum maksimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas metode *hands on cooking* dalam meningkatkan keterampilan membuat *brownies* panggang. Penelitian menggunakan metode *Single Subject Research* (SSR) dengan rancangan A-B yang mencakup dua fase, yakni fase dasar (baseline) tiga sesi dan fase perlakuan (intervensi) enam sesi. Subjek penelitian adalah satu orang peserta didik disabilitas intelektual ringan kelas XI di SLB Lumin Alisa Padang. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi berbentuk rubrik task analysis yang menguraikan tiap tahapan pembuatan *brownies* panggang pada setiap sesi. Teknik analisis data dilakukan dengan analisis visual berbasis grafik, baik dalam kondisi maupun antar kondisi. Kriteria stabilitas ditetapkan apabila variasi data tidak melampaui rentang 15% pada tiga sesi berturut-turut, dan efektivitas intervensi dinilai melalui Percentage of Non-overlapping Data (PND). Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat diketahui bahwa pada kondisi baseline (A), persentase kemampuan peserta didik stabil sebesar 37%, 37%, dan 37%. Setelah diberikan intervensi melalui metode *hands on cooking* keterampilan membuat brownies panggang meningkat menjadi 45%, 50%, 66%, 83%, 95%, dan 95%. Seluruh titik data intervensi berada di atas titik tertinggi baseline sehingga diperoleh PND sebesar 100%, yang menunjukkan intervensi sangat efektif. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan membuat *brownies* dari kondisi baseline ke intervensi. Dengan demikian, metode *hands on cooking* dapat meningkatkan keterampilan membuat brownies panggang pada peserta didik disabilitas intelektual ringan.



© 2026 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Okta Wira Lennisa,

Pendidikan Luar Biasa Universitas Negeri Padang

Email: oktawiralennisa@gmail.com

Pendahuluan

Anak dengan disabilitas intelektual ringan (tunagrahita) menghadapi kendala dalam aspek mental yang mempersulit proses belajar, aktivitas harian, serta adaptasi lingkungan. Berbagai program intervensi telah dikembangkan agar mereka mampu bersosialisasi dan hidup lebih mandiri di tengah masyarakat. (Rahmi &

Setyaningsih, 2022), Sejalan dengan itu, pendidikan sebagai hak fundamental setiap individu berperan vital dalam meningkatkan potensi akademik dan praktis. Bagi siswa tunagrahita ringan, pendidikan tidak sekadar mengasah fungsi kognitif, melainkan berfokus pada penguasaan keterampilan fungsional demi menunjang kemandirian dan keterlibatan sosial mereka kelak..(sabrina et al., 2025)

Dalam konteks pendidikan di Sekolah Luar Biasa (SLB), proses pembelajaran tidak hanya menekankan pada kompetensi akademik konvensional, tetapi juga sangat kuat pada pengembangan keterampilan vokasional yang sesuai dengan kehidupan sehari-hari dan kebutuhan masyarakat. (Amelia & Azizah, 2023), peserta didik disabilitas intelektual ringan merupakan individu yang mempunyai hambatan dalam kemampuan intelektual dan perilaku adaptif sehingga individu membutuhkan layanan pendidikan dengan mempertimbangkan karakteristik yang dimiliki dan kebutuhannya. Meskipun mengalami hambatan dalam proses belajar, peserta didik disabilitas intelektual ringan masih mempunyai kemampuan untuk mengembangkan kemampuan adaptif dan kemandirian melalui pembelajaran yang terstruktur, latihan yang berulang, serta penggunaan metode dan media yang tepat. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan hidup (life skills) dan kemandirian menjadi salah satu tujuan penting dalam pendidikan bagi peserta didik disabilitas intelektual ringan (Mega Iswari & Effran, 2025)

Salah satu keterampilan vokasional yang mendapat perhatian khusus dari pendidik di Sekolah Luar Biasa (SLB) adalah kemampuan di tata boga, terutama dalam membuat makanan sederhana yang memiliki nilai ekonomi dan aplikasi praktis bagi kehidupan siswa. Pembuatan brownies merupakan contoh keterampilan di bidang tata boga yang mencakup berbagai aspek kompetensi teknis, seperti mengidentifikasi bahan, mengukur takaran, mengikuti urutan langkah pembuatan, serta mengolah dan menyajikan produk akhir. Kegiatan ini memerlukan siswa untuk memahami alur kerja dan menerapkan instruksi dengan akurat, sehingga menjadi tantangan khusus bagi siswa dengan disabilitas intelektual ringan. Namun pada praktiknya, pembelajaran keterampilan membuat brownies masih menimbulkan berbagai hambatan bagi siswa dengan disabilitas intelektual ringan. (salma, 2025)

Sekolah Menengah Luar Biasa adalah sekolah yang memberikan layanan pendidikan kepada peserta didik kebutuhan khusus dengan bermacam jenis, seperti; tunanetra, tunarungu, tunadaksa, tuna grahita, tunalaras atau penyimpangan perilaku sosial. Bagi mereka yang mengikuti pendidikan di SMALB ini tidak semuanya dapat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, hal ini disebabkan mereka memiliki kemampuan yang beragam, sehingga sekolah perlu memberikan pembekalan keterampilan yang sesuai dengan keterampilan masing-masing untuk mampu memasuki dunia kerja, agar mereka mampu untuk bekerja di tengah-tengah masyarakat demi kelangsungan hidup agar tidak bergantung kepada orang lain sesuai dengan kemampuannya masing-masing. (Afrilian et al. 2025) Untuk mencari solusi tersebut, maka sekolah sangat perlu membekali anak-anak berkebutuhan khusus melalui pendidikan kecakapan hidup, dengan tujuan agar mereka memiliki kecakapan untuk hidup melalui proses pembelajaran. Dimana dalam pelaksanaannya sekolah tidak perlu mengubah kurikulum, yang diperlukan adalah bagaimana mensiasati pembelajaran yang diorientasikan pada pengembangan kecakapan hidup melalui mata pelajaran. Karena setiap mata pelajaran dapat dikembangkan berbagai kecakapan hidup. (Iswari & Zudeta, 2025)

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas metode Hands on Cooking dalam meningkatkan keterampilan membuat brownies panggang pada peserta didik disabilitas intelektual ringan kelas XI di SLB Lumin Alisa, sekaligus mengukur besar peningkatan keterampilan tersebut. Adapun metode yang diterapkan adalah Hands on cooking pada peserta didik disabilitas intelektual ringan kelas XI di SLB Lumin Alisa. Keterampilan membuat brownies panggang termasuk salah satu keterampilan vokasional yang penting dimiliki oleh peserta didik disabilitas intelektual ringan sebagai bekal untuk meningkatkan kemandirian, menumbuhkan keyakinan terhadap kemampuan diri, serta mempersiapkan peserta didik dalam kehidupan bermasyarakat maupun dunia kerja (Agustianti, 2018). Namun, peserta didik disabilitas intelektual ringan umumnya belum mampu memahaminya dengan baik instruksi yang panjang, mengingat urutan langkah kerja, serta memusatkan perhatian ketika mengikuti pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran yang memungkinkan peserta didik memperoleh pengalaman belajar secara langsung agar peserta didik lebih mudah memahami keterampilan yang diajarkan (Mustika & Budi, 2024). Meskipun sejumlah studi terdahulu telah menunjukkan manfaat pembelajaran berbasis praktik bagi peserta didik berkebutuhan khusus, sebagian besar berfokus pada keterampilan vokasional umum dan belum secara khusus mengukur keterampilan membuat brownies panggang pada disabilitas intelektual ringan melalui desain subjek tunggal yang terukur. Kesenjangan antara kebutuhan kemandirian vokasional peserta didik (das sollen) dan rendahnya penguasaan keterampilan tata boga di lapangan (das sein) inilah yang menjadi urgensi penelitian ini. Kebaruan penelitian terletak pada operasionalisasi metode Hands on Cooking ke dalam analisis tugas (task analysis) berjenjang yang dievaluasi menggunakan analisis visual Single Subject Research beserta Percentage of Non-overlapping Data, sehingga peningkatan keterampilan dapat diverifikasi secara empiris, bukan sekadar dideskripsikan. Pendekatan berbasis

analisis tugas dan pengukuran berulang semacam ini konsisten dengan praktik yang telah terbukti efektif pada pembelajaran keterampilan menyiapkan makanan bagi peserta didik disabilitas intelektual (Ayres & Cihak, 2010; Jakubow et al., 2025).

Metode pembelajaran yang dipilih memiliki peranan sangat penting dalam memperoleh hasil belajar yang optimal. Salah satu pendekatan yang sering direkomendasikan dalam pembelajaran keterampilan vokasional khususnya pada keterampilan memasak adalah metode hands on cooking adalah pendekatan pembelajaran yang menekankan kegiatan praktik langsung oleh peserta didik dalam konteks kegiatan memasak sehingga peserta didik dapat belajar melalui pengalaman nyata di dapur. (Maharani et al., 2025), berdasarkan hasil asesmen keterampilan membuat brownies yang dilakukan peneliti terhadap siswa D kelas XI di SLB Lumin Alisa, mendapatkan hasil 25% dimana anak masih perlu bimbingan, ditemukan bahwa siswa tersebut belum menunjukkan penguasaan keterampilan secara optimal pada hampir seluruh tahapan kegiatan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas XI di Sekolah Luar Biasa (SLB) Lumin Alisa Padang pada tanggal 9 januari 2026, diketahui bahwa siswa D menunjukkan sikap kooperatif dan menyukai pembelajaran tata boga karena kegiatannya menyenangkan serta hasilnya dapat langsung dinikmati. Namun, keaktifan D dalam kegiatan memasak belum konsisten dan masih memerlukan arahan serta penguatan dari guru untuk tetap fokus selama pembelajaran. Beberapa penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa metode Hands-On Cooking efektif dalam meningkatkan keterampilan praktik memasak. Misalnya, penelitian oleh Maharani et al. (2025) menunjukkan bahwa penerapan metode Hands-On Cooking dapat meningkatkan keterampilan praktik boga dasar siswa SMK secara signifikan dari pra-siklus sampai siklus II. Penelitian lain juga menunjukkan penerapan Hands-On Cooking efektif dalam meningkatkan keterampilan praktik pengolahan makanan Indonesia, dengan peningkatan rata-rata keterampilan pada tiap siklus pembelajaran. (Maharani et al., 2025). Penelitian yang relevan lainnya dilakukan oleh dengan judul "Peningkatan Keterampilan Memasak melalui Metode Hands on cooking". (Listiyowati, 2021).

Metode

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif melalui metode Single Subject Research (SSR) untuk mengamati secara mendalam dan mendokumentasikan secara sistematis pengaruh suatu perlakuan terhadap perubahan perilaku atau keterampilan individu secara berulang. Menggunakan desain A-B yang terbagi menjadi fase baseline (A) dan fase intervensi (B), studi ini bertujuan mengukur secara langsung pengaruh penerapan metode Hands-on Cooking dalam peningkatan keterampilan membuat brownies pada siswa disabilitas intelektual ringan kelas XI di SLB Lumin Alisa. (Arvianto et al., 2026)

Fase baseline (A) merupakan tahap pengukuran tingkat kemampuan dasar peserta didik sebelum diberikan intervensi. Pada fase ini, peserta didik diminta melakukan kegiatan membuat brownies sesuai dengan kemampuan yang dimiliki tanpa diberikan pembelajaran menggunakan metode Hands on cooking. Peneliti hanya memberikan instruksi umum dan melakukan observasi terhadap setiap langkah yang dilakukan peserta didik. Pengumpulan data dilaksanakan secara berulang dalam beberapa sesi hingga data menunjukkan kondisi yang stabil. Data yang diperoleh pada fase ini dijadikan sebagai acuan untuk mengetahui perubahan yang terjadi setelah diberikan intervensi. (Rahmadhony, 2019)

Fase intervensi (B) dilaksanakan sebanyak enam sesi, masing-masing berdurasi sekitar 90 menit. Pada fase ini metode Hands on Cooking diterapkan melalui tahapan instruksi yang berjenjang, yaitu (1) guru mendemonstrasikan langkah pembuatan brownies panggang, (2) peserta didik mempraktikkan setiap langkah secara langsung dengan bimbingan bertahap (prompting) yang dikurangi secara sistematis, dan (3) peserta didik menyelesaikan seluruh tahapan secara mandiri. Pengukuran dilakukan pada setiap sesi hingga data menunjukkan kecenderungan yang stabil.

Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi berbentuk rubrik analisis tugas (task analysis) yang menguraikan setiap langkah pembuatan brownies panggang menjadi indikator terukur, mulai dari menyiapkan alat dan bahan, menakar bahan, mencampur adonan, menuang adonan ke loyang, hingga memanggang dan menyajikan. Setiap langkah diberi skor sesuai tingkat kemandirian peserta didik, dan persentase keterampilan dihitung dari jumlah langkah yang dapat diselesaikan secara mandiri dibagi seluruh langkah. Validitas isi instrumen diperoleh melalui penilaian ahli (expert judgment), sedangkan reliabilitas antar-pengamat (inter-rater) dijaga dengan melibatkan dua pengamat pada sesi yang sama.

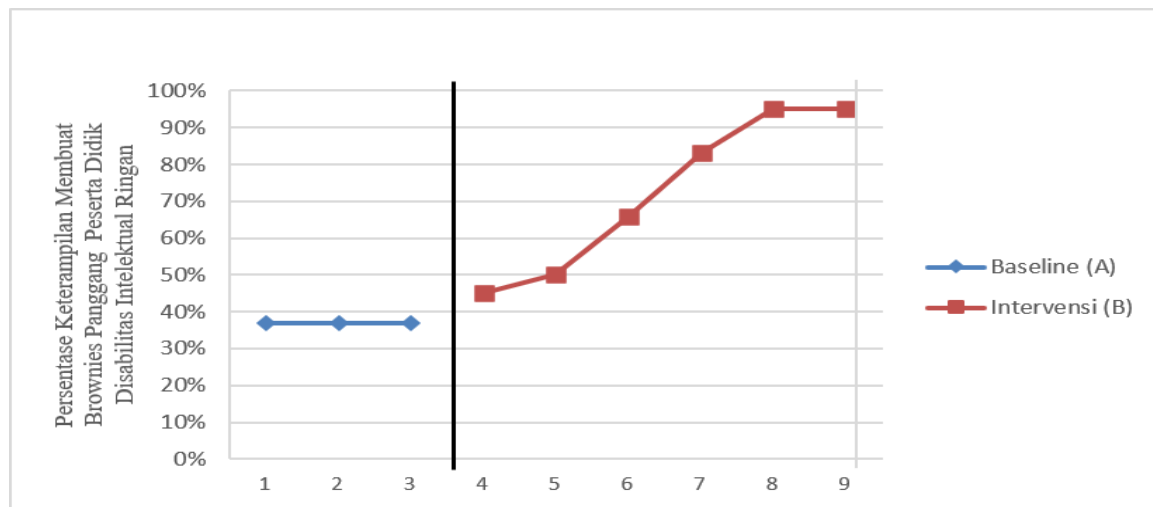
Teknik analisis data menggunakan analisis visual Single Subject Research, baik dalam kondisi (level, kecenderungan arah/trend, dan variabilitas) maupun antar kondisi (perubahan level dan persentase overlap). Kriteria stabilitas ditetapkan apabila variasi data tidak melampaui rentang 15% pada tiga sesi berturut-turut.

Efektivitas intervensi dinilai melalui Percentage of Non-overlapping Data (PND). Timeline pengukuran dan jumlah sesi setiap fase dirangkum pada desain A–B yang ditampilkan bersama Gambar 1.

Hasil Dan Pembahasan

Hasil

Gambar 1 memperlihatkan peningkatan kemampuan siswa yang terjadi secara bertahap pada tiap fasenya. Selama tiga sesi pada kondisi baseline (A), tingkat kemandirian siswa berada dalam kategori stabil di angka 37%, yang mengindikasikan adanya hambatan sebelum dimulainya perlakuan. Begitu fase intervensi (B) dijalankan sebanyak 6 sesi, kemampuan siswa dalam membuat brownies panggang naik berturut-turut sebesar 45%, 50%, 66%, 83%, 95%, hingga bertahan di 95%. Capaian konsisten sebesar 95% pada dua sesi terakhir menandakan bahwa intervensi metode hands-on cooking telah mencapai titik stabil sehingga pemberian perlakuan dapat dihentikan.



Gambar 1. Rekapitulasi Hasil Baseline A dan Intervensi B.

Persentase pada Gambar 1 merupakan skor kemandirian yang dioperasionalkan dari rubrik analisis tugas, yaitu jumlah langkah pembuatan brownies panggang yang diselesaikan peserta didik secara mandiri dibagi total langkah, dikalikan 100%. Dengan demikian, kenaikan dari 37% ke 95% mencerminkan bertambahnya jumlah tahapan prosedural yang dapat dituntaskan tanpa bantuan, bukan sekadar penilaian subjektif.

Berdasarkan analisis dalam kondisi, data baseline (A) menunjukkan kecenderungan mendatar dengan variasi 0% pada tiga sesi (37%, 37%, 37%) sehingga memenuhi kriteria stabilitas (variasi tidak melampaui 15% pada tiga sesi berturut-turut). Pada fase intervensi (B), kecenderungan arah menaik dengan level yang meningkat, dan dua sesi terakhir (95%, 95%) memenuhi kriteria stabil. Analisis antar kondisi menunjukkan perubahan level yang positif dari 37% ke 45%, tanpa tumpang tindih (overlap) data antara kedua fase. Seluruh enam titik data intervensi berada di atas titik tertinggi baseline sehingga diperoleh Percentage of Non-overlapping Data (PND) sebesar 100%, yang termasuk kategori intervensi sangat efektif.

Pembahasan

Salah satu metode yang dapat diterapkan yaitu metode Hands on cooking. Metode ini memungkinkan peserta didik untuk memperoleh pengalaman belajar melalui praktik memasak secara langsung sehingga mereka terlibat aktif dalam setiap proses pembelajaran (Aini & Husna, 2025). Peserta didik tidak hanya mendengarkan penjelasan guru, tetapi juga melakukan sendiri setiap tahapan kegiatan, mulai dari menyiapkan alat dan bahan, mencampurkan adonan, menuangkan adonan ke dalam loyang, hingga memanggang brownies. Pembelajaran yang dilakukan melalui praktik secara langsung membuat peserta didik lebih mudah memahami prosedur kerja, meningkatkan keterampilan motorik, serta membantu peserta didik mengingat setiap tahapan kegiatan karena dilakukan melalui pengalaman nyata (Sapriadi et al., 2023).

Metode hands on cooking dalam pembelajaran pada dasarnya didasarkan pada teori pembelajaran pengalaman (Experiential Learning) dan pembelajaran konstruktivistik, yaitu peserta didik belajar melalui pengalaman langsung dengan melakukan suatu kegiatan secara nyata. Metode hands-on cooking secara teoritis berlandaskan pada Experiential Learning dari David A. Kolb, yang menegaskan bahwa pembelajaran paling efektif terjadi saat peserta didik terlibat langsung dalam pengalaman nyata. Berbeda dengan metode pasif yang berfokus pada penjelasan guru, pendekatan ini memfasilitasi siswa untuk menyerap pengetahuan dan

keterampilan dengan mempraktikkan proses memasak secara mandiri. Berdasarkan empat tahapan Kolb pengalaman konkret, refleksi, konseptualisasi, dan penerapan aktif peserta didik memperoleh pengalaman nyata saat memasak, lalu mengevaluasi hasilnya untuk menyerap konsep secara mendalam.

Menurut Iswari (2008), keterampilan hidup bagi anak berkebutuhan khusus perlu dikembangkan melalui pembelajaran yang praktis dan sesuai dengan kemampuan peserta didik. Keterampilan tata boga dapat menjadi salah satu bentuk kecakapan hidup yang mendukung kemandirian peserta didik disabilitas intelektual ringan dalam kehidupan sehari-hari maupun sebagai bekal memasuki dunia kerja. Penelitian ini dilaksanakan selama sembilan kali pertemuan yang terdiri atas dua kondisi, yaitu baseline (A) sebanyak tiga kali pertemuan dan intervensi (B) sebanyak enam kali pertemuan. Pada kondisi baseline (A), persentase keterampilan membuat brownies panggang peserta didik menunjukkan hasil yang masih rendah dan relatif tetap pada setiap pertemuan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan awal peserta didik belum mengalami perkembangan sebelum diberikan intervensi. Kondisi ini terjadi karena peserta didik belum terbiasa melakukan kegiatan memasak secara mandiri, masih mengalami kesulitan mengikuti urutan kerja, serta masih membutuhkan bantuan guru dalam menggunakan alat maupun bahan. Selain itu, sebelum penelitian dilakukan pembelajaran lebih banyak dilakukan melalui penjelasan dan contoh dari guru sehingga peserta didik belum memperoleh kesempatan untuk berlatih secara langsung. Berdasarkan analisis dalam kondisi, data pada fase baseline menunjukkan kecenderungan yang stabil sehingga dapat menggambarkan kemampuan awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan.

Setelah diberikan intervensi dengan metode Hands on cooking, keterampilan murid dalam membuat brownies panggang terlihat mengalami peningkatan dari satu pertemuan ke pertemuan berikutnya. Pada awal intervensi, peserta didik masih membutuhkan arahan dalam beberapa tahap, tetapi setelah beberapa kali latihan, peserta didik mulai dapat mengikuti proses pembuatan brownies dengan lebih baik. Hal ini terlihat dari semakin sedikitnya kesalahan yang dilakukan dan meningkatnya kemampuan peserta didik dalam menyelesaikan setiap tahapan. Selama kegiatan berlangsung, murid terlibat langsung dalam proses pembuatan brownies, mulai dari menyiapkan alat dan bahan hingga menyelesaikan proses pembuatan. Kegiatan praktik secara langsung membuat peserta didik lebih mudah memahami urutan pekerjaan dan mengenal fungsi alat serta bahan yang digunakan. Selain itu, latihan yang dilakukan berulang kali membantu peserta didik mengingat langkah-langkah pembuatan brownies sehingga secara perlahan dapat bekerja dengan lebih mandiri dan lebih percaya diri. Pada dua pertemuan terakhir, hasil keterampilan peserta didik sudah menunjukkan nilai yang sama, sehingga dapat dikatakan bahwa kemampuan membuat brownies panggang sudah mulai stabil dan sebagian besar tahapan dapat dilakukan dengan baik. (Hartaty, 2017).

Temuan dalam penelitian ini diperkuat oleh hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Listyowati, 2021) menggambarkan bahwa metode Hands on cooking mampu meningkatkan keterampilan vokasional peserta didik berkebutuhan khusus hal ini terjadi karena peserta didik terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran melalui kegiatan memasak. Penelitian (Maharani et al., 2025) juga menjelaskan bahwa pembelajaran berbasis praktik mampu meningkatkan keterampilan, koordinasi motorik, serta kemandirian murid karena mereka belajar melalui pengalaman nyata. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan metode Hands on cooking sebagai metode pembelajaran berbasis praktik untuk meningkatkan keterampilan vokasional. Perbedaananya terletak pada jenis keterampilan yang diajarkan serta karakteristik subjek penelitian. Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa metode Hands on cooking tetap efektif digunakan untuk meningkatkan keterampilan membuat brownies panggang pada peserta didik disabilitas intelektual ringan.

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *hands-on cooking dapat meningkatkan keterampilan membuat brownies panggang bagi siswa disabilitas intelektual ringan kelas XI di SLB Lumin Alisa. Peningkatan ini ditunjukkan oleh kenaikan kemampuan peserta didik yang signifikan, mulai dari kondisi baseline hingga mencapai tingkat kestabilan di akhir fase intervensi. Dengan demikian, metode hands-on cooking sangat layak dijadikan alternatif pembelajaran vokasional yang tepat untuk mengasah keterampilan memasak bagi siswa tunagrahita ringan.

Keempat tahapan Experiential Learning Kolb dioperasionalkan secara konkret pada peserta didik disabilitas intelektual ringan sebagai berikut: pengalaman konkret berlangsung saat peserta didik langsung menakar dan mengolah bahan; refleksi terjadi ketika guru mengajak peserta didik meninjau hasil tiap langkah; konseptualisasi difasilitasi melalui pengulangan urutan kerja yang sama pada setiap sesi; dan penerapan aktif tampak ketika peserta didik menyelesaikan tahapan secara mandiri pada sesi-sesi akhir. Pengulangan terstruktur ini sejalan dengan kebutuhan belajar peserta didik disabilitas intelektual yang memerlukan latihan berjenjang dan penguatan. Kerangka ini merujuk pada teori experiential learning (Kolb, 2015).

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menafsirkan temuan. Pertama, desain A–B tanpa fase pembalikan (reversal) atau baseline jamak (multiple baseline) membatasi kekuatan inferensi kausal karena tidak sepenuhnya mengontrol ancaman validitas internal seperti maturasi dan efek pengujian (testing effect). Kedua, subjek berjumlah satu orang sehingga temuan tidak dapat langsung digeneralisasi ke populasi disabilitas intelektual ringan yang lebih luas. Ketiga, variabel konfounding seperti motivasi dan pengaruh kehadiran pengamat tidak dikontrol secara ketat. Oleh karena itu, hasil ini sebaiknya dimaknai sebagai bukti efektivitas dalam konteks subjek tunggal, bukan klaim generalisasi. Temuan ini selaras dengan sejumlah studi desain kasus tunggal yang melaporkan peningkatan keterampilan menyiapkan makanan pada peserta didik disabilitas intelektual melalui instruksi terstruktur dan berbasis teknologi (Bereznak et al., 2012; Norwine et al., 2025; Panerai et al., 2018).

Penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain yang lebih kuat, seperti A–B–A atau multiple baseline across subjects, dengan jumlah subjek yang lebih banyak dan variasi karakteristik, serta menyertakan ukuran efek tambahan (misalnya Tau-U) untuk memperkuat validitas internal maupun eksternal temuan.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang menerapkan metode Single Subject Research (SSR) berdesain A–B, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode hands on cooking dapat meningkatkan keterampilan membuat brownies panggang pada peserta didik disabilitas intelektual ringan kelas XI di SLB Lumin Alisa. Hal tersebut dibuktikan dari hasil penelitian pada kondisi baseline (A) yang menunjukkan persentase keterampilan peserta didik sebesar 37%, 37%, dan 37%, sehingga keterampilan peserta didik berada pada kondisi yang rendah dan stabil sebelum diberikan intervensi. Setelah diberikan intervensi melalui metode hands on cooking, keterampilan peserta didik mengalami peningkatan secara bertahap menjadi 45%, 50%, 66%, 83%, 95%, dan 95%. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa peserta didik mampu mengikuti setiap tahapan pembuatan brownies panggang dengan lebih baik, lebih mandiri, dan lebih terampil dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Perubahan level yang konsisten disertai tidak adanya tumpang tindih data antara fase baseline dan intervensi (PND 100%) menjadi dasar untuk menilai peningkatan ini sebagai efek intervensi, bukan sekadar faktor kebetulan; meskipun demikian, keterbatasan desain A–B tanpa fase pembalikan tetap membatasi kekuatan inferensi kausal. Secara teoretis, temuan ini memperkuat penerapan Experiential Learning pada pendidikan khusus, sedangkan secara praktis metode Hands on Cooking dapat menjadi alternatif pembelajaran vokasional yang aplikatif bagi guru SLB. Penelitian selanjutnya direkomendasikan menggunakan desain yang lebih ketat seperti A–B–A atau multiple baseline across subjects dengan subjek lebih banyak untuk memperkuat generalisasi temuan.

Referensi

- Afrilian, R., Iswari, M., Tsaputra, A., Trsiwandari, R., & Yuliana, S. (2025). Meningkatkan keterampilan menghias tote bag melalui model direct instruction bagi peserta didik disabilitas intelektual ringan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Khusus*, 13(2). <https://doi.org/10.24036/juppekhu.v13i2.135425>
- Agustianti, A. (2018). Model Bimbingan Vokasional Dalam Membentuk Kemandirian Penyandang Disabilitas Di Slb Negeri Pembina Aceh Tamiang 1439 H / 2018 M. Institut Agama Islam Negeri Langsa.
- Ayres, K. M., & Cihak, D. (2010). Computer- and video-based instruction of food-preparation skills: Acquisition, generalization, and maintenance. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 48(3), 195–208. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-48.3.195>
- Aini, F., & Husna, N. (2025). Project based learning berbasis outdoor study melalui cooking class untuk menanamkan nilai kerjasama pada peserta didik. *Jurnal Community Service Technology (JCoSITTE)*, 4(1), 1–10.
- Amelia, E., & Azizah, N. (2023). Implementasi Pembelajaran Keterampilan Vokasional untuk Anak Berkebutuhan Khusus: Sebuah Tinjauan Sistematis. 7(5), 6127–6140. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.4180>
- Bereznak, S., Ayres, K. M., Mechling, L. C., & Alexander, J. L. (2012). Video self-prompting and mobile technology to increase daily living and vocational independence for students with autism spectrum disorders. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 24(3), 269–285. <https://doi.org/10.1007/s10882-012-9270-8>
- Arvianto, I. R., Nofiansyah, W., & Fadila, A. (2026). Single Subject Research in Mathematics Education: Systematic Literature Review in The Indonesian Context. 38(2), 112–134. <https://doi.org/10.23917/varidika.v38i2.14195>

- Hartaty, Y. (2017). Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Tata Boga Materi Pembuatan Brownis Pisang Melalui Model Pembelajaran EksPLICIT Instruction. *Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan*, 2(1), 163–180.
- Iswari, M. (2008). Kecakapan hidup bagi anak berkebutuhan khusus.
- Jakubow, L., Bouck, E. C., Norwine, L., Long, H. M., Nuse, J., & Kitsios, A. M. (2025). Enhancing independence: Non-immersive virtual reality for teaching food preparation skills in high school students with intellectual disability. *Journal of Special Education Technology*, 40(2), 252–265. <https://doi.org/10.1177/01626434241277190>
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development* (2nd ed.). Pearson Education.
- Listyowati, T. (2021). Metode hand on cooking untuk meningkatkan keterampilan memasak makanan Indonesia di SMK Budi Mulia Dua. *Jurnal Pendidikan Tata Boga dan Teknologi*, 7(1), 28–40.
- Mega iswari, & Efran, Z. (2025). Bekali anak berkebutuhan khusus dengan kecakapan hidup. CV Afifa Utama.
- Maharani, S. A., Evawati, D., Permatasari, A. P., & Ayu, A. (2025). Metode Hand on Cooking untuk Meningkatkan Keterampilan Praktik Boga Dasar Siswa Kelas X SMK Negeri 6 Surabaya. 4(2), 200–208. <https://doi.org/10.54259/diajar.v4i2.4194>
- Mustika, S. R., & Budi, S. (2024). Meningkatkan Keterampilan Vokasional Rias Cantik Sederhana Menggunakan Teknik Modeling Pada Anak Disabilitas Intelektual Ringan. 11(2), 97–110.
- Norwine, L., Bouck, E. C., Reiley, S., Long, H. M., Jakubow, L., & Nuse, J. (2025). Using non-immersive virtual reality to teach life skills to students with disabilities in rural schools. *Rural Special Education Quarterly*, 44(1), 26–38. <https://doi.org/10.1177/87568705241305640>
- Panerai, S., Catania, V., Rundo, F., & Ferri, R. (2018). Remote home-based virtual training of functional living skills for adolescents and young adults with intellectual disability: Feasibility and preliminary results. *Frontiers in Psychology*, 9, 1730. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01730>
- Rahmadhony, S. (2019). The Effectiveness of Token Economy to Reduce Truant Behavior. 2(1), 24–30.
- Rahmi, A., & Setyaningsih, K. (2022). Tunagrahita Ringan : Analisis Problem Keterlambatan Respon Belajar Anak Usia 5-7 Tahun di Sekolah Alam Bangka Belitung. 6, 13615–13621.
- Ringan, I., Slb, D. I., & Jember, C. T. P. A. (2025). JOEAI (Journal of Education and Instruction) Volume 8, Nomor 3, Mei–Juni 2025. 8, 408–414.
- Salma, A. N., Efrina, E., & Nasri, Y. Y. (2025). peningkatan keterampilan menyablon tote bag melalui model direct instruction pada peserta didik tunarunggu kelas XI B di SLB N sungai penuh.edu research, 6(3), 2536-2540.
- Sapriadi, S., Syaputra, A. E., Eirlangga, Y. S., Manurung, K. H., & Hayati, N. (2023). Sistem Pakar Diagnosa Gaya Belajar Mahasiswa Menggunakan Metode Forward Chaining. 5(3), 5–10. <https://doi.org/10.60083/Jidt.V5i3.381>
- Wirda, Z. M., Iswari, M., Damri, D., Zulmiyetri, Z., & Yuliana, S. (2026). Meningkatkan Kemampuan Makan Menggunakan Teknik Forward Chaining bagi Disabilitas Intelektual Ringan (Single Subject Research Kelas V di SLB Gema Insani Padang). *Jurnal Pendidikan IPS*.