



Penguatan Keterampilan Hidup Peserta Didik Disabilitas Intelektual melalui Pendampingan *Table Manner* dan Ecoliterasi

Asri Wijastuti^{1,a*}, Wiwik Widajati^{2,a}, Diah Anggraeni^{3,a}, Ni Made Marlin Minarsih^{4,a}, Diah Ekasari^{5,a}, Wagino^{6,a}, Sabina Khairiah^{7,a}

^aSpecial Education Department, Faculty of Education, Universitas Negeri Surabaya. Jl. Kampus Unesa, Lidah Wetan, Surabaya, Indonesia. Postal code: 60213

*Corresponding Author e-mail: asriwijastuti@unea.ac.id

Received: August 2026; Revised: August 2026; Published: September 2026

Abstrak: Pengabdian kepada masyarakat bertujuan (1) mengedukasi peserta didik disabilitas intelektual (PDDI) tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi dan menjaga kebersihan makanan, dan (2) meningkatkan kemandirian PDDI dalam mengelola kebutuhan makan mereka sendiri, mulai dari memilih makanan sehat, menyiapkan makanan, hingga menjaga kebersihan makanan di SLB Putra Mandiri Surabaya. Metode yang digunakan dalam memecahkan masalah mitra diawali dengan pra-tes, pelatihan inservice dan onservice, paska-tes. Peserta sejumlah 9 PDDI yang sudah mampu makan sendiri. Analisis data pra dan paska tes menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test* untuk membandingkan dua kelompok data berpasangan dan *P value* untuk mengukur signifikansi. Hasil kegiatan pengabdian melalui praktik disertai pemodelan dapat meningkatkan pengetahuan ($Z = -2,371$; $p = 0,018$) dan keterampilan menggunakan alat makan, mengambil makanan sesuai porsi isi piringku, etika cara makan menggunakan sendok dan garpu, mencuci alat makan ($Z = -2,521$; $p = 0,012$) sebagai bekal keterampilan hidup PDDI. Praktik mengambil makanan berbantuan poster “isi piringku” dan etika tatacara makan dilakukan dengan prompt fisik dan verbal. Kemampuan motorik halus PDDI meningkat terkait dengan memegang sendok, garpu, menggunakan sendok-garpu, mengambil makanan, makan makanan berkuah, minum dengan gelas, mencuci alat makan yang digunakan dan mengembalikan ke rak piring. Simpulan menunjukkan bahwa deret intervensi modelling dan praktik *table manner* secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta didik disabilitas intelektual. Analisis hasil nilai *p* menginformasikan bahwa intervensi sinergis metode modeling dan praktik langsung meningkatkan aspek kognitif sekaligus keterampilan PDDI.

Kata Kunci: eco-literasi; keterampilan hidup; peserta didik disabilitas intelektual; *table manner*

Enhancing Life Skills in Students with Intellectual disabilities through Table Manners and Eco-Literacy Mentoring

Abstract: The objectives of this community service project are: (1) to educating students with intellectual disabilities on the importance of consuming nutritious food and maintaining food hygiene, and (2) to enhancing the independence of students with intellectual disabilities in managing their own dietary needs, ranging from selecting healthy food and preparing meals to ensuring food cleanliness at SLB Putra Mandiri Surabaya. The method employed to address the partner's needs involves a pre-test, in-service and on-service training, and a post-test. The participants consisted of nine individuals with intellectual disabilities (PDDI) who were already capable of self feeding. Data were analyzed using a paired t-test to assess the significance of the mean improvement, while Cohen's *d* was used to measure the effect size. Conducted through practice combined with modeling, the community service activity resulted in significance improvements. Specifically, knowledge increased ($Z = -2.371$, $p = 0.018$) and skills improved regarding the use of eating utensils, portioning food according to the “Isi Piringku” guidelines, dining etiquette using a spoon and fork, and washing utensils ($Z = -2.521$, $p = 0.012$). Ultimately, this activities successfully equipped the participants with essential life skills. Guided by the “Isi Piringku” poster, the training in food scooping and dining etiquette utilized both physical and verbal prompts. This approach enhanced the students fine motor skills, specifically in holding and using a spoon and fork, scooping food, eating brothly dishes, drinking from a glass, washing utensils, and returning them to the dish rack. In conclusion, the intervention sequence (modeling and table manner practice) significantly enhanced the knowledge and skills of students with intellectual disabilities. Analysis of the *p*-value indicated that the synergistic intervention combining modeling and hands-on practice enhanced both the cognitive aspects and skills of students with intellectual disabilities.

Keywords: eco-literacy; life skills; Students with Intellectual Disabilities; *table manner*

How to Cite: Wijastuti, A., Widajati, W., Anggraeny, D., Minarsih, N. M. M., Ekasari, D., & Wagino, W. (2026). Penguatan Keterampilan Hidup Peserta Didik Disabilitas Intelektual melalui Pendampingan *Table Manner* dan



PENDAHULUAN

Pola makan masyarakat Indonesia pada saat ini masih diwarnai oleh masalah mendasar, ditandai dengan masih rendahnya konsumsi sayur, buah, dan protein, namun tinggi asupan garam, gula, dan lemak. Kesalahan pola makan tersebut berakar dari beberapa faktor utama, mulai dari masalah kesejahteraan seperti kemiskinan dan ketimpangan, keterbatasan pengetahuan masyarakat mengenai nutrisi seimbang, hingga kurangnya akses ke makanan kaya nutrisi. Kesenjangan ini memicu dampak negatif secara luas, baik terhadap kerusakan lingkungan maupun penurunan kualitas individu, khususnya memicu tingginya angka malnutrisi dan stunting. Langkah konkret pemerintah untuk mengatasi permasalahan tersebut melalui Badan Gizi Nasional (BGN) meluncurkan program Makan Bergizi Gratis (MBG) secara resmi pada Senin, 6 Januari 2025. Pada tahun ini pemerintah menetapkan target yang menjangkau 15 hingga 20 juta penelima manfaat. Kebijakan ini tidak sekedar memberikan bantuan pangan fisik, namun melalui program MBG, pemerintah tidak hanya bertujuan menyediakan makanan bergizi secara langsung sekaligus mengedukasi masyarakat luas mengenai pentingnya penerapan pola makan sehat dan gizi seimbang. Pada akhirnya, dengan tertanganinya krisis malnutrisi dan stunting, program ini diharapkan mampu menjadi pondasi yang kuat untuk menumbuhkan Sumber daya Manusia (SDM) Indonesia yang unggul di masa mendatang (Ajeng, Merlinda dan Yusmar, 2025). Meskipun program ini menargetkan pada seluruh peserta didik, implementasinya di Sekolah Luar Biasa (SLB) menghadapi tantangan yang kompleks khususnya bagi PDDI. Kebijakan ini membutuhkan penanaman nilai-nilai pembiasaan pola makan sehat dan bersih dalam praktik dengan beberapa tahapan yang perlu dilakukan secara sistematis dan terencana. Penguatan keterampilan hidup melalui pembiasaan pola makan sehat dan bersih sangat diperlukan oleh PDDI.

Pada tingkat regional, Provinsi Jawa Timur telah memberlakukan MBG secara luas termasuk menyasar SLB di beberapa kota/kabupaten sejak awal peluncurannya. Di Lapangan, beberapa sekolah telah ditunjuk sebagai penerima manfaat awal, seperti SLBN Lamongan, sementara sekolah lain seperti SLB Putra Mandiri Surabaya saat ini tengah bersiap dan menunggu giliran implementasi. Agar program berjalan efektif, maka diperlukan analisis situasi yang mendalam dengan mempertimbangkan karakteristik PDDI, keterlibatan keluarga, ketersediaan infrastruktur, dan dukungan nyata yang ada di sekolah. Kondisi ini menuntut kesiapan dan adaptasi yang matang, terutama dalam merencanakan dan menyajikan makanan yang sesuai dengan standar gizi seimbang bagi PDDI. Berdasarkan analisis situasi, ditemukan permasalahan krusial yang dihadapi mitra di sekolah, di antaranya (1) keterbatasan fasilitas untuk menyediakan makanan sehat atau mengajarkan keterampilan hidup terkait pola makan, (2) kendala pemahaman aturan dan etika PDDI, seperti cara

makan dengan sopan, menjaga kebersihan, atau memahami kapan harus makan dan berhenti makan, (3) Hambatan motorik halus membuat PDDI kesulitan melakukan aktivitas fisik saat makan, seperti menggunakan alat makan (garpu, sendok), menyendok makanan secara tepat, hingga mencuci tangan dengan benar sebelum makan, (4) Kesulitan perilaku adaptif dalam mengontrol diri untuk menunggu giliran mengantre makanan atau dalam menerapkan pola makan yang teratur, (5) belum tersedianya program atau kurikulum khusus yang dirancang untuk mengajarkan etika makan dan pola makan sehat. Merujuk pada kompleksitas permasalahan sekolah mitra, dibutuhkan solusi penanaman nilai-nilai etika dan penerapan metode pembiasaan pola makan sehat secara rutin sebagai bekal keterampilan hidup menggunakan bantuan poster Isi Piringku, modelling, praktik, prompt verbal dan fisik. Pembiasaan ini perlu diintegrasikan dengan konsep ecoliterasi dalam praktik sehari-hari di sekolah untuk membangun budaya bersih pada seluruh warga sekolah, seperti membiasakan PDDI mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan tempat makan, serta tidak menyentuh makanan dengan tangan kotor. Melalui pendekatan pembiasaan terstruktur ini, Program MBG dapat menjadi sarana edukasi yang efektif untuk membangun masyarakat yang sehat, sejalan dengan visi mencapai Indonesia Emas (Suryanti; et al., 2025). Kondisi tersebut menegaskan pentingnya pemberian bekal keterampilan hidup melalui program bina diri PDDI agar mampu menerapkan pengetahuan dari sekolah pada kehidupan bermasyarakat. Program bina diri juga mampu meningkatkan kemandirian PDDI (Widya et al., 2024). Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa mengembangkan keterampilan hidup melalui teknologi sangat membantu PDDI bertransisi menjadi individu yang mandiri dalam aktivitas kehidupan sehari-hari (Prawitasari et al., 2023);(Chang et al., 2025).

Berangkat dari kebutuhan sekolah mitra, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) bertujuan melakukan pendampingan etika makan dan pola makan sehat dan bersih untuk penguatan keterampilan hidup PDDI. Program dirancang untuk memfasilitasi dan memberi kesempatan kepada PDDI terlibat langsung dalam proses memilih serta menyiapkan makanan. Kegiatan PKM dilaksanakan di SLB Putra Mandiri Surabaya, berlokasi di Jambangan Tama Asri No. 26 Kecamatan Jambangan, Kota Surabaya. Sekolah mitra memiliki total warga sekolah yang terdiri dari 10 orang pendidik dan 53 peserta didik. Dari total peserta didik, terdapat 22 peserta didik PDDI kelas 7-12, dan yang siap menjadi peserta pelatihan dengan kategori mampu mandiri dalam kegiatan makan sejumlah 9 orang.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pelatihan tutorial melalui pendampingan etika makan dan pembiasaan pola makan sehat sebagai bekal keterampilan hidup bagi pendidik dan peserta didik di SLB Putra Mandiri Surabaya, metode pelaksanaan kegiatan dirancang dengan langkah-langkah berikut.

1. Metode Pendekatan yang ditawarkan dan langkah yang akan ditempuh direncanakan dengan tahapan berikut.
 - a. Pertemuan koordinatif antara Tim PKM Unesa dengan pihak mitra dalam hal ini Kepala SLB Putra Mandiri Surabaya untuk melakukan analisis kebutuhan dan persetujuan partisipan

- b. Tim Pelaksana Pengabdian kepada Masyarakat melakukan kesepakatan dengan Kepala Sekolah dan Pendidik SLB Putra Mandiri Surabaya untuk mengadakan tutorial dengan materi wawasan tentang: (1) Etika makan, (2) gizi berimbang, (3) pola makan sehat menggunakan garpu dan sendok dan (4) kemandirian berdasarkan konsep pembiasaan pola makan sehat dan bersih. sebagai bekal keterampilan hidup. Kegiatan ini sebagai upaya solusi untuk meningkatkan wawasan dan kemampuan pemahaman konsep etika makan dan pola makan sehat dan bersih.
- c. Menyepakati tempat, waktu dan jadwal kegiatan pelatihan tutorial.
- d. Pelaksanaan PKM “Tutorial Etika makan dan Pembiasaan Pola makan Sehat dan Bersih Peserta Didik Disabilitas Intelektual sebagai bekal keterampilan hidup” dengan metode penyampaian yang dirancang pada Tabel 1.

Tabel 1. Rancangan penyampaian pelatihan

Kegiatan Inservice Training	Metode	Jam Pelajaran
Etika makan	Curah pendapat, ceramah, praktik, dan tanya jawab melalui luring	14 JP
Gizi berimbang		
Konsep pola makan sehat dan fungsinya		
Konsep menggunakan peralatan makan dan fungsinya		
Konsep pembiasaan pola makan sehat dan bersih sebagai bekal life skill dan kemandirian		
Kegiatan onservice training	Pendampingan, praktik, curah pendapat	24 JP
Praktik pelaksanaan pendampingan PDDI menyiapkan alat dan bahan, memilih makanan sebagai unsur gizi berimbang		
Praktik menggunakan peralatan makan dan etika makan		
Evaluasi analisis implementasi pendampingan etika makan dan pembiasaan pola makan sehat dan bersih PDDI		

2. Partisipasi Mitra dalam Pelaksanaan Program

- a. Kepala SLB Putra Mandiri Surabaya dan Pendidik sebagai mitra dalam kegiatan PKM bersepakat dengan Tim PKM Unesa bahwa tempat kegiatan selama inservice training dan onservice training dengan peserta pelatihan sejumlah 9 orang peserta didik penyandang disabilitas intelektual kelas 9, 10, 11 dan 12 dan pendidik sebagai pendamping sejumlah 10 orang.
- b. Mengupayakan tersedianya fasilitas ruang praktek agar selama kegiatan inservice training para peserta dapat mengikuti pelatihan secara luring dengan prokes.
- c. Menjamin keutuhan jumlah peserta diklat hingga purna program agar diperoleh hasil optimal terhadap pendidik dan peserta didik penyandang disabilitas yang dapat mengimplementasikan etika makan dan pola makan sehat dan bersih secara mandiri menjadi produk akhir dari kegiatan PKM.

3. Evaluasi Pelaksanaan Program

Terkait dengan pelaksanaan program PKM: pelatihan tutorial, rancangan evaluasi pelaksanaan program seperti berikut.

- a. Evaluasi awal (pra-tes), dilaksanakan saat peserta akan mengikuti kegiatan inservice training. Evaluasi ini dimaksudkan untuk memetakan kemampuan yang dimiliki oleh setiap peserta, khususnya pemahaman tentang materi wawasan tentang: (1) Etika makan, (2) gizi berimbang, (3) pola makan sehat menggunakan garpu dan sendok dan (4) kemandirian berdasarkan konsep pembiasaan pola makan sehat dan bersih. sebelum mereka mengikuti pelatihan secara luring.
- b. Instrumen pra-tes dan paska-tes digunakan untuk mengevaluasi dua ranah utama, yaitu pengetahuan dan keterampilan praktis. Pengetahuan diukur menggunakan 13 (tiga belas) indikator, sedangkan keterampilan dinilai berdasarkan 28 (dua puluh delapan) indikator. Setiap indikator dinilai menggunakan skala skor 1–4 dengan ketentuan makna sebagai berikut: skor 1 berarti (membutuhkan bantuan penuh), skor 2 berarti (membutuhkan prompt fisik), skor 3 berarti (membutuhkan bantuan verbal), dan skor 4 berarti (mampu mandiri). Skor total dihitung dengan cara menjumlahkan total skor seluruh indikator dan merata-rata skor.
- c. Penilai kegiatan oleh observer dilakukan oleh dua orang observer independen (*inter-rater*). Keandalan antarpemilai (*inter-rater reliability*) diperiksa secara ketat menggunakan uji reliabilitas, yang menghasilkan koefisien sebesar 0.85 yang menunjukkan tingkat kesepakatan yang sangat tinggi.
- d. Evaluasi proses, dilaksanakan selama peserta mengikuti kegiatan in service training. Kegiatan ini dimaksudkan untuk mengukur tingkat kesungguhan, motivasi dan peran peserta selama pelatihan berlangsung. Instrumen evaluasi digunakan lembar pengamatan dan hasil produk.
- e. Evaluasi hasil, digunakan 2 (dua) instrumen penilaian.
 - 1) Tes akhir dalam luring digunakan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta pelatihan terkait dengan semua mata latihan yang sudah dibelajarkan.
 - 2) Evaluasi hasil melalui unjuk kerja digunakan untuk menilai implementasi pendampingan etika makan dan pembiasaan pola makan sehat dan bersih sebagai bekal keterampilan hidup dilakukan oleh peserta
- f. Analisis data yang melibatkan 9 PDDI, dengan sebaran datanya tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji Wilcoxon signed rank test. Uji non parametrik digunakan untuk menemukan efektivitas metode pendampingan yang memadukan modeling dan praktik langsung terhadap aspek pengetahuan dan keterampilan.

Penerapan iptek pelatihan etika makan dan pola makan sehat dan bersih berupa infografis poster pelatihan dikaji dari berbagai referensi dan kebijakan yang dikeluarkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kesehatan. Media yang digunakan untuk mempelajari tata krama makan menggunakan gambar dan video yang

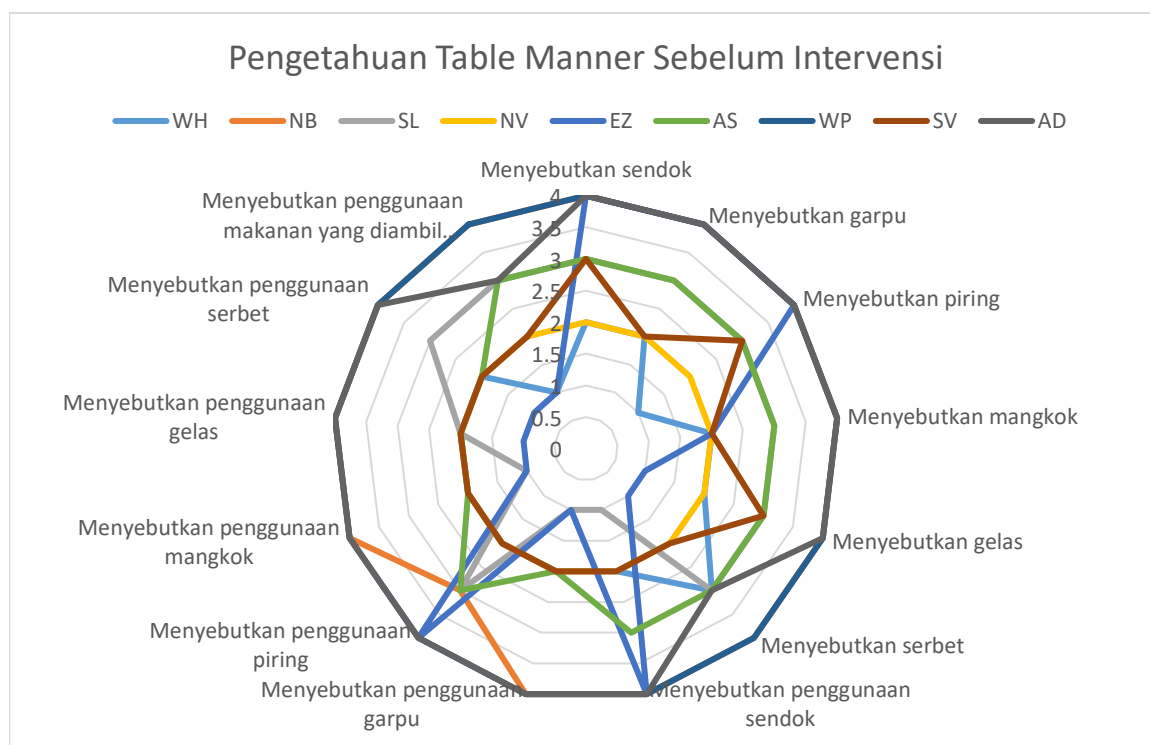
bersumber dari YouTube dan poster yang dirancang tim PKM. Iptek *table manner* cara duduk, cara menggunakan serbet, cara bicara, cara menggunakan alat makan, aturan umum penyajian, dan menu yang disajikan (Fadillah et al., 2020; Rahmalia & Saprudin, 2023). Selain itu, van Geel et al., (2019) menegaskan bahwa *table manner* menumbuhkan karakteristik dasar manusia, seperti sistem kekerabatan, bahasa, teknologi, dan moralitas. Kesan positif dapat dihasilkan dari bersikap positif saat makan bersama dapat membentuk citra diri dan profesionalisme (Muria Putriana et al., 2024); Permanisuci & Soeyono, 2021). Belajar tata krama saat makan penting diketahui baik di rumah sendiri maupun pada saat di restoran. Hal tersebut penting menjaga adab ketika makan agar makanan yang dicerna dapat diolah dengan baik oleh tubuh dan tidak mengganggu kenyamanan orang sekitar yang sedang menyantap makanan. Kemampuan tata krama makan merupakan salah satu bagian dari keterampilan merawat diri PDDI. Keterampilan merawat diri merupakan keterampilan dasar seseorang dalam merawat dirinya sendiri, PDDI dengan keterbatasannya dalam perawatan diri perlu diajarkan belajar mengurus dirinya sendiri terkait aktivitas sehari-hari, misalnya makan, memakai pakaian, mandi, tidur, dan lainnya (Azizah et al., 2022).

Pendekatan pembelajaran pada PDDI terkait tata krama makan harus dilakukan dengan terstruktur dan terus menerus secara konsisten. Berdasarkan uraian tersebut, pembelajaran tata krama makan dan pembiasaan pola makan sehat membutuhkan bimbingan namun tetap memunculkan konsep diri PDDI, salah satunya modelling dan pentingnya kolaborasi dengan pengasuh (Özdemir et al., 2025).

Fokus PKM adalah mengenal alat makan, mengenal alat minum, menggunakan alat makan, menggunakan alat minum, memilih makanan gizi seimbang, mengambil makanan dengan gizi seimbang, makan menggunakan sendok dan garpu, minum menggunakan gelas, makan makanan berkuah, dan minum minuman bergizi/ susu. Komponen keterampilan tata cara makan dan minum meliputi: (1) Makan dengan cara yang benar, (2) Minum dengan cara yang benar, (3) Menetapkan indikator. Indikator keterampilan tata cara makan dan minum meliputi: (1) Mengenal alat makan, (2) Mengenal alat minum, (3) Mencuci tangan sebelum makan, (4) Menggunakan alat makan, (5) Menggunakan alat minum, (6) Memilih makanan gizi seimbang, (7) mengambil makanan dengan gizi seimbang, (8) Makan menggunakan sendok dan garpu, (9) Minum menggunakan gelas, (10) Makan makanan berkuah, (11) Minum minuman bergizi/ susu, (12) Membersihkan alat makan dan lingkungan meja tempat makan, (13) Mencuci alat makan dan mengembalikan pada tempatnya Tahap yang paling menyenangkan adalah pada proses makan bersama. Makanan gizi seimbang paling sederhana berisi empat komponen, (makanan pokok, lauk pauk, sayuran, buah-buahan). Pola makan empat sehat lima sempurna membantu memastikan tubuh mendapatkan keseimbangan gizi yang dibutuhkan. Karbohidrat memberikan energi, protein untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan, lemak sehat mendukung fungsi tubuh, serta vitamin dan mineral dari sayuran dan buah-buahan memperkuat sistem kekebalan tubuh. Selain itu, susu atau produk olahan susu memberikan tambahan kalsium untuk kesehatan tulang dan gigi.

HASIL DAN DISKUSI

Pendampingan dilaksanakan secara luring oleh tim PKM yang dilanjutkan oleh sekolah. Pelaksanaan dilakukan dengan memberikan pretes terlebih dahulu untuk menentukan kemampuan awal peserta didik terkait dengan pengetahuan dan keterampilan makan secara lisan. Hasil pre-tes yang dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 23 September 2025 dilanjutkan dengan pendampingan pada 24-30 September 2025 dan tes akhir yang dilaksanakan pada 1 Oktober 2025. Data secara umum terdapat dua kategori yakni pra-tes dan paskates, dua data ini diambil pada 1 Oktober 2025, dengan melihat dan menguji pola intervensi yang diberikan pada peserta uji dengan mempertimbangkan kemampuan awal peserta uji baik dalam Pengetahuan dan Keterampilan yang sudah dimiliki sebelumnya. Gambar 1 dan Gambar 2 memberikan gambaran secara umum Pengetahuan dan Keterampilan yang dimiliki oleh peserta uji sebelum intervensi dikenakan, serta Gambar 3 dan Gambar 4 merupakan gambaran pengetahuan dan keterampilan final yang didapatkan peserta uji setelah dikenakan intervensi.

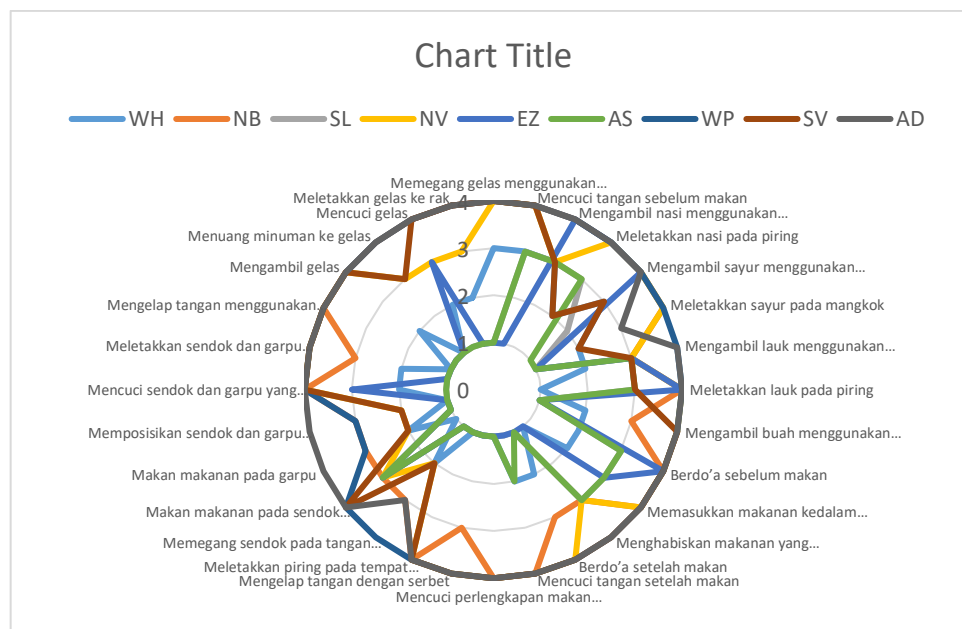


Gambar 1. Pengetahuan Table Manner Eco-literacy Peserta Didik Disabilitas Intelektual sebelum penerapan Intervensi

Gambar 1. menyajikan skor awal pengetahuan peserta didik disabilitas intelektual terhadap aspek *table manner* dan ecoliteracy. Pra-tes dilaksanakan pada Selasa, 23 September 2025, sebelum intervensi diberikan. Secara umum, hasil pre-tes menunjukkan:

1. Sebagian besar peserta telah mengenal nama peralatan makan dasar, seperti sendok, garpu, piring, mangkok, dan gelas, yang terlihat dari perolehan skor 3-4 pada beberapa peserta untuk aktivitas menyebutkan sendok (WH 2, NB 4, SL 3, EZ 4, WP 4, SV 3, AD 4). Namun, masih ada peserta yang mendapatkan skor rendah, misalnya pada aktivitas menyebutkan piring (WH 1).
2. Penguasaan terhadap fungsi alat ("penggunaan") masih lebih rendah dibandingkan pengenalan nama alat. Terlihat dari skor yang bervariasi dan adanya sejumlah skor 1, terutama pada peserta SL dan EZ. Contoh: pada aktivitas menyebutkan penggunaan garpu, SL dan EZ hanya memperoleh skor 1.
3. Total skor per aktivitas menunjukkan bahwa aktivitas menyebutkan penggunaan piring, mangkok, gelas, dan serbet memiliki total skor yang lebih rendah dibandingkan aktivitas menyebutkan nama alat, menandakan bahwa pengetahuan fungsional masih perlu ditingkatkan.
4. Secara individual, peserta NB, WP, dan AD konsisten memperoleh skor tinggi di hampir semua aktivitas, sedangkan peserta WH, NV, dan AS memperoleh skor yang lebih fluktuatif.

Keseluruhan skor pra-tes ini menjadi gambaran bahwa sebelum intervensi, pengetahuan dasar tentang *table manner* sudah dimiliki namun belum mendalam, terutama pada aspek fungsi dan tata cara penggunaan peralatan makan.



Gambar 2. Keterampilan Table Manner- Ecoliteracy Peserta Didik Disabilitas Intelektual sebelum penerapan Intervensi

Gambar 2. memuat skor pre-tes keterampilan peserta didik yang mencakup aspek motorik dalam mempraktikkan *table manner*. Pra-tes yang sama dilaksanakan pada 23 September 2025, dan hasilnya menunjukkan:

1. Keterampilan awal peserta sangat bervariasi. Beberapa aktivitas seperti mencuci tangan sebelum makan, mengambil nasi menggunakan centong, dan berdo'a sebelum makan telah dikuasai oleh beberapa peserta dengan skor 4 (NB, NV, WP,

- SV, AD). Namun, peserta WH, SL, EZ, dan AS masih sering memperoleh skor rendah (1-2).
2. Aktivitas yang melibatkan koordinasi dua tangan, seperti memegang sendok di tangan kanan dan garpu di tangan kiri, memposisikan sendok dan garpu setelah makan, serta makan makanan pada garpu, memperlihatkan kesulitan yang lebih besar. Sebagian besar peserta hanya mencapai skor 1-2, kecuali WP yang konsisten mendapat skor 4. Bina diri menggunakan teknik forward Chaining pada PDDI dapat meningkatkan kemampuan menggunakan sendok dan garpu (Zelvi Maghriza Wirda et al., 2026)
 3. Aktivitas yang melibatkan kebiasaan, seperti mencuci perlengkapan makan dan meletakkan piring pada tempat semula, juga masih rendah di beberapa peserta (skor 1-2), menandakan bahwa aspek ecoliteracy belum terbentuk secara mandiri.
 4. Total skor per peserta berkisar antara 46 (SL) sampai 110 (WP dan AD), menunjukkan kesenjangan keterampilan yang cukup lebar.

Secara umum, data pra-tes keterampilan ini mengkonfirmasi bahwa sebelum intervensi, sebagian besar peserta masih memerlukan bimbingan intensif dalam praktik *table manner*, khususnya pada gerakan yang memerlukan koordinasi dan pemahaman prosedural. Hal tersebut sesuai dengan temuan bahwa *prompt scaffolding* meningkatkan kemandirian PDDI (Widajati & Mahmudah, 2022).

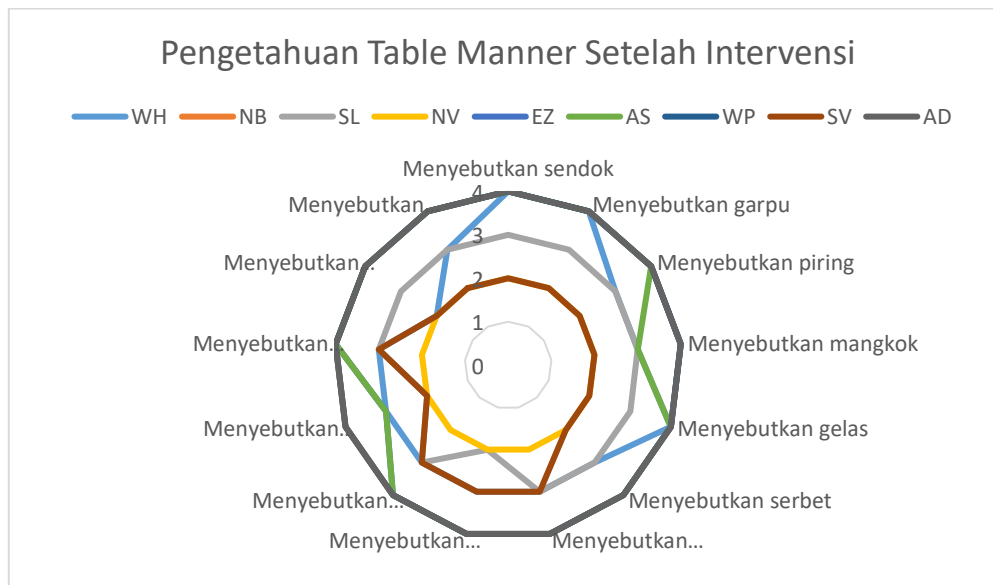
Setelah pra-tes dan pengenalan awal, pada hari Rabu, 1 Oktober 2025 tim PKM melaksanakan pendampingan secara tatap muka. Sesi ini diawali dengan penyampaian materi oleh narasumber Aurellia Agatha Sylvia, B. Bus., S.Pd. Materi disajikan dalam bentuk slide presentasi dan praktik yang mencakup: 1) Konsep “Isi Piringku” sebagai pedoman pengambilan porsi makanan seimbang; 2) Pengenalan peralatan makan (sendok, garpu, piring, mangkok, gelas, serbet); 3) Fungsi masing-masing alat dan cara penggunaannya yang benar; 4) Urutan dan etika makan yang santun; 5) Kebersihan diri sebelum dan sesudah makan; 6) Eco-literasi sederhana dalam pengelolaan peralatan makan setelah digunakan.

Pemaparan dilakukan dengan bahasa sederhana, disertai gambar dan contoh konkret agar mudah dipahami oleh peserta didik disabilitas intelektual. Narasumber secara interaktif meminta peserta menyebutkan nama alat dan menirukan gerakan yang diperagakan. Suasana belajar dibuat menyenangkan untuk membangun kesiapan sebelum praktik langsung. Model pembelajaran modeling terstruktur dan berulang dapat meningkatkan motorik PDDI (Satria et al., 2023).

Usai penyampaian teori, pendampingan dilanjutkan dengan sesi *modeling* dan praktik langsung. Tim PKM mendemonstrasikan tata cara makan yang baik, dimulai dari; 1) Cara memegang sendok di tangan kanan dan garpu di tangan kiri; 2) Praktik memegang sendok dan garpu oleh setiap peserta didik; 3) Teknik pengambilan porsi makanan sesuai “Isi Piringku” menggunakan centong dan sendok sayur.

Setiap peserta menirukan gerakan yang dicontohkan, dibimbing satu per satu oleh tim. Aktivitas dilaksanakan secara berulang hingga peserta menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dan ketepatan gerakan. Di akhir sesi, Tim PKM bersama seluruh peserta melakukan foto bersama sebagai simbol kebersamaan sebelum pelaksanaan post-test. Kegiatan modeling dan praktik ini menjadi inti

intervensi yang menghubungkan pemahaman kognitif dengan keterampilan motorik secara langsung. Model pembelajaran vokasional keterampilan hidup ramah lingkungan dapat meningkatkan kemandirian PDDI (Kasirah et al., 2025); Pembelajaran vokasional potensi lokal buah jengkol pada siswa SMA sebagai bekal keterampilan hidup (Lia et al., 2017). Program pendampingan bina diri dapat meningkatkan kemandirian melakukan aktivitas sehari-hari PDDI (Widya et al., 2024).



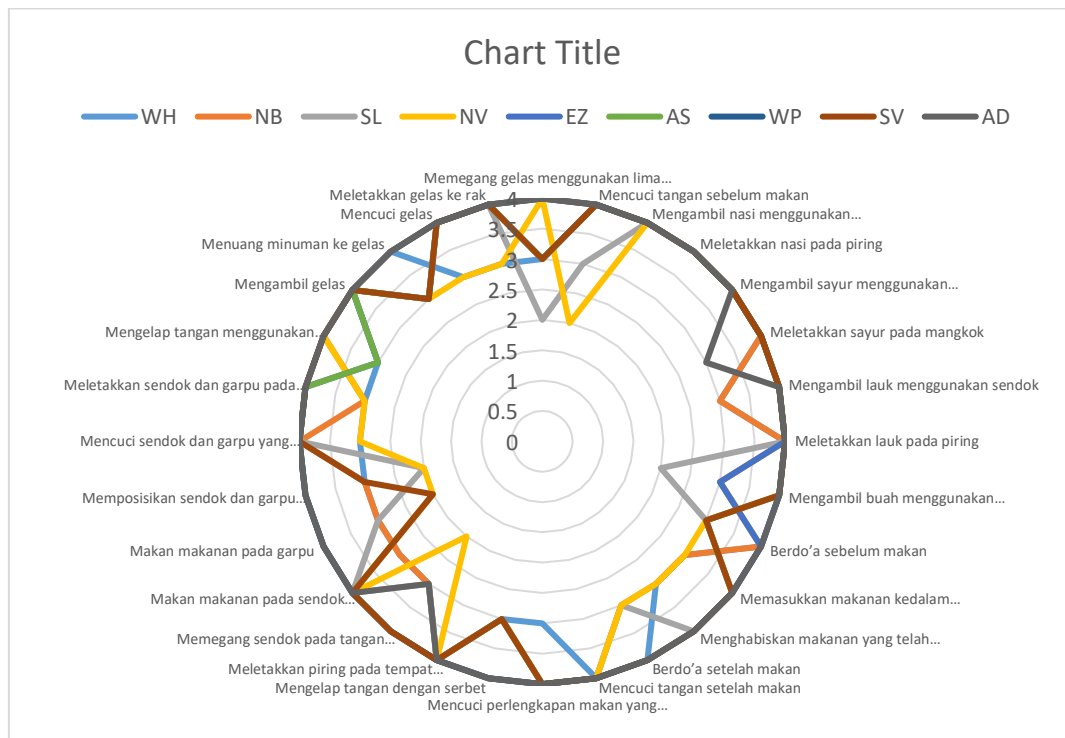
Gambar 3. Pengetahuan Table Manner- Ecoliteracy Peserta Didik Disabilitas Intelektual setelah penerapan Intervensi

Setelah intervensi selesai dilaksanakan, pos-tes pengetahuan diberikan untuk mengukur capaian akhir peserta. Gambar 3 menunjukkan hasil pos-tes yang dilaksanakan pada 1 Oktober 2025. Perbandingan dengan Gambar 1 mengindikasikan:

1. Terjadi peningkatan skor pada hampir semua aktivitas. Misalnya, pada aktivitas menyebutkan sendok, skor WH naik dari 2 menjadi 4, AS dari 3 menjadi 4, SV dari 3 menjadi 2. Secara umum total skor per aktivitas meningkat.
2. Aktivitas yang semula banyak memiliki skor rendah, seperti menyebutkan penggunaan garpu, penggunaan piring, dan penggunaan mangkok, menunjukkan peningkatan yang cukup berarti. Banyak peserta yang semula mendapat skor 1-2 naik menjadi 3-4.
3. Peserta WH, yang semula memiliki skor rendah di beberapa aktivitas, berhasil memperbaiki skornya di sebagian besar aktivitas. Peserta SV dan AD tetap mempertahankan skor tinggi.
4. Total skor per peserta meningkat: dari rentang 25-52 pada pre-tes (Gambar 1) menjadi 26-52 pada pos-tes (Gambar 3), namun dengan distribusi yang lebih tinggi di banyak aktivitas. Peningkatan paling nyata terlihat pada aktivitas penggunaan alat yang semula sangat rendah.

Kesimpulannya, pos-tes pengetahuan menunjukkan bahwa intervensi berhasil meningkatkan pemahaman peserta didik, khususnya pada aspek fungsi dan

penggunaan peralatan makan yang sebelumnya menjadi titik lemah. (Herlianty et al., 2024)



Gambar 4. Keterampilan Table Manner- Ecoliteracy Peserta Didik Disabilitas Intelektual setelah penerapan Intervensi

Gambar 4. menyajikan hasil paska-tes keterampilan yang diukur setelah intervensi. Perbandingan dengan Gambar 2. menunjukkan: a) Peningkatan sangat signifikan terjadi pada banyak aktivitas yang sebelumnya sulit. Misalnya, aktivitas mengambil nasi menggunakan centong, meletakkan nasi pada piring, mengambil sayur menggunakan sendok sayur, meletakkan lauk pada piring, dan meletakkan piring pada tempat semula, semula banyak peserta mendapat skor 2-3, setelah intervensi hampir seluruhnya mencapai skor sempurna 4; b) Aktivitas mencuci tangan setelah makan dan mencuci sendok dan garpu yang digunakan, yang semula masih rendah, meningkat drastis menjadi mayoritas skor 4; c) Meskipun masih ada beberapa aktivitas yang belum mencapai skor sempurna untuk semua peserta, seperti memegang sendok dan garpu (WH mendapat 3, NB 3, SL 3, AD 3) dan memposisikan sendok garpu setelah makan (WH 3, SL 2), hampir semua individu menunjukkan peningkatan dari kondisi awal; d) Total skor per peserta meningkat tajam, dengan selisih yang menyempit. Peningkatan tertinggi terjadi pada peserta SL dari total pre-tes 46 menjadi 100, NV dari 61 menjadi 98, EZ dari 51 menjadi 108, AS dari 47 menjadi 107, dan WH dari 51 menjadi 97. e) Peserta WP dan AD yang semula sudah tinggi tetap stabil dan mencapai skor total maksimal (112 dan 110).

Secara keseluruhan, pos-tes keterampilan ini membuktikan bahwa intervensi melalui modeling dan praktik langsung sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan *table manner* peserta didik disabilitas intelektual, terutama pada

aktivitas yang memerlukan urutan prosedural dan koordinasi motorik. Kesenjangan antar peserta juga tereduksi secara berarti. Sebagai justifikasi dampak intervensi pada peserta uji, maka dilakukan uji Wilcoxon Signed Rank Test (Z Pre-Post):

Analisis Wilcoxon Signed Rank Test Pre-Test dan Post-Test (Z Pre-Post)

Uji beda rata-rata data berpasangan dilakukan menggunakan uji nonparametrik, yaitu *Wilcoxon Signed Rank Test*. Pemilihan uji ini didasarkan pada jumlah subjek penelitian yang relatif kecil sejumlah 9 dan data yang dianalisis berupa data berpasangan antara hasil *pre-test* dan *post-test* keterampilan.

Secara umum, analisis uji beda yang digunakan adalah Wilcoxon Signed Rank Test untuk mengevaluasi dampak intervensi pada sampel berpasangan. Guna memahami bagaimana data peringkat dan arah selisih skor dikonversi menjadi nilai statistik Z *Pre-Post*, perhitungan dalam uji ini bersandar pada struktur rumus sebagai berikut:

$$Z = \frac{T - \mu T}{\sigma T},$$

dimana :

- T = jumlah rank terkecil dari selisih positif atau negatif
- n = jumlah pasangan data
- $\mu T = \frac{n(n+1)}{4}$

Pola ini membantu mengidentifikasi tes-tes mana yang mengalami peningkatan paling merata dan tes mana yang perbaikannya sangat bergantung pada karakteristik individu.

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Pre-Test dan Post-Test Berdasarkan Persentase

Variabel	Rata-rata Pre-Test	Persentase Pre-Test	Rata-rata Post-Test	Persentase Post-Test	Peningkatan
Pengetahuan <i>Table Manner- Ecoliteracy</i>	35,67	68,59%	43,22	83,12%	14,53%
Keterampilan <i>Table Manner</i>	74,44	66,46%	104,89	93,65%	27,19%

Berdasarkan hasil rekapitulasi, rata-rata persentase capaian pengetahuan *table manner* eco-literasi meningkat dari 68,59% pada saat pra-tes menjadi 83,12% pada saat paska-tes, sehingga mengalami peningkatan sebesar 14,53%. Sementara itu, pada variabel keterampilan *table manner*, rata-rata persentase capaian meningkat dari 66,46% menjadi 93,65%, atau mengalami peningkatan sebesar 27,19%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendampingan sinergis melalui modeling dan praktik langsung mampu meningkatkan pengetahuan maupun keterampilan murid disabilitas intelektual, dengan peningkatan pada aspek keterampilan lebih besar. Implementasi modeling pada kasus PDDI non verbal (Fadhiila Raistyanto et al., 2020). Uji hipotesis

menggunakan analisis SPSS terkait dengan pengetahuan dan keterampilan dipaparkan sebagai berikut.

Hasil uji pengetahuan menggunakan Wilcoxon signed rank test dengan bantuan SPSS menghasilkan data pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil uji pengetahuan menggunakan Wilcoxon signed rank test

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post test - Pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	7 ^b	4.00	28.00
	Ties	2 ^c		
	Total	9		

a. Post test < Pre test

b. Post test > Pre test

c. Post test = Pre test

Test Statistics^a

		Post test - Pre test
Z		-2.371 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)		.018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh nilai $Z = -2,371$ dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,018. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dibandingkan taraf signifikansi yang telah ditetapkan, yaitu 0,05 ($0,018 < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pra-tes dan paska-tes pada tingkat kepercayaan 95%.

Hasil uji keterampilan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test berbantuan SPSS sebagai berikut.

Tabel 4. uji keterampilan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post test - Pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00
	Ties	1 ^c		
	Total	9		

a. Post test < Pre test

b. Post test > Pre test

c. Post test = Pre test

Test Statistics^a

		Post test - Pre test
Z		-2.521 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)		.012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh nilai $Z = -2,521$ dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,012. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dibandingkan taraf signifikansi yang telah ditetapkan, yaitu 0,05 ($0,012 < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pra-tes dan paska-tes keterampilan pada tingkat kepercayaan sebesar 95%.

KESIMPULAN

Hasil yang dicapai PKM melalui modelling dan praktik *table manner* menegaskan bahwa dampak intervensi lebih nyata dan terukur pada aspek keterampilan dibandingkan pengetahuan. Kondisi ini dapat dijabarkan sesuai dengan hasil uji Wilcoxon signed rank test melalui keberhasilan berikut: (1) pendampingan *table manner-ecoliteracy* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan murid disabilitas intelektual. Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa pendampingan yang diberikan mampu membantu murid mengenali nama peralatan makan, memahami fungsi setiap peralatan makan, serta menerapkan pengetahuan mengenai etika makan (*table manner*) yang dikaitkan dengan prinsip ecoliteracy. Penyampaian materi melalui demonstrasi, praktik langsung, pengulangan, dan pendampingan yang disesuaikan dengan karakteristik PDDI memudahkan dalam memahami materi yang diberikan. Oleh karena itu, pendampingan *table manner-ecoliteracy* dinyatakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan PDDI; (2) pendampingan *table manner* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan murid disabilitas intelektual. Peningkatan keterampilan tersebut menunjukkan bahwa PDDI menjadi lebih mampu menerapkan langkah-langkah *table manner* secara mandiri, mulai dari mencuci tangan sebelum makan, menggunakan peralatan makan sesuai fungsinya, mengambil dan menyajikan makanan dengan benar, mengonsumsi makanan sesuai etika makan, hingga membersihkan serta mengembalikan peralatan makan ke tempat semula setelah selesai digunakan. Temuan ini menunjukkan bahwa pendampingan berbasis praktik langsung dan pembiasaan yang dilakukan secara berulang efektif dalam meningkatkan keterampilan *table manner* PDDI. Oleh karena itu, pendampingan *table manner* dinyatakan efektif sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan keterampilan hidup PDDI.

REKOMENDASI

Hasil PKM yang telah dihasilkan merekomendasikan kegiatan selanjutnya pendampingan berbasis tutor sebaya untuk pembiasaan makan sehat sesuai isi piringku mendukung program MBG dan mencapai generasi unggul dan sehat. PKM selanjutnya diawali dengan memetakan kemampuan kognitif dan motorik PDDI yang setara untuk mencegah resiko bias pada hasil perhitungan statistik.

ACKNOWLEDGMENT

Tim PKM menyampaikan rasa terimakasih yang tulus kepada Kepala Sekolah dan jajarannya SLB Putra Mandiri Surabaya atas pemberian akses ke sekolah dan bantuan selama periode pelaksanaan PKM. Apresiasi juga kami sampaikan kepada

staf kantin yang mendukung menyiapkan masakan sesuai standar makanan sehat selama kegiatan praktik dilaksanakan. Kami juga mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada Pimpinan dan Jajarannya Universitas Negeri Surabaya, khususnya Tim di Fakultas Ilmu Pendidikab, atas bimbingan akademik dan dukungan administratif yang sangat penting bagi penyelesaian PKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng, Merlinda dan Yusmar, Y. (2025). Analisis Program Makan Gratis Prabowo Subianto Terhadap Strategi Peningkatan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah Tinjauan dari Perspektif Sosiologi Pendidikan. *Ranah Research*, 7. <https://doi.org/10.38035/rj.v7i2>
- Azizah, R., Nurfadillah, N., Selvy, S., Nurfadillah, N., & Amelia, A. R. (2022). PERAN GURU DALAM MENINGKATKAN KEMANDIRIAN ADL ANAK TUNAGRAHITA TINGKAT SMP KELAS VII DI SLB JENETALLASA. *Jurnal PENA : Penelitian Dan Penalaran*, 9(1), 46–55. <https://doi.org/10.26618/jp.v9i1.8008>
- Chang, C., Hwang, G., & Ou, L. (2025). Fostering the Life Skills of Learners With Intellectual Disabilities Using Interactive Technologies: A Motivational Model-Based Digital Game-Based Training Approach. *Journal of Computer Assisted Learning*, 41(2). <https://doi.org/10.1111/jcal.70026>
- Fadhiila Raistyanto, M. P. F. R., Prihatin, Y., & Nugroho, R. A. (2020). Penerapan Motode Modelling Pada Kasus Intellectual Disability. *Cakrawala: Jurnal Pendidikan*, 14(2), 38–54. <https://doi.org/10.24905/cakrawala.v14i2.261>
- Fadillah, A., Widajanti, L., & Nugraheni, S. A. (2020). Hubungan Asupan Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi (Skor z IMT/U) Anak Usia 7-12 Tahun Penyandang Disabilitas Intelektual di Kota Semarang. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 19(2), 108–115. <https://doi.org/10.14710/mkmi.19.2.108-115>
- Herlianty, H., Ketut Sumidawati, N., & Bakue, T. (2024). The Importance of Eating Healthy and Nutritionally Balanced Food for Elementary School Children. *Abdimas Polsaka*, 3(1), 40–46. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i1.66>
- Kasirah, I., Trisna Mulyeni, Ningsih, K. N., & Manar, M. (2025). Environmentally Friendly Vocational Skills Learning Model Innovation for Self-Development of Students with Intellectual Disabilities. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 9(1), 25–33. <https://doi.org/10.23887/jppp.v9i1.91265>
- Lia, N., Syamwil, R., & Widayani, S. (2017). Model Pembelajaran Keterampilan Vokasional Berbasis Potensi Lokal di SMA Wilayah Kalimantan. *Journal of Vocational and Career Education*, 2(2). <https://doi.org/10.15294/jvce.v2i2.13836>
- Muria Putriana, Wina Puspita Sari, Adi Budi Satrio, & Qoryna Noer Seyma El Farabi. (2024). Penerapan Etika Komunikasi dalam Kegiatan Table manner sebagai Upaya Meningkatkan Keterampilan Mahasiswa. *PaKMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 523–530. <https://doi.org/10.54259/pakmas.v4i2.3269>
- Özdemir, A., Chapman, H., Hall, R., & Ellahi, B. (2025). Eating Well When Living With an Intellectual Disability—Exploring the Carer: Client Relationship in Residential Settings. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 38(6). <https://doi.org/10.1111/jar.70157>
- Permanisuci, P. I., & Soeyono, R. D. (2021). Asupan Makanan, Pengetahuan Gizi Ibu,

- Dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Inklusi Galuh Handayani. *Jurnal Gizi Unesa*, 01(02), 72–81.
- Prawitasari, N. R. N., Wijastuti, A., & Budiyo, B. (2023). *Assistive Technology in Improving Daily Living Activities of Children with Intellectual Disabilities* (pp. 466–474). https://doi.org/10.2991/978-2-38476-008-4_52
- Rahmalia, A., & Saprudin, S. (2023). Table Manner Masyarakat Jepang sebagai Bentuk Penerapan Ajaran Konfusianisme di Asia Timur. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 7(2), 308–319. <https://doi.org/10.22219/satwika.v7i2.26404>
- Satria, M. H., Aliriyad, H., Kesumawati, S. A., Fahritsani, H., Endrawan, I. B., & S, A. (2023). Model Pengembangan Keterampilan Motorik My Home Environment terhadap Anak Disabilitas Intelektual. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2336–2347. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4415>
- Suryanti, Gunansyah, G., & ; Jannah, F. (2025). Implementasi MBG (Makan Bergizi Gratis) dalam Kebijakan Asta Cita untuk Pendidikan Berkelanjutan No Title. In Salsa (Ed.), *FIP UNESA, Garda Depan Asta Cita dalam Dunia Pendidikan* (pp. 21–31). CV. Haura Utam.
- van Geel, M., Keuning, T., Frèrejean, J., Dolmans, D., van Merriënboer, J., & Visscher, A. J. (2019). Capturing the complexity of differentiated instruction. *School Effectiveness and School Improvement*, 30(1), 51–67. <https://doi.org/10.1080/09243453.2018.1539013>
- Widajati, W., & Mahmudah, S. (2022). Prompt Scaffolding in Learning Life Skills for Self-Development of Intellectual Disabilities Students in Inclusive Primary School. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 11(1), 71–77. <https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v11i1.33962>
- Widya, R., Rozana, S., Harahap, M. Y., & Panggabean, N. (2024). Pelaksanaan Program Bina Diri Dalam Meningkatkan Kemandirian Pada Anak Tuna Grahita Di SLB C Muzdalifah. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(6), 317–322. <https://doi.org/10.31004/jh.v4i6.1822>
- Zelvi Maghriza Wirda, Mega Iswari, Damri, D., Zulmiyetri, Z., & Syari Yuliana. (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*, 16(1), 1–6. <https://doi.org/10.37630/jpi.v16i1.3985>