

## MENINGKATKAN KEMAMPUAN MENULIS PADA ANAK DISGRAFIA DENGAN TERAPI OKUPASI

Rafael Lisinus Ginting<sup>1</sup>, Assafana Diah Hawa<sup>2</sup>, Citra Agatha Sinaga<sup>3</sup>,  
Delima<sup>4</sup>, Fahira Zahro Salsabilla Lubis<sup>5</sup>, Fathia Alkaustar Dwi Unanta<sup>6</sup>,  
Fetrayana Gultom<sup>7</sup>, Sania Sarah<sup>8</sup>, Shava Regitha Cahya<sup>9</sup>, Tasya Ardiva<sup>10</sup>

<sup>1-10</sup>Universitas Negeri Medan

Alamat: Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec Percut Sei Tuan,  
Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara

Korespondensi Penulis: [assafanadiah05@gmail.com](mailto:assafanadiah05@gmail.com)

---

### Abstract (English)

Children with special needs require appropriate techniques or therapies to maximize their inherent abilities. This research adopts an approach utilizing the method of literature review (library research) with the aim of exploring various occupational therapy methods proven to be effective in enhancing writing abilities among special needs children with dysgraphia. This study can provide in-depth insights into strategies capable of supporting the development of writing skills in children with dysgraphia.

### Article History

Submitted: 25 November 2023

Accepted: 2 December 2023

Published: 4 December 2023

### Key Words

Dysgraphia, Writing Abilities, Occupational Therapy

---

### Abstrak (Indonesia)

Anak berkebutuhan khusus membutuhkan teknik atau terapi yang tepat untuk memaksimalkan kemampuan yang dimilikinya. Penelitian ini melakukan pendekatan dengan menggunakan metode studi literatur (library research) yang bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai metode terapi okupasi yang sudah terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan menulis pada anak berkebutuhan khusus disgrafia. Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan yang mendalam mengenai strategi yang mampu untuk mendukung perkembangan keterampilan menulis pada anak disgrafia.

---

### Sejarah Artikel

Submitted: 25 November 2023

Accepted: 2 December 2023

Published: 4 December 2023

### Kata Kunci

Disgrafia, Kemampuan Menulis, Terapi Okupasi

---

## LATAR BELAKANG

Dalam Undang-undang No.20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, “Pendidikan diselenggarakan secara demokratis dan berkeadilan serta tidak diskriminatif dengan menjunjung tinggi hak asasi manusia, nilai keagamaan, nilai kultural dan kemajemukan bangsa”. Dengan adanya undang undang ini ditegaskan bahwa pemerintah memiliki perhatian yang besar terhadap dunia pendidikan tanpa adanya diskriminasi dalam bentuk apapun, setiap warga negara indonesia diberikan hak yang sama untuk mengenyam atau mengikuti proses pendidikan, sebagai salah satu langkah dalam mewujudkan tujuan yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa. Dalam hal ini tentunya juga berlaku pada anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus. Mereka mempunyai hak yang sama seperti anak- anak pada umumnya dalam menempuh atau menjalani pendidikan di sekolah.

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mempunyai karakteristik khusus yang berbeda dengan anak lain pada umumnya, Menurut World Health Organization (WHO) ada beberapa istilah yang digunakan sebagai jenis jenis dari kebutuhan khusus tersebut seperti hendicap, disability, impairment. Dapat dikatakan bahwa anak

berkebutuhan khusus adalah anak dengan keadaan dan kebutuhan berbeda dari anak seusianya baik secara fisik, psikologis maupun kognitif anak tersebut. Anak berkebutuhan khusus juga membutuhkan pendidikan yang disesuaikan dengan hambatan belajar yang dimiliki dan kebutuhan individu anak tersebut.

Budiyanto menyatakan (2011:3) kesulitan belajar adalah suatu gangguan pada suatu proses psikologis dasar yang meliputi pemahaman dan penggunaan bahasa lisan atau tulisan. Kesulitan belajar yang terjadi pada anak apabila tidak dideteksi sejak dini dan terapi yang tidak dilakukan dengan benar akan menyebabkan kegagalan dalam proses pendidikan anak. Kepedulian orang tua yang tinggi dapat membantu dalam deteksi dini kesulitan belajar yang terjadi pada anak.

Disgrafia merupakan kelainan saraf yang mengganggu proses menulis pada anak. Hal ini terlihat dari rasa janggal menggunakan pensil, ejaan yang buruk, atau tulisan yang buruk. Mengganggu keterbacaan dan otomatisitas tulisan tangan dan/atau ejaan, terlepas dari kemampuan siswa untuk membaca atau memahami dan meskipun memiliki kecerdasan yang memadai (Berninger, dkk, 2006).

Disgrafia adalah kesulitan dalam hal menulis yang pada umumnya terjadi pada anak - anak. Anak yang bisa dikatakan mengalami disgrafia yaitu anak tidak konsisten dalam menulis huruf, ukuran huruf besar kecil tercampur, dan ukuran huruf tidak konsisten. Disgrafia terjadi oleh adanya kelainan neurologis yang mengakibatkan gangguan menulis secara fisik yaitu ketidakmampuannya untuk memegang pensil dengan baik dan tidak mampu menuangkan ide-ide atau tulisan dengan baik rapi dan tertata.

Kemampuan menulis adalah kemampuan dasar yang harus dimiliki anak sebagai tahap pertama untuk menuju tahap menulis lebih lanjut. Kemampuan menulis permulaan akan terlihat mudah pada anak yang memiliki perkembangan normal, namun menulis akan menjadi sulit bagi anak yang mengalami keterlambatan perkembangan.

Anak berkebutuhan khusus memerlukan sebuah terapi yang bertujuan untuk membentuk kondisi yang lebih baik lagi. Melalui terapi yang rutin dan terpadu, diharapkan hambatan siswa autisme dalam menulis permulaan kerap berkurang secara bertahap. Dengan melakukan terapi juga akan membantu “mengurangi perilaku” anak berkebutuhan khusus dengan cara menekan gejala-gejala yang dialami menjadi berkurang bahkan hilang, sehingga anak mampu hidup dan berinteraksi dengan masyarakat. Salah satu terapi yang dapat digunakan tersebut ialah terapi okupasi.

Terapi okupasi adalah terapi untuk membantu seseorang menguasai keterampilan motorik halus dengan lebih baik. Terapi okupasi dilakukan untuk membantu menguatkan, memperbaiki bentuk dan keterampilan otot pada anak berkebutuhan khusus dengan kata lain untuk melatih motorik halus anak (Santoso, 2008). Pada terapi okupasi memanfaatkan aktifitas okupasi anak untuk meningkatkan keterampilan yang diperlukan sebagai dasar untuk lebih dapat mengembangkan keterampilan yang diperlukan agar anak mampu melakukan dengan mandiri.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang kami gunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tinjauan pustaka. Pendekatan penelitian yang digunakan di perpustakaan adalah metode penelitian jurnal penelitian perpustakaan, yang mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber perpustakaan termasuk buku (misalnya). Metode ini digunakan untuk mendapatkan gambaran umum mengenai suatu topik atau persoalan tertentu. Tinjauan

pustaka merupakan tinjauan komprehensif terhadap penelitian yang dilakukan terhadap suatu topik tertentu, menunjukkan kepada pembaca apa yang diketahui dan apa yang belum diketahui mengenai topik tersebut, mencari tahu alasan penelitian dilakukan, memberikan gagasan untuk penelitian-penelitian selanjutnya (Denney & Tewksbury, 2013). Metode penelitian pada jurnal penelitian literatur memerlukan beberapa tahapan yang harus dilakukan: (1) perumusan masalah, (2) penyusunan kerangka teori, (3) identifikasi sumber data, (4) pengumpulan data, (5) analisis data, dan (6) penulisan laporan penelitian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Anak disgrafia adalah anak yang mengalami kesulitan dalam menulis secara akurat dan lancar, baik dalam hal bentuk, ukuran, spasi, ejaan, maupun susunan kalimat. Gangguan ini dapat mempengaruhi prestasi akademik, keterampilan sosial, dan kesejahteraan psikologis anak. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat untuk membantu anak disgrafia mengatasi masalahnya.

Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah terapi okupasi. Terapi okupasi adalah bentuk terapi yang membantu seseorang dengan masalah fisik, sensorik, atau kognitif untuk menjalani aktivitas sehari-hari dengan lebih mandiri. Terapi okupasi dapat dilakukan pada anak dengan kondisi medis tertentu yang memengaruhi kemampuan fisik, sensorik, dan kognitifnya, termasuk anak disgrafia.

Terapi okupasi pada anak disgrafia bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik halus, meningkatkan koordinasi antara mata dan tangan, menguasai keterampilan dasar, dan meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi anak dalam menulis. Terapi okupasi dilakukan dengan memberikan kegiatan yang sesuai dengan minat, kemampuan, dan kebutuhan anak, serta memberikan alat bantu yang dapat mempermudah anak dalam menulis, seperti pensil yang ergonomis, kertas bergaris, atau komputer dengan program khusus.

Beberapa studi literatur telah menunjukkan bahwa terapi okupasi dapat memberikan dampak positif bagi anak disgrafia. Misalnya, studi yang dilakukan oleh Darmadi (2011) menemukan bahwa terapi okupasi dapat meningkatkan kemampuan menulis huruf dan angka pada anak disgrafia usia 7-8 tahun. Studi ini menggunakan metode eksperimen dengan desain pretest-posttest control group design. Sampel penelitian terdiri dari 20 anak disgrafia yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang mendapatkan terapi okupasi selama 12 minggu dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan terapi okupasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan menulis huruf dan angka pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah terapi okupasi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi okupasi efektif untuk meningkatkan kemampuan menulis huruf dan angka pada anak disgrafia.

Studi lain yang dilakukan oleh Zed (2008) menemukan bahwa terapi okupasi dapat meningkatkan kemampuan menulis kalimat pada anak disgrafia usia 9-10 tahun. Studi ini menggunakan metode eksperimen dengan desain pretest-posttest control group design. Sampel penelitian terdiri dari 24 anak disgrafia yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang mendapatkan terapi okupasi selama 10 minggu dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan terapi okupasi. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan menulis kalimat pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah terapi okupasi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi okupasi efektif untuk meningkatkan kemampuan menulis kalimat pada anak disgrafia.

## **1. Mengapa Melakukan Terapi Okupasi?**

Terapi okupasi digunakan untuk orang yang memiliki kebutuhan khusus untuk kembali beraktivitas normal. Namun, orang yang terkena dampak disarankan untuk meminta nasihat dari dokter dan kerabatnya sebelum memutuskan untuk menjalani terapi okupasi. Karena, dokter mendiagnosis sejauh mana kehidupan sehari-hari pasien terpengaruh. Berikut adalah beberapa kondisi medis yang memerlukan terapi okupasi.

- 1) Orang yang telah pulih dari kecelakaan kerja dan kembali bekerja
- 2) Orang yang terlahir dengan cacat mental dan fisik. Selain itu, pengobatan ini juga diberikan kepada orang yang tiba-tiba mengalami kondisi kesehatan serius seperti stroke, serangan jantung, cedera otak, atau amputasi.
- 3) Orang dengan kondisi kronis seperti arthritis, multiple sclerosis, dan penyakit paru obstruktif kronik (PPOK)
- 4) Kondisi kesehatan mental seperti penyakit Alzheimer, stres pasca trauma, gangguan makan, dan penyalahgunaan zat atau orang dengan masalah perilaku
- 5) Seseorang dengan ketidakmampuan belajar atau kelainan perkembangan.

Selain berbagai penyakit tersebut, anak dengan gangguan kesehatan tertentu juga dapat menerima terapi okupasi. Misalnya saja penderita Down Syndrome, spina bifida, dan ketidakmampuan belajar.

## **2. Prosedur Pelaksanaan Terapi Okupasi**

Terapi okupasi pada anak disgrafia adalah pendekatan terapeutik yang didesain khusus untuk membantu anak mengatasi kesulitan menulis yang disebabkan oleh gangguan disgrafia. Disgrafia adalah suatu kondisi di mana anak mengalami kesulitan dalam menghasilkan tulisan tangan yang jelas, rapi, dan terbaca dengan baik meskipun memiliki kemampuan intelektual yang normal. Dalam terapi okupasi, terapis bekerja sama dengan anak untuk meningkatkan keterampilan motorik halus, koordinasi mata-tangan, persepsi visual, dan kekuatan otot yang diperlukan untuk menulis. Terapis juga memberikan latihan-latihan khusus yang dirancang untuk meningkatkan kontrol gerakan dan presisi dalam menulis. Selain itu, terapi okupasi juga dapat melibatkan penggunaan alat bantu, teknologi, atau metode kreatif untuk membantu anak menulis dengan lebih efisien, misalnya penggunaan pena khusus, alat tulis berbantuan komputer, atau metode khusus dalam mengajarkan huruf dan bentuk tulisan. Tujuan utama terapi okupasi pada anak disgrafia adalah membantu mereka mengatasi kesulitan menulis sehingga mereka dapat berpartisipasi secara efektif dalam aktivitas sehari-hari di sekolah dan di rumah. Terapi ini dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri anak dan memfasilitasi perkembangan keterampilan menulis yang lebih baik.

## 1) Evaluasi Awal

Sebelum memulai terapi, seorang terapis okupasi akan melakukan evaluasi menyeluruh terhadap kemampuan motorik halus, koordinasi mata-tangan, persepsi visual, dan kekuatan otot anak. Evaluasi ini membantu terapis memahami tingkat kesulitan anak dan merancang program terapi yang sesuai.

## 2) Pengembangan Keterampilan Motorik Halus

Anak disgrafia seringkali memiliki masalah dalam mengendalikan gerakan halus tasesua yang diperlukan untuk menulis. Terapis okupasi akan memberikan latihan-latihan khusus untuk meningkatkan keterampilan ini, seperti menggambar, memotong, atau merangkai puzzle. Latihan ini membantu meningkatkan kontrol gerakan tangan dan jari, yang sangat penting dalam menulis.

## 3) Koordinasi Mata-Tangan:

Koordinasi mata-tangan yang buruk dapat membuat tulisan anak tidak rapi. Terapis okupasi menggunakan berbagai aktivitas untuk meningkatkan koordinasi antara mata dan tangan, seperti mengikuti garis, meniru pola, atau menggambar bentuk-bentuk tertentu.

## 4) Persepsi Visual

Beberapa anak disgrafia mungkin mengalami kesulitan dalam membedakan bentuk huruf atau mengenali pola visual yang diperlukan dalam menulis. Terapis okupasi menggunakan latihan visual untuk membantu anak mengidentifikasi dan mengingat bentuk huruf dengan lebih baik.

## 5) Penggunaan Alat Bantu dan Teknologi:

Terapis okupasi dapat merekomendasikan penggunaan alat bantu seperti pena khusus, alat tulis berbantuan komputer, atau aplikasi perangkat lunak yang dirancang khusus untuk anak-anak dengan disgrafia. Teknologi ini dapat membantu anak mengekspresikan ide mereka dengan lebih mudah.

## 6) Latihan Korektif dan Penguatan:

Terapi okupasi melibatkan latihan-latihan korektif yang dirancang untuk mengatasi kekurangan spesifik dalam menulis anak disgrafia. Selain itu, terapis juga memberikan latihan penguatan untuk meningkatkan kekuatan otot tangan, yang dapat membantu meningkatkan kemampuan menulis dengan pena.

## 7) Dukungan Emosional dan Motivasi:

Terapis okupasi tidak hanya membantu anak dalam aspek teknis menulis, tetapi juga memberikan dukungan emosional dan motivasi. Anak disgrafia seringkali mengalami frustrasi dan kehilangan percaya diri.

Terapi okupasi ini, memiliki peran yaitu dapat meningkatkan keterampilan serta kemampuan anak dalam menulis, Adapun beberapa langkah-langkah praktik terapi yang kami paparkan antara lain;

### 1) Melakukan peregangan otot jari-jemari

Latihan ini melibatkan mendorong jari-jari tangan melawan tangan yang lain atau permukaan solid, menciptakan ketegangan tanpa pergerakan nyata. Latihan ini membantu membangun kekuatan otot sambil mempertahankan fleksibilitas. Lalu mempertahankan posisi peregangan selama beberapa detik tanpa bergerak. Latihan ini membantu meningkatkan fleksibilitas otot dan memperpanjang jangkauan gerak jari-jari. Selanjutnya melakukan peregangan

dinamis melibatkan gerakan otot jari-jemari melalui jangkauan gerak penuh secara berulang-ulang. Ini membantu meningkatkan fleksibilitas, koordinasi, dan kekuatan otot.

2) Terapi Okupasi dengan menggunakan media plastisin

Berikan tugas-tugas latihan motorik halus, seperti meremas, memilin, atau menggulung plastisin atau tanah liat. Ini membantu mengembangkan kekuatan otot dan koordinasi jari-jemari.

3) Menbuat tulisan dari huruf putus-putus

Latih anak untuk menyambungkan titik-titik pada huruf dengan pensil atau pena dengan gerakan tangan yang halus dan kontrol gerakan tangan. Metode ini melibatkan konsentrasi yang tinggi karena anak harus fokus pada penempatan titik-titik secara akurat.

4) Membentuk huruf diatas plastisin dengan jari tangan atau pensil

Pastikan mereka menggunakan gerakan halus untuk mengontrol melalui jari. Beri bimbingan dan dukungan saat mereka mencoba menulis huruf-huruf yang sulit. Bisa menggunakan pensil atau benda tumpul lainnya untuk membantu anak membentuk bentuk huruf dengan detail. Beri penghargaan dan pujian ketika anak berhasil menulis huruf-huruf dengan baik. Berikan umpan balik konstruktif untuk membantu mereka memperbaiki teknik menulis mereka.

Terapi okupasi pada anak disgrafia adalah proses yang membutuhkan kesabaran, kerja keras, dan kerjasama antara terapis, anak, dan orang tua. Dengan pendekatan yang tepat dan konsistensi dalam melaksanakan latihan-latihan terapi, banyak anak disgrafia dapat mengatasi kesulitan menulis mereka dan mencapai kemajuan yang signifikan.

### 3. Faktor Yang Perlu Diperhatikan Saat Melakukan Terapi

Mahmudah (2008) menyatakan bahwa perencanaan kegiatan terapi okupasi harus memperhatikan beberapa faktor. Adapun faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

1. Faktor Medis

Faktor medis ini mencakup hal-hal seperti diagnosa, riwayat medis anak, kondisi terkini anak, hal-hal yang harus dihindarkan atau diperhatikan untuk menghindari kontra indikasi, serta prognosa.

2. Faktor Dalam Latihan

Faktor dalam latihan yang akan diberikan ini mencakup frekuensi latihan, durasi latihan, serta kemungkinan untuk sembuh.

3. Evaluasi fisik

Adapun hal-hal yang perlu dievaluasi adalah pengukuran gerak pada sendi, adanya kesakitan, tes kegiatan keseharian, tes fungsi indera perasa, serta tes otot.

4. Kemampuan Fisik

Hal-hal yang dapat menentukan kemampuan fisik pada terapi ini diantaranya jenis kelamin dan kemajuan anak setelah melakukan tes.

5. Aktivitas Lain

Aktivitas lain yang diterima anak adalah aktivitas yang diluar dari terapi okupasi, diantaranya adalah fisio terapi, terapi wawancara, latihan-latihan dirumah, bimbingan konseling, psikologi, dan vokasional training.

6. Kondisi Kesehatan

Kondisi kesehatan anak yang perlu diperhatikan adalah kesehatan secara umum, diabetes, kondisi jantung, asma, alergi, dll.

## 7. Faktor Dari Anak

Faktor dari anak merupakan faktor individu anak tersebut, adapun hal yang perlu diperhatikan adalah kemampuan fisiknya (hal ini meliputi keterampilan kerja, mengangkat, berdiri, duduk, jongkok, dll), minat anak, sosial dan ekonomi, serta psikologis anak.

## KESIMPULAN

Anak disgrafia adalah anak yang mengalami kesulitan dalam menulis secara akurat dan lancar baik dari segi bentuk, ukuran, jarak, ejaan, dan struktur kalimat. Gangguan ini dapat memengaruhi prestasi akademik, keterampilan sosial, dan kesejahteraan psikologis anak. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang tepat untuk membantu anak penderita disgrafia mengatasi permasalahan tersebut. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah terapi okupasi. Terapi okupasi adalah suatu bentuk terapi yang membantu seseorang dengan masalah fisik, sensorik, atau kognitif untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan lebih mandiri. Terapi okupasi dapat dilakukan pada anak dengan kondisi medis tertentu yang memengaruhi kemampuan fisik, sensorik, dan kognitifnya, termasuk anak penderita disgrafia. Tujuan terapi okupasi pada anak penderita disgrafia adalah mengembangkan gerak yang baik, meningkatkan koordinasi tangan-mata, memperoleh keterampilan dasar serta meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi anak dalam menulis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azis, M & Nadia, S. A. (2019). Analisis Kesulitan Belajar Membaca Dan Menulis Permulaan PAUD Di Kelompok Bermain Fun Islamic School. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 100-112.
- Darmani, H. (2011). Pengaruh terapi okupasi terhadap kemampuan menulis huruf dan angka pada anak disgrafia usia 7-8 tahun. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1-8.
- Dewi, K. Y & Luh T. D. S. H. (2021). Mengelola Siswa Dengan Kesulitan Belajar Menulis (Disgrafia). *Jurnal Pendidikan*, 30-41.
- Hasnita, E & Tri R. H. (2015). Terapi Okupasi Perkembangan Motorik Halus Anak Autisme. *Jurnal Ipteks Terapan*, 20-27.
- Mahmuda, S., & Sujarwanto. (2008). *Terapi Okupasi Untuk Anak Tunagrahita dan Tunadaksa*. Surabaya: UNESA UNIVERSITY PRESS.
- Sari, N, dkk. (2020). Strategi Menangani Kesulitan Menulis (Disgrafia) Melalui Pembelajaran Partisipatif Di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 56-63.
- Suhartono. (2016). Pembelajaran Menulis Untuk Anak Disgrafia di Sekolah Dasar. *Jurnal Transformatika*.
- Wardani, W. K & Sudarsini. (2017). Terapi Okupasi dalam Kemampuan Menulis Permulaan pada Siswa Autis. *Jurnal Ortopedagogia*, 118-122.
- Yulianasari, A, dkk. (2023). Strategi Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Bagi Anak Disgrafia. *Jurnal Karimah Tauhid*, 1661-1674.

Zed, M. (2008). Pengaruh terapi okupasi terhadap kemampuan menulis kalimat pada anak disgrafia usia 9-10 tahun. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 123-132.