



IMPLEMENTASI BINA DIRI DENGAN TEKNIK *MODELLING* UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ADAPTIF SISWA

(Studi pada Siswa Kelas VIII C SLB YPPABK Ngawi)

Anisah Binti Solekah✉

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Institut Agama Islam Ngawi

email: ansahbinti17@gmail.com

Abstrak

Pembelajaran bina diri di kelas VIII C sekolah luar biasa YPPABK Ngawi dalam praktiknya masih perlu banyak dikembangkan berdasarkan keluhan yang dialami guru mata pelajaran bina diri kelas VIII C saat pembelajaran bina diri sangat sering melakukan perilaku non adaptif saat pembelajaran berlangsung siswa sulit dikendalikan, sering tantrum dan menyakiti diri sendiri, siswa tidak fokus saat kontak mata, siswa sering meludahi, membanting dan merampas barang milik teman, siswa sering ijin ke kamar mandi dan tidak kembali ke kelas saat jam pelajaran masih berlangsung, siswa mengalami penurunan dalam respon saat komunikasi, siswa kurang mampu memahami intruksi sederhana seperti duduk, berdiri dan jongkok, siswa sering tidak masuk sekolah saat ada jadwal pelajaran bina diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bina diri di kelas VII C, mengetahui penyebab siswa melakukan perilaku non adaptif, penerapan bina diri dengan teknik *modelling* dan peningkatan perilaku adaptif siswa. Penggunaan teknik *modelling* dalam pelajaran bina diri diharapkan agar siswa lebih mudah memahami, mempraktikkan materi yang diberikan dan dapat meningkatkan perilaku adaptif yang ada. Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif yang bersifat deskriptif kualitatif dengan model studi kasus. Subjek penelitian ini adalah guru mata pelajaran bina diri di kelas VIII C Sekolah Luar Biasa Ngawi. Metode pengumpulan datanya adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian ini adalah penerapan bina diri dengan teknik *modelling* dapat meningkatkan perilaku adaptif siswa kelas VIII C sekolah luar biasa YPPABK Ngawi. Teknik *modelling* ini memudahkan siswa dalam memahami, mempraktikkan materi yang disampaikan oleh guru dan meningkatkan perilaku adaptif siswa terlihat dari perubahan perilaku dan sikap siswa dalam berintraksi sosial dengan semua guru dan dengan teman satu kelasnya, mereka tidak pernah melakukan perilaku non adaptif seperti sebelumnya.

KataKunci:Bina diri, Teknik Modelling, perilaku adaptif

Abstract

Self-help learning in class VIII C of YPPABK Ngawi extraordinary school in practice still needs a lot of development based on complaints experienced by the teacher of class VIII C self-help subjects when learning self-help very often performs non-adaptive behavior when learning takes place students are difficult to control, often tantrum and hurt themselves, students are not focused when eye contact, students often spit, slam and grab friends' belongings, students often go to the bathroom and do not return to class when the lesson is still ongoing, students experience a decrease in response when communicating, students are less able to understand simple instructions such as sitting, standing and squatting, students often do not go to school when there are scheduled self-help lessons. This study aims to determine self-help in class VII C, find out the causes of students doing non-adaptive behavior, the application of self-help with modeling techniques and the improvement of students' adaptive behavior. The use of modeling techniques in self-help lessons is expected to make it easier for students to understand, practice the material provided and can improve existing adaptive behavior. The type of research used is qualitative which is descriptive qualitative with a case study model. The

subject of this research is the teacher of self-help subjects in class VIII C of Sekolah Luar Biasa Ngawi. The data collection methods are observation, interview and documentation. The results of this study are the application of self-help with modeling techniques can improve the adaptive behavior of students in class VIII C of YPPABK Ngawi special school. This modeling technique makes it easier for students to understand, practice the material delivered by the teacher and improve students' adaptive behavior as seen from changes in students' behavior and attitudes in social interactions with all teachers and with their classmates, they never do non-adaptive behavior as before.

Keywords: *Self-help, modeling technique, adaptive behavior*

PENDAHULUAN

Manusia memiliki kemampuan dari segi fisik pada kekuatan tubuh dan keindahan daya tarik sedangkan dari segi rohani manusia diberi pikiran, akal untuk mengembangkan kehidupannya didunia. Setiap manusia tentunya tidak semua sempurna ada yang memiliki kekurangan baik dari segi fisik maupun mental. Ada sebagian manusia yang diberi kekurangan fisik, dimana organ terpentingnya mengalami kelainan. Anak yang memiliki kelainan biasa disebut dengan anak disability atau Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Anak berkebutuhan khusus merupakan anak dengan kebutuhan seperti tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, autisme, anak kesulitan belajar, anak lambat belajar. anak berkebutuhan khusus dalam pertumbuhan atau perkembangan mengalami kelainan atau penyimpangan fisik, mental, intelektual, sosial atau emosional dibanding dengan anak-anak lain seusianya sehingga mereka memerlukan pelayanan khusus dalam aktivitas setiap harinya (Darmawati, 2017). Layanan khusus tersebut berupa penyesuaian layanan pembelajaran dan fasilitas pembelajaran seperti penyesuaian kurikulum (Modifikasi, Duplikasi, Omisi, Substitusi), penyesuaian media pembelajaran, proses pembelajaran, penilaian pembelajaran, proses penilaian media kurikulum sedangkan penyediaan fasilitas pembelajaran khusus harus sesuai dengan kebutuhan anak seperti tempat duduk khusus, penyediaan alat bantu dengar, penyesuaian kamar mandi, penyediaan fasilitas terapi dan fasilitas lain yang mendukung dan memudahkan anak sesuai kebutuhannya.

Pemenuhan hak bagi anak berkebutuhan khusus sekarang sudah tertuang dalam UU NO. 8 tahun 2016 bahkan saat ini anak berkebutuhan khusus menjadi sorotan bagi pemerintah dan masyarakat dalam menggalakan pendidikan dan lingkungan yang ramah bagi anak berkebutuhan khusus. pemerintah sudah mulai mewujudkan pembangunan fasilitas yang diperlukan anak berkebutuhan khusus seperti gedung terapi, aksesibilitas umum, dan bangunan sekolah agar anak berkebutuhan khusus juga mendapatkan hak nya dalam menempuh pendidikan yang terbaik bagi dirinya.

Pada anak berkebutuhan khusus (ABK) yang lebih terkhususkan lagi adalah anak dengan

penyandang tunagrahita dimana mereka yang memiliki keterbelakang mental dan kecerdasan dibawah rata-rata secara signifikan lebih memiliki permasalahan yang lebih kompleks. Seperti ditandai dengan kemampuan intelektual yang rendah, keterbatasan mobilitas, perilaku adaptif, dalam hal keterampilan adaptasi konseptual, sosial, praktis yang terjadi sebelum usia 18 tahun. Anak tunagrahita mungkin tidak dapat mengikuti kelas reguler di sekolah inklusi, tetapi mereka memiliki keterampilan lain yang dapat dikembangkan, seperti membaca, menulis, mengeja dan berhitung. Karakteristik anak tunagrahita hanya dapat mencapai tingkat usia mental pada tingkat anak-anak prasekolah, perilaku yang lebih spesifik dikaitkan dengan fungsi kognitif dan kecerdasan yang memungkinkan anak-anak penyandang cacat mental untuk belajar perlahan dan mempelajari hal-hal baru, selain itu anak Tunagrahita mengalami masalah dalam hal penyesuaian diri seperti kesulitan dalam hubungan dengan kelompok maupun individu disekitarnya hal ini dipengaruhi akibat kecerdasannya dibawah rata-rata (Amin, 2010).

Anak tunagrahita memerlukan pembelajaran khusus untuk perilaku yang semestinya agar sesuai dengan lingkungan sosial yang baik sesuai usianya, anak tunagrahita akan terhambat melakukan perilaku Adaptif sejak kecil karena 3 faktor yakni perkembangan yang tidak sesuai, kemampuan belajar yang rendah, penyesuaian perilaku sosial yang masih kurang, semua itu tidak menutup kemungkinan untuk membuat anak tunagrahita melakukan perilaku Adaptif sesuai dengan kesanggupan pada usianya. Sedangkan, perilaku adaptif sendiri merupakan kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan norma atau standar yang berlaku di lingkungannya, jika seseorang mampu berperilaku sesuai dengan norma yang berlaku di lingkungannya, maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut mempunyai perilaku Adaptif yang baik. Perilaku Adaptif dipengaruhi oleh lingkungan, intelegensi, kecerdasan emosional dan dukungan sosial (Rahayu, 2016).

Perilaku Adaptif penting diajarkan kepada anak tunagrahita karena memiliki dampak yang baik dalam membantu anak berintraksi, bersosialisasi, dan berkomunikasi dengan masyarakat sekitar dalam pembiasaan berperilaku sehat sesuai dengan situasi yang ada dan bentuk respon yang ada, dalam perilaku yang baik harus sesuai dengan tata krama yang ada, idealnya dalam berperilaku Adaptif yaitu berperilaku sopan, berbicara baik, menghormati orang tua dan guru, mengikuti tata tertib sekolah, mengikuti kegiatan yang ada di sekolah, tidak mengganggu teman dan mengikuti semua kegiatan pembelajaran dengan baik, meminta izin pada saat meninggalkan kelas, bertanggung jawab atas dirinya sendiri, tidak mengganggu dan merampas barang milik orang lain dan masih banyak lagi contoh penerapan perilaku Adaptif dalam kehidupan sehari-hari secara konseptual, sosial, dan praktik.

Perilaku Adaptif anak tunagrahita dapat dikelompokkan menjadi 4 yaitu komunikasi,

ketrampilan Bina Diri, keterampilan sosial, motorik kasar dan halus, semua itu masuk kedalam mata pelajaran yang diajarkan yaitu pelajaran Bina Diri ada beberapa istilah mengenai Bina Diri yaitu activities of daily living ADL mengurus diri atau merawat diri (self care). Kemampuan awal yang diajarkan orang tua kepada kehidupan anak sedini mungkin sebagai usaha dalam memandirikan mereka dan menolong diri. (self help) merupakan ketrampilan yang diperuntukkan untuk mencapai atau mendapatkan kemandirian dalam banyak aspek kemandirian, dengan mengajarkan ini akan membuat anak tidak bergantung pada orang lain dilingkungannya dalam kehidupan sehari-hari (Putri, 2014).

Bina Diri sangat penting dapat tersampaikan dan diterima dengan baik karena dalam praktiknya dapat membantu anak tunagrahita dalam menghadapi kesulitan menyesuaikan diri terhadap perubahan, kesulitan dalam mengeneralisasikan sesuatu dan kesulitan dalam menolong dirinya sendiri. Pelajaran Bina Diri sangat penting diberikan kepada anak tunagrahita sehingga Bina Diri menjadi salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan kepada anak tunagrahita, ada beberapa fungsi Bina Diri yang sangat penting untuk anak tunagrahita antara lain: 1) Menanamkan pengetahuan tentang cara mengurus diri sendiri, 2) Meningkatkan keterampilan mengurus diri sendiri, 3) Mengembangkan kebiasaan dalam mengurus diri sendiri, 4) Mengembangkan kemampuan dalam penyesuaian diri (Basuni, 2012).

Materi yang dipelajari anak tunagrahita dalam pelajaran Bina Diri yaitu antara lain kebersihan badan (mencuci tangan, cuci muka, cuci kaki, sikat gigi, dan buang air kecil/besar), makan dan minum (makan menggunakan tangan, makan menggunakan sendok, minum menggunakan gelas atau sedotan), berpakaian (memakai pakaian dalam, memakai kaos, memakai celana/rok, memakai kemeja, dan memakai kaos kaki serta sepatu), menolong diri (menghindari diri dari bahaya, seperti api atau benda tajam), komunikasi (aktivitas verbal dan non verbal) dan perilaku Adaptif (berperilaku sesuai dengan respon yang diberikan, mengikuti tata krama dan aturan yang ada, menghormati orang tua dan guru, berbicara yang baik dan sopan, tidak mengganggu orang lain, tidak merampas barang milik orang lain).

Penyampaian bina diri belakangan ini kurang efisien karena dalam penyampaiannya hanya disampaikan sebatas teoritis atau pembelajaran satu arah hal itu tentunya tidak cukup untuk penerapan pembiasaan perilaku adaptif karena anak tunagrahita cenderung susah fokus dan sering tidak memperhatikan, dalam penyampaian materi bina diri perlu adanya metode penyampaian yang lebih memudahkan anak tunagrahita dalam memahami materi yang diberikan sehingga materi dapat tersampaikan dengan baik. Salah satu metode yang dapat disampaikan dengan praktik langsung adalah teknik *modelling*. Teknik *modelling* merupakan teknik belajar bagi individu yang dalam

proses ini terdapat adanya proses penokohan (*modelling*), peniruan(*imitation*), serta proses belajar melalui pengamatan (*observational learning*), peniruan itu sendiri merupakan perilaku orang lain yang dicontoh dan diamati, dalam proses mengamati tingkah laku orang lain menjadi suatu proses belajar setelah adanya kegiatan pengamatan terhadap suatu hal. Teknik *modelling* diasumsikan sebagai suatu metode yang tepat karena didalam proses pembelajaran melibatkan proses kognitif dengan melalui observasi terhadap suatu perilaku yang diamati, baik dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku tersebut serta dengan merealisasikan berbagai pengamatan sekaligus (Gantina, 2021). Sehingga teknik *modelling* dalam pelajaran Bina Diri diharapkan agar siswa lebih mudah memahami, mempraktikkan materi yang diberikan dan dapat meningkatkan perilaku Adaptif siswa.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan jenis studi kasus lapangan, yaitu suatu deskriptif intensif dan analisis fenomena tertentu atau satuan sosial seperti individu, kelompok, institusi atau masyarakat. Studi kasus dapat digunakan secara rinci satu setting, satu subyek tunggal, satu kumpulan atau satu kejadian tertentu. Subjek atau responden yang diwawancarai dalam penelitian ini adalah Kepala sekolah, TU, wali kelas, guru bina diri dan peserta didik kelas VIII C YPPABK Ngawi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Penerapan Bina Diri dengan Teknik Modelling di kelas VIII C Sekolah Luar Biasa YPPABK Ngawi

Penerapan bina diri di kelas VIII C sebelumnya berjalan belum sesuai dengan harapan yang diinginkan, permasalahan yang ada pada pelaksanaan pembelajaran bina diri yang berlangsung kurang efisien karena hanya disampaikan secara teoritis dan pembelajaran satu arah, hal tersebut menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam memahami dan mempraktikkan materi yang sudah diberikan. Siswa merasa tidak nyaman dalam menerima materi dan merasa bosan sehingga menyebabkan siswa melakukan perilaku non adaptif, melihat permasalahan yang ada peneliti mencoba menerapkan teknik pembelajaran baru yaitu teknik *modelling* dalam proses pembelajaran bina diri di kelas VIII C dengan harapan dapat memudahkan siswa dalam memahami, mempraktikkan materi yang ada, membiasakan dan meningkatkan perilaku adaptif siswa.

Penerapan bina diri dengan teknik *modelling* yang dilakukan di kelas VIII C Sekolah Luar Biasa Ngawi dalam praktik pembelajaran sebelumnya siswa mengalami kesulitan dalam memahami dan mempraktikkan materi yang diberikan sehingga siswa selalu melakukan perilaku non adaptif

. Setelah Penerapan bina diri dengan teknik *modelling* ini dapat tersampaikan dalam praktik pembelajarannya diawali dengan pengenalan teknik *modelling* itu sendiri guru/penyampai materi sebagai model nyata secara langsung menyampaikan dan mempraktikkan materi yang diberikan. Setelah itu siswa dikenalkan dengan metode yang ada dalam teknik *modelling* sehingga siswa tidak bosan dan monoton dalam mengikuti proses pembelajaran bina diri. Selanjutnya dalam pembelajaran menggunakan teknik *modelling* ada beberapa tahap yang disampaikan untuk memudahkan siswa dalam menerima materi dan mampu mempraktikkan setiap materi bina diri yang diberikan untuk meningkatkan perilaku adaptif.

Penerapan bina diri dengan teknik *modelling* di kelas VIII C pada tahap awal pembelajaran semua siswa dikenalkan terlebih dahulu tentang teknik *modelling* itu sendiri. Teknik *modelling* menekankan pada pemberian contoh secara langsung, berintraksi dan komunikasi secara langsung dengan siswa. Teknik *modelling* ini melibatkan proses-proses kognitif, jadi tidak hanya meniru, lebih dari sekedar menyesuaikan diri dengan tindakan orang lain karena menyampaikan materi dan informasi secara langsung kepada siswa. Tujuan teknik *modelling* yaitu diharapkan dapat membantu memahami materi yang disampaikan dan membiasakan berperilaku baik (perilaku adaptif) yang sesuai dengan kondisi dilingkungan sekitar. Teknik *modeling* menjadi teknik yang mempelajari perilaku baru dengan mengamati model dan mempelajari keterampilannya (Hutomo, 2011)

Penyampaian materi dalam pembelajaran bina diri dapat disampaikan dengan beberapa metode yang ada yaitu *modelling* atau *Live model* (penokohan yang nyata), penyampaian materi dengan pemberian contoh secara langsung, teknik ini jauh lebih mudah, karena model yang menjadi contoh dalam teknik ini akan ditampilkan secara langsung. *Symbolic model* (penokohan simbolik), penokohan yang diperlihatkan melalui media film, video, atau media audio visual. *Multiple model* (penokohan ganda), penokohan yang mungkin terjadi dalam sebuah kelompok, di mana terdapat individu yang mempelajari tingkah laku baru dan kemudian merubah tingkah lakunya setelah mengamati bagaimana perilaku dari beberapa anggota kelompok lainnya (Singgih, 1996).

Teknik *modelling* sendiri memiliki kelebihan pada penyampaian materi secara langsung dengan memberikan contoh sebagai model peraga untuk memudahkan siswa dalam memahami materi yang diberikan tanpa menyulitkan siswa untuk memahami. Sebuah tulisan ataupun bacaan. Teknik *modelling* ini memiliki beberapa jenis metode sebagai berikut : Metode pertama *Live model* (penokohan yang nyata), penyampaian materi dengan pemberian contoh secara langsung oleh pengajar atau penyampai materi, pemberian teknik ini jauh lebih mudah, karena

model yang menjadi contoh dalam teknik ini akan ditampilkan secara langsung, pengajar atau pembawa materi sendiri yang menjadi model dalam penyampaian materi yang ada secara langsung dilapangan. Metode *Live model* ini belum pernah diterapkan di kelas VIII C dalam pembelajaran binadiri, sementara pembelajarn yang dilakukan hanya sebatas teoritis dan pembelajaran satu arah dengan membahas modul tanpa diberikan contoh secara praktik. Setelah metode ini diterapkan di kelas VIII C dan peneliti menjadi model secara langsung dalam menyampaikan materi bina diri, terlihat proses pembelajaran bejalan dengan lancar dan semua siswa sangat bersemangat dalam mendengarkan model menyampaikan materi dan mempraktikkan materi yang ada.

Metode kedua *Symbolic model* (penokohan simbolik), merupakan penokohan yang diperlihatkan melalui media film, video, atau media audio visual. Pelaksanaan *symbolic model* ini, pengajar atau penyampai materi bisa menyediakan media berupa film, video, dan media lainnya yang dapat digunakan, sehingga dengan demikian diharapkan terdapat tingkah laku tertentu yang dapat dicontoh oleh individu dari model yang ada dalam media yang disediakan. Kondisi yang ada dikelas VIII C sangat sulit dikendalikan sehingga membuat kelas menjadi gaduh, begitu juga perilaku siswa yang tidak semestinya dilakukan tidak dapat dihentikan oleh guru bina diri. Setelah metode ini dapat diterapkan di kelas VIII C siswa sangat antusias dalam menyimak filem yang diberikan, semua siswa menirukan perilaku baik yang ada dalam filem tersebut, mencontoh tata krama berperilaku sesuai kondisi yang ada dan membiasakan berperilaku adaptif.

Metode ketiga *Multiple model* (penokohan ganda), penokohan yang mungkin terjadi dalam sebuah kelompok, di mana terdapat individu yang mempelajari tingkah laku baru dan kemudian merubah tingkah lakunyasetelah mengamati bagaimana perilaku dari beberapa anggota kelompok lainnya. Pada kondisi yang ada di kelas VIII C ada salah satu siswa yang menjadi panutan dalam berperilaku sehingga ketika siswa tersebut melakukan perilaku non adaptif menjadikan teman yang lain mengikuti perilaku yang tidak sesuai seperti siswa tersebut. Setelah metode ini diterapkan siswa yang menjadi panutan perilaku di kelas VIII C dijadikan tokoh dalam contoh penokohan perilaku adaptif bagi siswa yang lain. Semua siswa mengikuti perilaku siswa yang menjadi contoh penokohan tersebut dan tanpa sadar perilaku Adaptif mereka mengalami peningkatan.

Proses pembelajaran bina diri dengan Teknik *modelling* yang dilakukan di kelas VIII C Sekolah Luar Biasa Ngawi ada beberapa tahap. Tahap pertaman komunikasi terbagi menjadi tiga yaitu reseptif, ekspresif, dan tulisan. Pada pembelajaran bina diri tahap komunikasi idealnya yaitu pembelajaran secara reseptif, siswa diberi pembelajaran mengenai bagaimana perilaku siswa dalam memahami materi atau informasi yang disampaikan oleh guru secara

langsung. Pembelajaran secara ekspresif yaitu siswa diberikan pembelajaran mengenai bagaimana perilaku siswa dalam menyatakan pendapat atau pemikiran dan tulisan, bagaimana siswa menampilkan kemampuannya dalam membaca bacaan dan menulis huruf secara langsung. Pada pelaksanaan pembelajaran sebelumnya dikelas VIII C pada praktik pembelajaran bina diri belum pernah menggunakan tahap komunikasi ini, pembelajaran yang diberikan hanya sebatas penyampaian satu arah secara teoritis saja membaca dan mengerjakan soal latihan pada modul sedangkan siswa mengalami kesulitan dalam membaca bacaan dan memahami bacaan panjang. Setelah tahap komunikasi ini dipraktikkan di kelas VIII siswa mengalami peningkatan dalam kemampuan dan keberanian siswa dalam menyampaikan pendapat, meningkatnya kemampuan dalam membaca, menuli huruf secara langsung dan membiasakan siswa berperilaku adaptif.

Tahap kedua keterampilan hidup sehari-hari yang terbagi atas tiga pribadi, kerumahtanggaan, kemasyarakatan. Pada pelaksanaan pembelajaran sebelumnya dikelas VIII C materi bina diri pembelajaran dilakukan satu arah tanpa ada penjelasan praktik secara langsung. Penerapan tahap ketrampilan pribadi ini menerapkan pada siswa bagaimana perilaku siswa ketika makan, berpakaian, dan membersihkan diri, kerumahtanggaan bagaiman perilaku siswa ketika dihadapan pada tugas-tugas rumah tangga seperti menyimpan dan membereskan mainan, menyapu, dan mengelap, kemasyarakatan bagaiman perilaku siswa menggunakan waktu, telepon dan keterampilan akademis disekolah.

Tahap ketiga sosialisasi yang terbagi atas tiga hubungan antar manusia, bermain dan waktu luang, mengatasi perilaku. Sebelumnya penyampaian bina diri di kelas VIII C belum diterapkan bersosialisasi yang baik didalam kelas sehingga masih ditemukan siswa berkelahi dikelas dan tantrum menyakiti diri sendiri. Penerapan tahap hubungan antar manusia menerapkan bagaimana siswa berinteraksi dengan orang lain, bermain dalam waktu luang membiasakan siswa bermain dan menggunakan waktu, mengatasi siuasi yang ada dan menunjukan tanggung jawab dan kepekaan terhadap orang lain, sehingga dalam proses pembelajaran di kelas siswa mampu membiasakan saling rukun dan bekerja sama antar teman dengan baik.

Tahap keempat keterampilan motorik yang tebagi atas dua ketrampilan motorik kasar bagaimana siswa menggunakan lengan dan kakinya untuk bergerak dan berkoordinasi dan keterampilan motorik halus bagaiman siswa menggunakan tangan dan jarinya untuk melakukan sesuatu. Penerapan sebelumnya siswa belum pernah diajak secara langsung dalam mempraktikkan motorik kasar dan halus sehingga kemampuan motorik kasar dan halus siswa belum terlihat secara jelas. Pada tahap penerapan bina diri ini peneliti menerapkan ketrampilan motorik untuk melihat kemampuan siswa dalam mempraktikkan setiap materi yang diberikan.

Setelah penerapan bina diri dengan teknik *modelling* dilaksanakan di kelas VIII C siswa sangat antusias dan bersemangat dalam mengikuti pelajaran bina diri, siswa tidak lagi melakukan perilaku non adaptif, siswa lebih mudah dalam memahami dan mempraktikkan materi bina diri yang diberikan oleh guru, siswa lebih mudah dikendalikan dan diarahkan, siswa dapat mengontrol emosi dengan baik, siswa selalu mengikuti pelajaran bina diri sampai pelajaran selesai, semua siswa hadir saat pelajaran bina diri, siswa lebih fokus dalam komunikasi dan kontak mata, siswa lebih konsentrasi saat pelajaran berlangsung, sikap dan perilaku siswa mengalami perubahan dan siswa mengalami peningkatan pada perilaku adaptifnya.

b. Analisis Penerapan Bina Diri dengan Teknik Modelling dapat meningkatkan perilaku Adaptif siswa kelas VIII C Sekolah Luar Biasa YPPABK Ngawi

Setelah penyampaian materi bina diri menggunakan teknik *modelling* siswa mengalami banyak perubahan, terlihat siswa sangat antusias dalam mendengarkan dan memahami setiap materi yang diberikan. Pembelajaran bina diri dengan teknik *modelling* memudahkan siswa dalam memahami materi yang ada pada pembelajaran Bina diri Seperti materi sikap, perilaku, merawat diri, menolong diri, kemandirian, komunikasi, emosi, sosial semua materi yang ada harus dapat tersampaikan dengan baik kepada semua siswa kelas VIII C.

Penerapan bina diri dengan teknik *modelling* dapat meningkatkan perilaku adaptif siswa kelas VIII C Sekolah Luar Biasa YPPABK Ngawi teknik *modelling* ini memudahkan siswa dalam memahami, mempraktikkan materi yang disampaikan oleh guru dan meningkatnya perilaku adaptif siswa terlihat dari perubahan perilaku dan sikap siswa dalam berinteraksi sosial dengan semua guru ataupun dengan teman satu kelasnya, mereka tidak pernah melakukan perilaku non adaptif seperti sebelumnya. Terlihat semua siswa lebih tenang dan selalu mematuhi peraturan yang ada tidak mengganggu temannya malah mereka saling bekerja sama saat ada salah satu teman kebingungan dalam mempraktikkan materi yang diberikan. Terlihat perilaku adaptif siswa VIII C mengalami peningkatan dengan adanya bukti yang terlihat.

Semenjak siswa mengikuti pembelajaran dengan teknik *modelling* perubahan pada siswa semakin terlihat mereka mengalami peningkatan dalam komunikasi, kontak mata lebih fokus, tidak pernah mengganggu temannya lagi, tidak pernah izin keluar kelas, selalu mengikuti pelajaran dan perilaku yang sebelumnya non Adaptif berubah menjadi perilaku adaptif dan perlahan mengalami peningkatan yang terlihat sangat jelas dari sikap dan perilaku siswa.

Penerapan bina diri dengan Teknik *modelling* dapat meningkatkan perilaku adaptif siswa kelas VIII C Sekolah Luar Biasa YPPABK Ngawi, terlihat dari perkembangan siswa pada setiap minggunya siswa lebih aktif dan antusias dalam mengikuti pembelajaran Bina Diri dengan penerapan teknik *modelling* yang diberikan. Semua siswa terlihat sangat bersemangat

dalam mengikuti dan mempraktikkan materi bina diri yang diberikan.

Interaksi sosial adalah interaksi yang menunjukkan berbagai simbol yang positif. Berbagi perilaku dan tindakan yang muncul adalah bentuk upaya menyatukan kelompok, membangun kerjasama, saling bertanggung jawab atau rasa kepedulian dan berkontribusi maksimal. Sedangkan penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya.

Perasaan *insecure* dipengaruhi oleh penilaian-penilaian orang sekitar dan lingkungan luas. Perasaan *insecure* karena sering membandingkan diri dengan orang-orang yang lebih baik dari kita, dan membuat rasa tidak pantas dan tidak percaya diri. Oleh karena itu santri yang merasa *insecure* pada dirinya, banyak-banyaklah bersyukur walaupun sering sekali kita lupa untuk bersyukur, saatingin memuji atau menghina temannya maka ingatlah bahwasanya ciptaan Allah itu lebih sempurna dibandingkan dengan manusia dan kita harus menghargai fisik ciptaan dari Tuhan, lakukan segala hal atau hobi yang kita sukai untuk membantumu lupa perkataan-perkataan orang-orang mengenai fisik kita.

KESIMPULAN

Setelah penerapan bina diri dengan teknik *modelling* dilaksanakan di kelas VIII C siswa sangat antusias dan bersemangat dalam mengikuti pelajaran bina diri, siswa tidak lagi melakukan perilaku non adaptif, siswa lebih mudah dalam memahami dan mempraktikkan materi bina diri yang diberikan oleh guru, siswa lebih mudah dikendalikan dan diarahkan, siswa dapat mengontrol emosi dengan baik, siswa selalu mengikuti pelajaran bina diri sampai pelajaran selesai, semua siswa hadir saat pelajaran bina diri, siswa lebih fokus dalam komunikasi dan kontak mata, siswa lebih konsentrasi saat pelajaran berlangsung, sikap dan perilaku siswa mengalami perubahan dan siswa mengalami peningkatan pada perilaku adaptifnya.

DAFTAR PUSTAKA

- R, Shaleh,. (2004). *Psikologi Suatu Pengantar dalam Prespektif Islam*. Jakarta: Kencana.. Jurnal ilmiah dalam implementasi kurikulum bimbingan dan konseling
- Abimanyu, S & Manrihu, M.T. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar (2009) .Jurnal ilmiah dalam implementasi kurikulum bimbingan dan konseling.
- Ali dan Asrori, *faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan perilaku Adaptif anak usia dini*. Jurnal pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah. Hlm. 186
- Ardiyanto, Singgih. *Meningkatkan Kemampuan Bina Diri Melalui Analisis Tugas Pada Anak Tunagrahita Sedang Kelas 1 Di SLB Limas Padang*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus, Volume 3 No. 2, 17-37. (Padang: Universitas Negeri Padang, 2014).
- Bandi Delphie, *Bimbingan Konseling untuk Perilaku Non-Adaptif*, (Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2005) Jurnal Perilaku adaptif.

- Bandi Delphie, *Bimbingan Konseling untuk Perilaku Non-Adaptif*, Jurnal Perilaku adaptif.
- Bandi Delphie, *Bimbingan Perilaku Adaptif Anak Dengan Perkembangan Fungsional*, (Sleman : PT Intan Sejati Klaten, 2009), Jurnal perilaku Adaptif Anak.
- Basuni, Muh, “ *Pembelajaran Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan*”. Jurnal Pendidikan Khusus. Volume IX, No. 1, Mei 2012.
- Citra Pravita Adisty ,Noor Dan Wiwik Dwi Hastuti. *Peningkatan Kemampuan Praktek Bina Diri Dengan Menggunakan Media Boneka Model Manusia Untuk Siswa Tunagrahita Ringan SDLB*. Jurnal P3LB, Volume 1, No. 2, 163-168. (Malang: Universitas Negeri Malang, 2014).
- Darmawanti, Ira dan M. Jannah. *Tumbuh kembang anak Usia Dini dan Reaksi Dini Pada Anak Berkebutuhan Khusus*. Surabaya: Insight Indonesia. Jurnal Anak usia dini. 2017. vol.4, No:02
- Dayakinsin, T., dan Hudaniah. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press. (2015). Jurnal Bimbingan konseling.
- E,Rahayu, *Perilaku adaptif tunagrahita dewasa ditinjau dari klasifikasi tunagrahita*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata. Jurnal Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Udayana .2016, Vol. 3 No. 1, jurnal KESKAP: Jurnal Kesejahteraan Sosial, Komunikasi dan Administrasi Publik Vol. 1. No. 1, April 2022.
- Keller, H. R. (1988). *Children's adaptive behavior: Measure and source generalizability*. Journal of Psychoeducational Assessment,
- Komalasari, Gantika. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks hal 2011 Jurnal Teori dan Teknik Konseling.
- komalasari, Gantina, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks. 2011. Jurnal Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan. Volume 21, Nomor 01, Juli 2021.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2016). Jurnal Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan. Volume 21, Nomor 01, Juli 2021.
- Lexy J. Moeleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008),
- Luh Putri Ni , *Model Pembelajaran Keterampilan Bina Diri Bagi Anak Usia Dini Tunagrahita*. 2014 Jurnal Parameter. Vol. 25 no. 2.
- M, Efend. *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara. 2009. Jurnal Rekursif, Vol. 4 No.1 Maret 2016, (ISSN 2303-0755)
- M. Makucik *The Vineland adaptive behavior scale and special needs student*. (14 februari 2012). Jurnal Auladuna. ISSN: 2657-1269.
- Mardhiyah Dan Siti Dawiyah. *Identifikasi Anak Berkebutuhan Khusus Dan Strategi Pembelajarannya*. Jurnal Al Ta`dib 2013 Volume 3, No. 1.
- Moch, Amin, *Ortopedagogik Anak Tunagrahita* Jakarta: Depdikbud. Gerungan. 2010. Jurnal Psikologi sosial.
- Muh. Basuni. *Pembelajaran Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan*. Jurnal Pendidikan Khusus Volume IX, No. 1, 12-22

- Putri Pertiwi, Ratih dan Arifin Murtiningsih. *Kiat Sukses Mengasuh Anak Berkebutuhan Khusus*. (Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2013).
- S, Hutomono. "Observasional Learning: Metode Psikologis Yang dilupakan dalam Psikologis Olahraga".(2011) Jurnal Ilmiah SPIRIT. Vol 11.No (2)
- S, Sapprow.dkk,vineland *Adaptive Behavior Scales:Survey forms(edisi kedua)*American guidance service publishing.2005 . Jurnal psikologi . Vol 29. No 1.