

## **PENERAPAN BINA DIRI DENGAN TEKNIK MODELLING UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ADAPTIF SISWA KELAS VIII C SEKOLAH LUAR BIASA YPPABK NGAWI**

Eny Setiyowati, Anisah Binti Solekah, Resa Andi Pratiwi

enysetyowati@iaingawi.ac.id

anisahsolekah@gmail.com

resandi@gmail.com

Institut Agama Islam Ngawi, Indonesia

Institut Agama Islam Ngawi, Indonesia

Institut Agama Islam Ngawi, Indonesia

**ABSTRACT** This research is written to increase effectiveness tunagrahita learning activities in VIII C YPP ABK Ngawi can behave adaptive behavior and leave non adaptive. The kind of research used is case study, that is a discriptive and analysis a specified phenomenon social as individual or unit, group an intitution or community. The implementation of a development modelling to facilitate students in understanding and practice material provided by teacher making it the adaptive students behavior seen from the behavior changes and attitudes interact social students in all teachers or by part of his class, they didn't even conduct behavior non adaptive as before.

**Keywords :** Self development, modelling technique, adaptive behavior

**ABSTRAK** Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan efektifitas kegiatan belajar bina diri anak tunagrahita di kelas VIII C Sekolah Luar Biasa YPP ABK Ngawi sehingga anak dapat berperilaku adaptif dan meninggalkan perilaku non adaptif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus, yaitu suatu deskriptif intensif dan analisis fenomena tertentu atau satuan social seperti individu, kelompok, institusi atau masyarakat. Penerapan Bina Diri dengan teknik modelling memudahkan siswa dalam memahami dan mempraktikkan materi yang disampaikan oleh guru sehingga meningkatnya perilaku adaptif siswa terlihat dari perubahan perilaku dan sikap siswa dalam berinteraksi sosial dengan semua guru ataupun dengan teman satu kelasnya, mereka tidak lagi melakukan perilaku non adaptif seperti sebelumnya.

**Kata Kunci :** Bina diri, Teknik Modelling, Perilaku Adaptif

## PENDAHULUAN

Allah SWT telah menciptakan manusia sebagai makhluk yang sempurna dibandingkan dengan makhluk lainnya. Meskipun demikian, manusia 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 dan 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.<sup>1</sup> Layanan khusus tersebut berupa penyesuaian layanan pembelajaran dan fasilitas pembelajaran seperti penyesuaian kurikulum (Modifikasi, Duplikasi, Omisi, Substitusi), penyesuaian media pembelajaran, proses pembelajaran dan penilaian pembelajaran.

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. Layanan khusus yang diberikan mencakup layanan akademik dan non akademik. Layanan akademik berupa pemberian mata pelajaran umum, pemberian mata pelajaran khusus, latihan membaca, latihan menulis, latihan berhitung. Layanan non akademik berupa olahraga, pengembangan potensi, minat, bakat yang dimiliki, pengembangan keahlian yang sesuai dengan ketrampilan yang dimiliki.

Layanan khusus yang diberikan terhadap anak berkebutuhan khusus karena mereka berhak mendapatkan pendidikan seperti anak normal sesuai usianya. Pendidikan merupakan salah satu hak asasi manusia yang dijamin oleh hukum nasional untuk memperjuangkan hak dasar anak atas pendidikannya tanpa terkecuali dengan tidak memandang lingkungan dan distabilitas mereka. Hal tersebut menunjukkan bahwa anak berkebutuhan khusus mendapat kesempatan sama dengan anak normal seusianya dalam memperoleh pendidikan yang

---

1 Darmawanti, Ira dan M. Jannah. (2017) Tumbuh kembang anak Usia Dini dan Reaksi Dini Pada Anak Berkebutuhan Khusus. Surabaya: Insight Indonesia. Jurnal Anak usia dini. vol.4, No:02 :130

layak. Pemenuhan hak bagi anak berkebutuhan khusus dalam UU NO. 8 tahun 2016. Salah satu jenis anak berkebutuhan khusus yang membutuhkan layanan adalah anak tunagrahita.

Anak tunagrahita merupakan salah satu anak dengan keterbelakangan mental dan kecerdasannya dibawah rata-rata secara signifikan anak tersebut memiliki kondisi sangat kompleks, 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 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 kecerdasannya dibawah rata-rata.

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 membuat anak tunagrahita melakukan perilaku adaptif sesuai dengan kesanggupan pada usianya. Perilaku adaptif 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 emosi dan dukungan sosial.<sup>2</sup>

Perilaku adaptif penting diajarkan kepada anak tunagrahita karena memiliki dampak yang baik dalam membantu anak berinteraksi, bersosialisasi, dan berkomunikasi dengan masyarakat sekitar. Perilaku yang baik harus sesuai dengan tata krama yang ada, idealnya dalam berperilaku adaptif yaitu berperilaku sopan, berbicara baik, menghorm

---

2 Rahayu, E. (2016) Perilaku adaptif tunagrahita dewasa ditinjau dari klasifikasi tunagrahita. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata. *Jurnal Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Udayana* , Vol. 3 No. 1 hal : 42

mati orang tua dan guru, mengikuti tata tertib sekolah, mengikuti kegiatan yang ada disekolah, 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 praktek.

Sebaliknya dari perilaku adaptif ada perilaku non adaptif yaitu perilaku yang tidak sesuai dengan tuntutan lingkungannya, perilaku yang tidak diinginkan dan mengganggu fungsi Adaptif pada individu dalam kehidupan sehari-hari. Kategori perilaku non adaptif seperti bertindak tanpa difikirkan terlebih dahulu, temper tantrum (amarah yang meledak, sengaja tidak patuh dan menentang orang lain, mengejek, merusak atau mengganggu, tidak mengerti atau tidak peka terhadap orang lain, berbohong menipu atau mencuri, agresif secara fisik, mengatakan atau mengajukan pertanyaan yang memalukan ditempat umum.<sup>3</sup>

Penyampaian Bina Diri ini kurang efisien karena dalam penyampaian 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).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif pada hakikatnya ialah mengamati orang dalam lingkungan hidupnya, berinteraksi dengan mereka, berusaha memahami bahasa dan tafsiran mereka tentang dunia sekitarnya. Adapun karakteristiknya adalah sebagai berikut : a) Penelitian kualitatif menggunakan latar alami (natural setting) sebagai sumber data langsung dan peneliti sendiri merupakan instrumen kunci sedangkan instrumen lain sebagai instrumen penunjang. b) Penelitian kualitatif bersifat des-

---

3 Sapprow. S dkk,vineland Adaptive Behavior Scales:Survey forms(edisi kedua)American

kriptif data yang dikumpulkan disajikan dalam bentuk kata-kata dan gambar-gambar. c) Data penelitian kualitatif proses lebih dipentingkan daripada hasil sesuai dengan latar yang bersifat alami, penelitian kualitatif lebih memperhatikan aktifitas-aktifitas nyata sehari-hari, prosedur-prosedur dan interaksi yang terjadi. d) Analisis dalam penelitian kualitatif cenderung dilakukan secara analisis induktif, yang mana merupakan hal yang esensial dalam penelitian kualitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus, yaitu suatu deskriptif intensif dan analisis fenomena tertentu atau satuan social seperti individu, kelompok, institusi atau masyarakat. Studi kasus dapat digunakan secara rinci satu setting, satu subyek tunggal, satu kumpulan atau satu kejadian tertentu.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Proses pembelajaran Bina Diri dengan Teknik Modelling yang dilakukan di kelas VIII C Sekolah Luar Biasa Ngawi ada beberapa tahap. Tahap pertama 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 di kelas 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, menulis 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 di kelas 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, kerumah tanggaan bagaimana perilaku siswa ketika dihadapan

pada tugas-tugas rumah tangga seperti menyimpan dan membereskan mainan, menyapu, dan mengelap, kemasyarakatan bagaimana 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 situasi yang ada dan menunjukan tanggung jawab dan kepekaan terhadap oranglain, sehingga dalam proses pembelajaran di kelas siswa mampu membiasakan saling rukun dan bekerja sama antar teman dengan baik.

Tahap keempat keterampilan motorik yang terbagi atas dua keterampilan motorik kasar bagaimana siswa menggunakan lengan dan kakinya untuk bergerak dan berkoordinasi dan keterampilan motorik halus bagaimana 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 keterampilan 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.

Perubahan yang terlihat pada siswa kelas VIII mulai terlihat jelas setelah enam minggu berjalan pembelajaran Bina Diri menggunakan teknik modelling siswa yang awalnya sering tidak masuk sekolah pada saat jampelajaran Bina Diri sekarang siswa tersebut selalu mengikuti pembelajaran dengan baik dan lebih aktif dari biasanya. Siswa yang sering tantrum karena diganggu temannya dan tidak se-

yang melihat dengan kelas yang gaduh pun sekarang mereka lebih fokus saat pembelajaran berlangsung dan respon dalam komunikasi tanya jawabnya semakin baik.

Penyampaiana materi dengan menggunakan teknik modelling mengajak semua siswa berintraksi memahami, mempraktikkan materi dan menekankan hal penting pada materi yang disampaikan. Teknik modelling merupakan teknik penyampaian secara langsung sehingga tidak sulit bagi siswa daalam memahami materi yang disampaikan. 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 semuamateri 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 berintraksi 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 dan ucapan dari ibu B (guru kelas)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 ijin 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 perilakusiswa.

## **KESIMPULAN**

Setelah adanya pembelajaran Bina Diri menggunakan teknik modelling siswa yang awalnya sering tidak masuk sekolah pada saat jam pelajaran Bina Diri sekarang selalu mengikuti pembelajaran dengan baik dan lebih aktif dari biasanya. Siswa yang sering tantrum karena diganggu temannya dan tidak senang melihat dengan kelas

yang gaduh pun sekarang mereka lebih fokus saat pembelajaran berlangsung dan respon dalam komunikasi tanya jawabnya semakin baik.

Perilaku adaptif siswa VIII C mengalami peningkatan dengan adanya bukti perubahan pada siswa semakin terlihat mereka mengalami peningkatan dalam komunikasi, kontak mata lebih fokus, tidak pernah mengganggu temannya lagi, tidak pernah ijin 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.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- 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
- 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.
- S, Sapprow.dkk,vineland Adaptive Behavior Scales:Survey forms(edisi kedua)American guidance service publishing.2005 . Jurnal psikologi . Vol 29. No 1.