

PENINGKATAN KEMAMPUAN MENGENAKAN DAN MELEPAS KEMEJA MELALUI PELATIHAN BINA DIRI PADA ANAK TUNAGRAHITA RINGAN

Sri Mujayati dan Dra.Hj. Siti Mahmudah, M.Kes.

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, srimujayati88@gmail.com

Abstract

Mentally retardation children were individual who clearly had obstacle and retardation of mental intellectual development under average so that they had difficulty in finishing their tasks. One of the tasks which was not mastered by the second class of mild mentally retardation children in SLB – ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya was wearing and releasing shirt ability. The wearing and releasing shirt ability was one of the necessities to cover the body so that appeared interesting which was done routinely. If the wearing and releasing shirt ability had difficulty, it would prevent the ability in doing tasks or daily activity. The individual could not live autonomously and would rely on other people forever. The purpose in this research was to know the enhancement of wearing and releasing shirt ability through self guide training to the second class of mild mentally retardation in SLB – ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya. The design of this research used class treatment in the form of cycle which consisted of four steps those were planning, treatment, observation, and reflection. The data collection technique used observation while to analyze the data obtained it was used analysis data with percentage. The research result could be viewed that there was enhancement of wearing and releasing shirt ability from the pre cycle result 31,25% cycle I was 53,51% in the cycle II it enhanced 73,83%. From the result obtained, learning through self guide training to mentally retardation children got enhancement especially in wearing and releasing shirt ability. The result conclusion was that learning wearing and releasing shirt to the second class of mild mentally retardation children in SLB – ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya had enhancement.

Key Words : *Wearing and releasing shirt, self guide, student moderate mental retardation*

PENDAHULUAN.

Pendidikan pada dasarnya bertujuan mengembangkan kemampuan anak didik secara optimal baik secara aspek pengetahuan, sikap, keterampilan maupun sosial. Pada anak berkebutuhan khusus termasuk anak tunagrahita yang memiliki hambatan dan permasalahan yang kompleks tentunya juga memerlukan perhatian yang sama dengan anak umum lainnya. Menurut Amin, M. (1995:37), anak tunagrahita merupakan bagian dari anak berkebutuhan khusus. Mereka memiliki inteligensi di bawah rata-rata disertai dengan ketidakmampuan dalam penyesuaian diri, kurang cakap dalam hal-hal yang bersifat abstrak, terbatas dalam pengorganisasian informasi, mudah lupa, kemampuan belajarnya cenderung tanpa pengertian dan kemampuan membacanya relatif rendah yang pada gilirannya berdampak pada mata pelajaran yang lain. Masalah anak tunagrahita dalam proses pendidikan adalah bagaimana memberikan suatu pengetahuan terhadap mereka dalam menjalani kehidupan sehari-hari di masyarakat, sehingga mereka dapat hidup secara mandiri. Menangani pendidikan anak tunagrahita banyak menemui kendala, dan metode yang dapat digunakan untuk membantu anak dalam menempuh pendidikannya menggunakan *system watereddown*

curriculum (kurikulum yang disederhanakan). Keterbelakangan mental (cacat mental) secara edukatif disebut sebagai anak tunagrahita. Anak tunagrahita atau keterbelakangan mental adalah merupakan kondisi dimana perkembangan kecerdasannya mengalami hambatan sehingga tidak mencapai tahap perkembangan yang optimal (Somantri, S. 2006: 104). Anak pada golongan ini sering mengalami hambatan keterbelakangan mental atau integensinya, mereka juga mengalami hambatan koordinasi motorik, ekspresi, intelegensi, imajinasi maupun sosialisasi dalam lingkungan tempat tinggalnya (Astati, 1995). Mereka memerlukan pelayanan khusus dari berbagai pihak (orang tua, guru dan pemerintah) untuk menumbuh kembangkan potensi dan kemampuannya seoptimal mungkin. Bina diri merupakan serangkaian kegiatan pembinaan dan latihan yang dilakukan guru profesional dalam pendidikan guru, secara terencana dan terprogram terhadap individu yang membutuhkan layanan khusus, yaitu individu yang mengalami gangguan koordinasi gerak motorik, sehingga mereka dapat melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari, dengan tujuan meminimalisasi atau menghilangkan ketergantungan terhadap bantuan orang lain dalam melakukan aktivitasnya. Astati (2010:7)

mengemukakan bina diri adalah “usaha membangun diri individu baik sebagai individu maupun sebagai makhluk sosial melalui pendidikan di keluarga, sekolah dan di masyarakat sehingga terwujudnya kemandirian dengan keterlibatannya dalam kehidupan sehari-hari secaramemadai”.(http://www.infokmu.com/2013/06/apa-itu-program-bina-diri.html?m=1, online diakses tanggal 6 Oktober 2013).Terkait dengan ditingkatkannya kemampuan bina diri bagi anak tunagrahita salah satunya dengan diberikannya kegiatan merawat diri melalui kebersihan diri sendiri.Adalah suatu kegiatan rutinitas yang penting dalam menjaga dan memelihara kesehatan, karena itu dianjurkan membersihkan diri setiap hari. Terkait dengan uraian diatas, agar anak tunagrahita dapatmencapai perkembangan yang optimal sebagai yang diharapkan dalam GBPP di SDLBC tahun 1997 pada mata pelajaran Program Khusus Kemampuan Mengurus Diri dengan pokok bahasan mengurus diri dengan sub pokok bahasan mengenakan pakaian luar, adapun tujuan dari pokok bahasan tersebut adalah anak diharapkan dapat hidup mandiri dikeluarga,sekolah dan masyarakat. Berdasarkan observasi di SLB ABC Purna Yuda Bhakti diketahui bahwa permasalahan yang dihadapi anak tunagrahita dalamproses pembelajaran sangat kompleks, kekurangan yang terjadi pada anak yaitu kekurangan dalam keterampilan bina diri. Sering anak cepat bosan hal ini ditandai dengan adanya gejala ketidak mampuan untuk menuntaskan apa yang diperintahkan guru atau tugas yang diberikan guru. Dengan penerapan ketrampilan bina diri dapat meningkatkan kemampuan mengurus diri sendiri.Keberhasilan anak didik dalam meningkatkan kemampuan mengurus diri sendiri dalam pembelajaran bina diri. Berkaitan dengan latar belakang tersebut di atas, maka penting melaksanakan penelitian tindakan kelas (PTK) dalam rangka memecahkan masalah penerapan keterampilan bina diri untuk meningkatkan kemampuan mengurus diri sendiri.Peneliti tertarik untuk mencari solusi dan menuangkan dalam bentuk penelitian tindakan kelas dengan judul Peningkatan Kemampuan Mengenakan dan Melepas Kemeja Melalui PelatihanBina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan Kelas II di SLB - ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*classroom action research*), karena penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memperbaiki masalah pembelajaran yang ada di kelas.Dalam penelitian tindakan kelas ini peneliti berkolaborasi dengan guru. Guru dalam penelitian ini bertindak sebagai peneliti

dan penanggungjawab penuh. Tujuan utama dari penelitian tindakan kelas ini adalah untuk perolehan hasil belajar anak yang lebih baik sesuai dengan tujuan dari standar isi dan kurikulum pendidikan luar biasa yang ditetapkan oleh Departemen Pendidikan Nasional di mana proses berlangsungnya pembelajaran di kelas adalah guru terlibat secara total mulai dari perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Rancangan penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dengan 2 siklus masing-masing siklus 2 kali pertemuan terdiri dari empat tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi.Empat tahapan ini dapat digambarkan dalam bentuk spiral tindakan kelas adaptasi dari Hopkins (dalam Arikunto, 2006).

1. Variabel Penelitian

Variabel bebas : Pelatihan bina diri

Variabel terikat : Peningkatan kemampuan mengenakan dan melepas kemeja.

2. Subyek penelitian

Dalam penelitian ini yang menjadi subyek penelitian adalah anak tunagrahita ringan kelas II di SLB – ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya yang berjumlah 4 anak.

No	Nama	Jenis Kelamin	Kelas
1	ARF	Laki-laki	Dua
2	GNT	Perempuan	Dua
3	NKD	Perempuan	Dua
4	NSR	Laki-laki	Dua

3. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan model penelitian tindakan kelas Kemmis dan Mc Taggart dengan siklus berkelanjutan. Menurut Kemmis dan Mc Taggart (Arikunto, 2006:97), secara garis besar terdapat empat tahapan yang dilalui dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, yaitu : perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Pelaksanaan timdakan dalam penelitian mengikuti putaran siklus terdiri dari 4 tahapan, yaitu :

1. Perencanaan

Pada tahap ini silabus dan RPP disusun untuk pembelajaran dalam kelas yang disiapkan untuk pembelajaran mengurus diri. Dalam pertemuan berlangsung dalam waktu 60 menit, tujuan pembelajaranyang diharapkan setelah kegiatan pembelajaran adalah siswa dapat mengenakan dan melepas kemeja

dengan benar. Dalam kegiatan pembelajaran ini digunakan metode pemberian tugas dan diakhir pertemuan dilakukan evaluasi dengan cara pemberian tugas.

2. Pelaksanaan/tindakan

Pembelajaran bina diri pada pratindakan ini dilaksanakan dalam satu kali pertemuan, dimana siswa tunagrahita diberi pertanyaan tentang alat yang dipakai untuk menutup tubuh, kemudian difokuskan pada materi tentang mengenakan dan melepas kemeja yang telah dipersiapkan peneliti. Kemudian dilanjutkan kegiatan pembelajaran mengenakan kemeja, kemudian siswa tunagrahita mempraktikkannya. Kegiatan pembelajaran ditingkatkan yaitu siswa tunagrahita melakukan kegiatan melepas kemeja. Anak dengan bimbingan guru melepas kemeja yang dilakukannya oleh semua siswa. Kegiatan akhir pembelajaran ditingkatkan yaitu siswa tunagrahita melakukan kegiatan mengenakan dan melepas kemeja yang dilakukan oleh semua siswa.

3. Observasi

Observasi dilakukan ketika proses kegiatan pembelajaran sedang berlangsung, untuk mengevaluasi aktifitas belajar siswa kurang optimal. Anak masih sering terlihat ragu-ragu ketika disuruh mengenakan kemeja.

4. Refleksi dan revisi

Refleksi yaitu menganalisis dan penilaian perencanaan, pelaksanaan dan pengamatan yang dilakukan untuk menentukan revisi/perbaikan pada siklus berikutnya, karena indikator belum tercapai atau belum dinyatakan berhasil.

4. Teknik Pengumpulan Data

Pengolahan data dari hasil pengumpulan disesuaikan dengan jenis permasalahan yang dikaji. Problem dalam penelitian ini adalah untuk melihat perubahan pemberian tindakan melalui pelatihan bina diri dalam memperbaiki dan meningkatkan kemampuan mengenakan dan melepas kemeja pada anak tunagrahita. Untuk menemukan tingkat keberhasilan pemberian tindakan pada anak tunagrahita ringan kelas II di SLB –ABC Purna Yuda Bhakti.

Perhitungan dilakukan dengan mencari persentase ketercapaian indikator dan ketuntasan belajar. Sedangkan perhitungan persentase ketercapaian indikator dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase

F = Jumlah skor yang akan dipresentasikan

N = Jumlah skor maksimal semua komponen yang diambil

(Sudjana, 1989:133)

Kriterianya sebagai berikut :

A. 76% - 100% = Baik Sekali

B. 56% - 75% = Baik

C. 40% - 55% = Cukup

D. 0% - 39% = Kurang

(Arikunto, 1998:246)

Persentase ketercapaian indikator yang ditentukan suatu kelas tuntas belajar bila di kelas terdapat < 85% yang telah mencapai daya serap <65%(Depdikbud, 1994:39)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kemampuan anak dalam pembelajaran mengenakan dan melepas kemeja melalui pelatihan bina diri menunjukkan peningkatan. Hal ini terlihat dari hasil yang diperoleh pada siklus I, setelah pembelajaran mengenakan dan melepas kemeja melalui pelatihan bina diri. Pembelajaran dengan melalui pelatihan bina diri lebih memberikan pengalaman langsung, memotivasi anak, meningkatkan daya serap dan daya ingat anak tunagrahita dalam belajar.

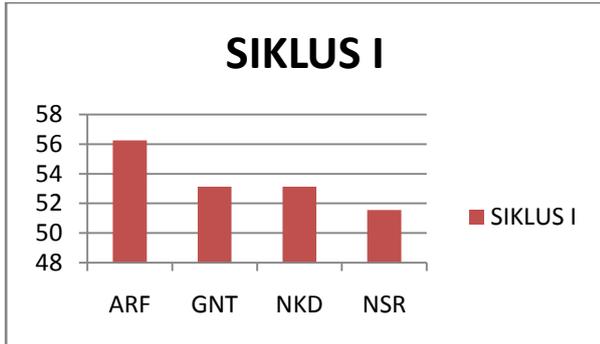
Tabel 4.1

Data Rekapitulasi Hasil Penelitian Mengenakan Dan Melepas Kemeja Melalui Pelatihan Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan Kelas II Di SLB-ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya Pada Siklus

No.	Nama Subyek	Prasiklus	Siklus I Pertemuan I	Siklus I Pertemuan II
	ARF	31,25%	53,13%	59,37%
	GNT	31,25%	50%	56,25%
	NKD	31,25%	50%	56,25%
	NSR	31,25%	46,87%	56,25%
	Rerata	31,25%	50%	57,03%

Grafik 4.2

Rekapitulasi Hasil Penelitian Siklus I tentang Peningkatan Kemampuan Mengenakan dan Melepas Kemeja Melalui Pelatihan Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan Kelas II Di SLB-ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya



Keterangan

1. ARF mendapat nilai 56,25%. ARF dapat memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kemeja sebelah kanan cukup, memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kemeja sebelah kiri kurang, mengancingkan kemeja cukup, melepas kemeja dari sebelah kanan cukup, melepas kemeja dari sebelah kiri dan menarik kemeja juga baik.
2. GNT mendapat nilai 53,13%. GNT dapat memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kemeja sebelah kanan dengan cukup tetapi memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kemeja sebelah kiri cukup, mengancingkan kemeja cukup, melepas kancing cukup, melepas kemeja dari sebelah kanan cukup, melepas kemeja dari sebelah kiri juga cukup.
3. NKD mendapat nilai 53,13%. NKD dapat memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kemeja sebelah kanan dengan cukup tetapi memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kemeja sebelah kiri cukup, mengancingkan kemeja cukup, melepas kancing cukup, melepas kemeja dari sebelah kanan cukup, melepas kemeja dari sebelah kiri juga cukup.
4. NSR mendapat nilai 51,56%. NSR dapat memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kemeja sebelah kanan cukup tetapi memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kemeja sebelah kiri cukup, mengancingkan kemeja cukup, melepas kancing cukup, melepas kemeja dari sebelah kanan cukup, melepas kemeja dari sebelah kiri cukup.

Pada siklus II diadakan perbaikan langkah-langkah pembelajaran. Kegiatan pembelajaran pada siklus ini anak lebih aktif dan merasa senang dengan kegiatan

yang dilaksanakan, lebih senang dengan sesuatu yang bersifat langsung melakukan kegiatan, mengenakan dan melepas kemeja itu sendiri dapat memotivasi anak, meningkatkan daya serap dan daya ingat anak dalam belajar. Perolehan hasil belajar bina diri pada siklus I dan siklus II menunjukkan ada peningkatan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan hasil belajar mengenakan dan melepas kemeja melalui pelatihan bina diri anak tunagrahita ringan kelas II di SLB-ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya.

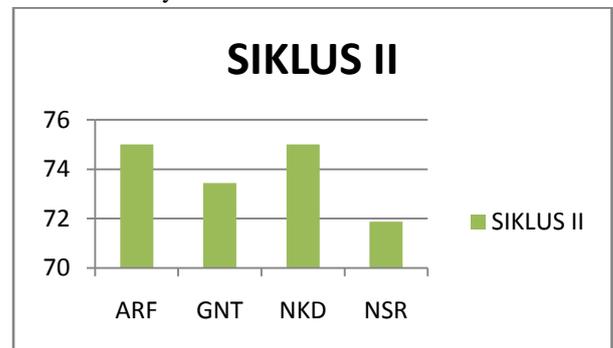
Tabel 4.3

Data Rekapitulasi Hasil Penelitian Mengenakan Dan Melepas Kemeja Melalui Pelatihan Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan Kelas II Di SLB-ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya Pada Siklus

No.	Nama Subyek	Prasiklus	Siklus II Pertemuan 1	Siklus II Pertemuan 2
1.	ARF	31,25%	71,87%	78,13%
2.	GNT	31,25%	71,87%	75%
3.	NKD	31,25%	71,87%	78,13%
4.	NSR	31,25%	68,75%	75%
	Rerata	31,25%	71,09%	76,57%

Grafik 4.3

Rekapitulasi Hasil Penelitian Siklus II Tentang Peningkatan Kemampuan Mengenakan Dan Melepas Kemeja Melalui Pelatihan Bina Diri Pada Anak Tunagrahita Ringan Kelas II Di SLB-ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya



Keterangan:

1. ARF mendapat nilai 75%. ARF dapat memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kemeja sebelah kanan baik sekali, memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kemeja sebelah kiri dengan baik, mengancingkan kemeja cukup, melepas kancing kemeja baik, melepas kemeja dari

- sebelah kanan baik, melepas kemeja dari sebelah kiri baik sekali.
2. GNT mendapat nilai 73,14. GNT dapat memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kemeja sebelah kanan dengan baik sekali, memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kemeja sebelah kiri dengan baik, mengancingkan kemeja baik, melepas kancing kemeja cukup, melepas kemeja dari sebelah kanan baik, melepas kemeja dari sebelah kiri baik.
 3. NKD mendapat nilai 75%. NKD dapat memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kemeja sebelah kanan dengan baik sekali, memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kemeja sebelah kiri dengan baik, mengancingkan kemeja baik, melepas kancing kemeja cukup, melepas kemeja dari sebelah kanan baik, melepas kemeja dari sebelah kiri baik sekali.
 4. NSR mendapat nilai 71,87%. NSR dapat memasukkan tangan kanan ke lubang lengan kemeja sebelah kanan dengan baik sekali, memasukkan tangan kiri ke lubang lengan kemeja sebelah kiri dengan baik, mengancingkan kemeja cukup, melepas kancing kemeja cukup, melepas kemeja dari sebelah kanan baik, melepas kemeja dari sebelah kiri baik sekali.

Dengan demikian hipotesis tindakan yang digunakan bahwa jika pembelajaran mengenakan dan melepas kemeja melalui pelatihan bina diri anak tunagrahita akan meningkat terbukti dan menunjukkan hasil yang meyakinkan. Hasil belajar mengenakan dan melepas kemeja melalui pelatihan bina diri anak tunagrahita ringan kelas II di SLB-ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya selama dilaksanakan tindakan pembelajaran pada siklus I dan siklus II terjadi peningkatan.

PENUTUP

Kesimpulan

Hasil belajar bina diri anak tunagrahita dengan penerapan mengenakan dan melepas kemeja menunjukkan peningkatan hasil belajar yang signifikan, hal ini ditunjukkan dari peningkatan hasil belajar prasiklus, siklus I dan siklus II. Setelah menerapkan latihan mengenakan dan melepas kemeja dalam pembelajaran bina diri anak tunagrahita maka minat dan motivasi serta perhatian anak untuk belajar bina diri menjadi lebih baik, selain itu anak tunagrahita tidak mudah bosan dan senang dalam melaksanakan pembelajaran bina diri.

Adanya peningkatan hasil belajar bina diri dari rerata prasiklus 31,25%, siklus I menjadi 53,51%, pada siklus II meningkat menjadi 73,83%. Dari hasil belajar bina diri yang diperoleh menunjukkan bahwa pembelajaran mengenakan dan melepas kemeja melalui pelatihan bina diri dapat meningkatkan hasil belajar bina diri anak tunagrahita yang sesuai dengan indikator keberhasilan tindakan sebesar 70 %

Saran

Dari hasil kesimpulan tersebut disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Untuk orang tua agar membiasakan anak untuk mengenakan dan melepas kemeja sendiri
2. Guru hendaknya selalu memberikan pelatihan bina diri secara terus menerus dan berulang-ulang sehingga diharapkan anak mampu untuk mengenakan dan melepas kemeja tanpa bantuan orang lain.
3. Kegiatan mengenakan dan melepas kemeja melalui pelatihan bina diri dapat dilanjutkan di SLB – ABC Purna Yuda Bhakti Surabaya untuk lebih optimal karena untuk memperoleh hasil yang maksimal perlu diberikan latihan yang berulang-ulang.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, Moh. 1995. *Ortopedagogik Anak Tunagrahita*. Bandung: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Delphi Bandi. 2006. *Pembelajaran Anak Tunagrahita*. Bandung: PT. Adi Tama.
- Desy Anwar. 2003. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Terbaru*. Surabaya: Amelia.
- Direktorat Jendral pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan Nasional, 2010 Sertifikasi Guru Dalam Jabatan
- Erryza Susilo, SS. 2007. *Panduan Aneka Keterampilan*. Jakarta: Gramedia.
- Fatmawainativ.blogspot.com/2012/04/Pengertian & baju-kemeja.html

Fashionpria.com/info/6-bagian – penting – pada – kemeja

MeoleongML. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung :PT. Remaja Rosda Karya.

Robertus A. dan A. Kosasih.2007.*Optimalisasi Media Pembelajaran*.Jakarta: PT. Grasindo.

Somantri. 2005. *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT. Refika Aditama. Sudjana, 2008. *Metode Statistika*. Bandung: PT. Tarsito

Sutjihati, S. 2006. *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Tim Prima Pena. 2005. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*.Jakarta :Gitamedia Press.

Universitas Negeri Surabaya, 2006.Panduan Penulisan dan Penilaian Skripsi Universitas Negeri Surabaya.

Zaenal, A. 2008.*Penelitian Tindakan Kelas*.Bandung :Krama Widya.

<http://www.infokmu.com/2013/06/apa-itu-program-bina-diri.html?m=1>, (online) yang diakses tanggal 06 Oktober 2013

<http://speciaineededucation.blogspot.com/2008/12/bina-diri-dan-gerak-bagi-anak-yang.html> , (online) yang diakses tanggal 25 Desember 2008

<http://dikakurniasih.blogspot.com/2013/06/binadiri-untuk-anak-berkebutuhan-khusus.html?m=1> (online) yang diakses tanggal 25 Juni 2013