

MENINGKATKAN KEMANDIRIAN MELALUI PEMBELAJARAN BINA DIRI PADA SISWA TUNAGRAHITA SEDANG DALAM MEMAKAI BAJU DI KELAS I SLB NEGERI NANGA PINOH

Natalia¹, Asep Eka Nugraha², Indria Susilawati³

¹STKIP Melawi

Alamat Jalan RSUD Melawi KM. 04 Nanga Pinoh , Melawi, 78672, Kalbar
natalia71@guru.sd.belajar.id

Article info:

Received: 30 October 2025, Reviewed 30 October 2025, Accepted: 31 October 2025

DOI: 10.46368/bjpd.v6i2.4674

Abstract : This research aims to increase the independence of moderately mentally retarded students in dressing through self-development learning in class I SLB Negeri Nanga Pinoh. The method used in this research is Classroom Action Research (CAR), which was carried out in two cycles. Data collection in this research was carried out through observation sheets, questionnaires, field notes and test results. The stages in this research include observation, pre-action research, cycle 1 research and cycle 2 research. In the pre-action research, 55.66% of students were able to complete the task of dressing well. The results of the research in the first cycle showed an increase, namely 63.33% of students who were able to complete the task of dressing well, an increase of 7.67% from the pre-action research. After implementing improvements in the second cycle, including the use of more interactive learning media and practical exercises, the percentage of student success increased to 90% of students who were able to complete the task of dressing well, an increase of 22.67% from cycle 1 research. Students showed increased motivation and active participation in the process learning.

Keywords: Independence, Self-Development Learning, Mentally Disabled Students

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian siswa tunagrahita sedang dalam berpakaian melalui pembelajaran bina diri di kelas I SLB Negeri Nanga Pinoh. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang dilaksanakan dalam dua siklus. Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dilakukan melalui lembar observasi, angket, catatan lapangan, dan hasil tes. Tahapan dalam penelitian ini meliputi pengamatan, penelitian pra Tindakan, penelitian siklus 1 dan penelitian siklus 2. Pada penelitian pra Tindakan memperoleh hasil 55.66% siswa yang mampu menyelesaikan tugas berpakaian dengan baik. Hasil penelitian pada siklus pertama menunjukkan peningkatan yaitu 63.33% siswa yang mampu menyelesaikan tugas berpakaian dengan baik naik 7.67% dari penelitian pratindakan. Setelah menerapkan perbaikan pada siklus kedua, termasuk penggunaan media pembelajaran yang lebih interaktif dan latihan praktis, persentase keberhasilan siswa meningkat menjadi 90% siswa yang mampu menyelesaikan tugas berpakaian dengan baik naik 22.67% dari penelitian siklus 1. Siswa menunjukkan peningkatan motivasi dan partisipasi aktif dalam proses pembelajaran.

Kata Kunci: Kemandirian, Pembelajaran Bina Diri, Siswa Tunagrahita

Pendidikan khusus merupakan pendidikan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental, sosial, dan atau memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa (Pasal 32 (1) UU No. 20 tahun 2003). Lembaga Pendidikan ABK adalah lembaga pendidikan yang bertujuan membantu peserta didik yang menyandang kelainan fisik atau mental, perilaku dan sosial agar mampu mengembangkan sikap pengetahuan dan keterampilan sebagai pribadi maupun anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam sekitar serta dapat mengembangkan kemampuan dalam dunia kerja atau mengikuti pendidikan lanjutan.

Kurniawan, E. (2012) mendefenisikan bahwa pendidikan khusus perlu diberikan kepada anak berkebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki beragam kondisi fisik, emosional maupun mental yang memerlukan layanan pendidikan khusus. Salah satu jenis anak

berkebutuhan khusus adalah anak tunagrahita. Tunagrahita adalah anak yang mengalami keterbelakangan mental atau juga dikenal dengan *Intellectual Disability* (ID).

Berdasarkan hasil evaluasi yang tertuang dalam Alat Penilaian Kemampuan Guru (APKG), terlihat bahwa pembelajaran di SLB Negeri Nanga Pinoh sudah berjalan dengan baik, khususnya pada materi bina diri untuk mengenalkan bagian-bagian baju kepada siswa tunagrahita sedang. Namun, masih ada ruang untuk peningkatan, terutama dalam penggunaan media pembelajaran yang lebih menarik dan bervariasi, seperti video yang dapat membantu visualisasi anak dalam memahami materi. Siswa di SLB membutuhkan pendekatan yang efektif agar mereka dapat mengembangkan keterampilan dasar secara mandiri. Melalui peningkatan dalam metode dan media pembelajaran, diharapkan hasil pembelajaran dapat lebih optimal dalam membangun kemampuan bina diri anak.

SLB Negeri Nanga Pinoh, siswa kelas I yang memiliki tunagrahita sedang memerlukan

bimbingan khusus untuk menguasai keterampilan dasar dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu keterampilan yang sangat penting adalah kemampuan untuk memakai pakaian secara mandiri. Keterampilan ini bukan hanya sekedar aktivitas fisik, melainkan juga berkaitan dengan pengembangan rasa percaya diri dan kemandirian siswa. realitas di lapangan menunjukkan bahwa banyak siswa tunagrahita sedang di kelas I SLB Negeri Nanga Pinoh masih mengalami kesulitan dalam mengenakan pakaian secara mandiri. Mereka sering kali memerlukan bantuan dari guru atau orang lain untuk melaksanakan tugas ini. Ketergantungan ini dapat menghambat perkembangan kemandirian mereka dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan sebuah pendekatan pembelajaran yang efektif dalam mengajarkan keterampilan bina diri, khususnya dalam memakai baju secara mandiri, bagi siswa tunagrahita sedang. Pendekatan ini diharapkan dapat membantu siswa untuk lebih percaya diri dan mandiri, serta mampu mengurangi

ketergantungan pada bantuan eksternal dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Munawaroh, T. (2019) pembelajaran bina diri yang terstruktur dan terarah sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengenakan pakaian sendiri. Dengan adanya program pembelajaran yang fokus pada keterampilan ini, diharapkan siswa tunagrahita sedang di kelas I SLB Negeri Nanga Pinoh dapat menunjukkan perkembangan yang signifikan dalam kemandirian mereka, yang akan berpengaruh positif pada kehidupan mereka di masa depan. Pembelajaran bina diri di sekolah memegang peranan penting dalam meningkatkan kemandirian bagi anak tunagrahita yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan kecerdasan atau kemampuannya berada dari ukuran normal, sehingga membutuhkan bimbingan khusus. Sularyo, T. S., & Kadim, M. (2016). Retardasi mental adalah keadaan yang menahun dimulai sejak lahir atau masa kanak-kanak dengan ciri khas perkembangan mentalnya

menunjukkan keterlambatan, sehingga kemampuan belajarnya sangat terganggu dan tidak dapat menyesuaikan dirinya dengan norma-norma masyarakat.

Zahro, I. F. (2018) berpendapat bahwa anak tunagrahita perlu diberikan pelayanan, bimbingan, dan pengajaran yang dapat membantu mereka agar dapat menyesuaikan diri di dalam masyarakat meskipun tidak seperti anak normal lainnya, pembelajaran bina diri sangatlah membantu anak yang berkebutuhan khusus sehingga pembelajaran bina diri yang akan diberikan pada anak tuna grahita dititikberatkan pada aspek tentang bantu diri seperti: mandi, berpakaian, berhias, memakai sepatu, dan kebersihan lingkungan sekitar serta penyesuaian sosial di dalam masyarakat dan berkomunikasi dengan orang lain.

Berdasarkan paparan di atas maka penulis ingin meneliti lebih lanjut mengenai kemandirian diri dalam hal memakai baju pada siswa tunagrahita sedang. Oleh karena itu penulis ingin menulis sebuah proposal penelitian yang

berjudul “Meningkatkan Kemandirian Melalui Pembelajaran Bina Diri Pada Siswa Tunagrahita Sedang Dalam Memakai Baju Di Kelas I SLB Negeri Nanga Pinoh”.

Kajian Teori

1. Konsep Kemandirian

a. Definisi Kemandirian

Kowaas, M. (2021) Kemandirian merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting bagi individu. Seseorang dalam menjalani kehidupan ini tidak pernah lepas dari cobaan dan tantangan. Individu yang memiliki kemandirian tinggi relatif mampu menghadapi segala permasalahan karena individu yang mandiri tidak tergantung pada orang lain, selalu berusaha menghadapi dan memecahkan masalah yang ada. Istilah “kemandirian” berasal dari kata dasar “diri” yang mendapat awalan “ke” dan akhiran “an”, kemudian membentuk satu kata keadaan atau kata benda.

Widya, R., (2024) Mendefenisikan bahwa anak mandiri adalah anak yang mampu memenuhi kebutuhannya, baik berupa kebutuhan naluri maupun

kebutuhan fisik, oleh dirinya sendiri secara bertanggung jawab tanpa bergantung pada orang lain. Bertanggung jawab dalam hal ini berarti mengaitkan kebutuhannya dengan kebutuhan orang lain dalam lingkungannya yang sama-sama harus dipenuhi.

Secara singkat dapat disimpulkan bahwa kemandirian mengandung pengertian:

- 1) Suatu kondisi dimana seseorang memiliki hasrat bersaing untuk maju demi kebaikan dirinya.
- 2) Mampu mengambil keputusan dan inisiatif untuk mengatasi masalah yang dihadapi.
- 3) Memiliki kepercayaan diri dan melaksanakan tugas-tugasnya.
- 4) Bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya.

b. Pentingnya Kemandirian Untuk Siswa Tunagrahita

Widya (2024) menyatakan cara untuk menumbuh kembangkan sikap mandiri pada diri anak yang pertama ialah dengan mengembangkan kreativitas pada

diri anak. Jangan pernah melarang anak untuk mencoba hal baru, yang mana orang tua bisa mengamati sebenarnya anak lebih condong menyukai kegiatan apa. Kreatifitas juga dapat dikembangkan dengan mendukung hobi anak, biarkan anak menggeluti hobinya, bantulah anak dan berikan motivasi untuk dirinya. Karena hobi bisa dijadikan sarana untuk menumbuhkan kemandirian pada diri anak. Cara kedua yaitu dengan memperluas networking.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemandirian Kowaas, M. (2021)

Kemandirian perlu dikembangkan sedini mungkin agar anak tidak bergantung berlebihan kepada orang lain. Bagi ABK kemandirian adalah kemampuan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari dan bisa melakukan hal sederhana seperti minum, makan, berpakaian, berpindah tempat dll. Mengingat hambatan yang dimiliki, anak berkebutuhan khusus sudah dikatakan mandiri jika mampu melakukan hal-hal tersebut tanpa bantuan orang lain dan cukup

mandiri jika mampu melakukan hal tersebut dengan sedikit bantuan orang lain.

Muhammad, M. (2021) Guru atau orang tua perlu melakukan bimbingan yang sesuai dengan masalah anak. Bimbingan yang diajarkan ada dua jenis yakni: 1. *Indoor*, 2. *outdoor*. *Indoor* berfokus untuk melatih motorik halus anak yang mana berguna bagi anak untuk mandiri minum, mandiri makan dan lain-lain sedangkan bimbingan *outdoor* melatih motorik kasar anak yang berguna bagi anak berpindah tempat secara mandiri misalnya ke toilet. Dalam bimbingan, komunikasi orang tua dan guru sangat diperlukan dalam memantau perkembangan anak. Perlu diadakan pertemuan untuk melihat sejauh mana perkembangan anak. Disamping itu juga bermanfaat untuk melihat mana yang belum tercapai dan mana yang telah tercapai.

2. Pembelajaran Bina Diri

Taboer dan Wuryani (2019) Pendidikan bina diri merupakan pendidikan yang diberikan kepada siswa berkebutuhan khusus agar tidak

tergantungan kepada orang lain dalam hal merawat dan mengurus dirinya sendiri. Siswa tunagrahita dengan rendahnya tingkat kecerdasan yang dimilikinya mengakibatkan mereka tidak mampu mengurus diri mereka yang berkaitan dengan aktivitas hidup sehari-hari. Program bina diri dalam kurikulum Sekolah Luar Biasa (SLB) disebut program khusus ini diperuntukkan bagi anak berkebutuhan khusus dan program khusus ini tidak tercantum pada kurikulum sekolah umum. Dengan demikian program khusus ini merupakan ciri khas dalam pendidikan khusus, artinya pembelajaran bina diri adalah pembelajaran yang sangat dibutuhkan oleh anak berkebutuhan khusus terutama bagi anak yang mengalami ketunanetraan, ketunagrahitaan, ketunadaksaan dan autisme.

Bina diri merupakan roh dari pelayanan pendidikan anak berkebutuhan khusus, dengan kata lain tanpa pelayanan pendidikan bina diri maka layanan khusus kehilangan maknanya, (Sudrajat & Rosida, 2019). menuliskan bahwa kegiatan bina diri bertujuan agar peserta didik

tunagrahita dapat menyesuaikan diri dalam situasi pergaulan sosial dan dapat melakukan aktivitas yang bermanfaat bagi dirinya dan bagi lingkungan. (Sulastri., 2022)

3. Anak Tunagrahita

Menurut Maranata, (2023) ABK ialah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi, atau fisik. Menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia 2013, menjelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah: “Anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaannya, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya”. Dalam pendidikan luar biasa atau pendidikan khusus anak berkelainan, istilah penyimpangan secara eksplisit ditujukan kepada anak yang dianggap memiliki kelainan penyimpangan dari kondisi rata-rata anak normal pada umumnya, baik dalam hal fisik, mental, maupun

karakteristik perilaku sosialnya atau anak yang berbeda dari rata-rata umumnya, disebabkan ada permasalahan dalam kemampuan berpikir, pendengaran, penglihatan, sosialisasi, dan bergerak.

Berdasarkan pengertian tersebut, anak yang dikategorikan memiliki berkebutuhan khusus yaitu Disleksia learning (kesulitan belajar), ADHD (sulit fokus), Autisme (gangguan saraf), Speech Delay (keterlambatan berbicara), Down Syndrom (keterbelakangan fisik dan mental), Tuna Grahita (kelainan dibawah rata-rata – IQ), Tuna Rungu (kelainan indra pendengaran). (Saputri., 2023).

METODOLOGI PENELITIAN

Metode Penelitian

Menurut Sugiyono (2019:40), Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah suatu metode penelitian yang dilakukan untuk memperbaiki praktik pembelajaran di dalam kelas melalui tindakan-tindakan yang terencana dan reflektif. PTK dirancang untuk mengatasi masalah yang muncul dalam proses pembelajaran dengan cara melibatkan guru dan siswa secara aktif dalam perencanaan, pelaksanaan,

dan evaluasi tindakan. Metode ini terbagi dalam beberapa siklus yang masing-masing terdiri dari empat tahap utama: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi.

Pada tahap perencanaan, peneliti bersama dengan praktisi pendidikan (misalnya guru) merumuskan masalah yang dihadapi dan menyusun rencana tindakan yang akan diterapkan di kelas. Rencana ini mencakup tujuan yang ingin dicapai, langkah-langkah yang harus dilakukan, serta metode evaluasi untuk mengukur keberhasilan tindakan.

Tahap pelaksanaan adalah implementasi dari rencana yang telah disusun. Selama pelaksanaan, tindakan yang dirancang dilaksanakan di kelas dengan melibatkan siswa dalam proses belajar mengajar. Selama pelaksanaan ini, data dikumpulkan melalui observasi langsung untuk memantau efektivitas dan respons siswa terhadap tindakan yang diterapkan. Tahap observasi melibatkan pengumpulan data dan informasi untuk mengevaluasi hasil dari tindakan yang telah diterapkan.

Observasi ini bertujuan untuk menilai seberapa efektif tindakan yang

dilakukan dalam mengatasi masalah dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Terakhir, pada tahap refleksi, peneliti bersama dengan guru mengevaluasi data yang telah dikumpulkan untuk menentukan keberhasilan tindakan serta mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan dari tindakan tersebut. Berdasarkan hasil refleksi, peneliti dapat merencanakan tindakan selanjutnya atau melakukan perbaikan pada siklus berikutnya (Sugiyono, 2019:40),

1. Pendekatan Penelitian

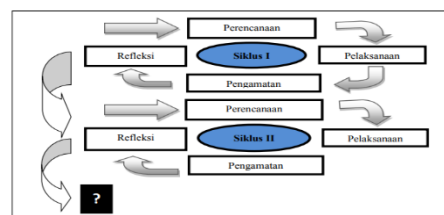
Menurut Sugiyono (2019, hal. 45), pendekatan penelitian kualitatif dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) berfokus pada pemahaman mendalam terhadap praktik dan proses pembelajaran dalam konteks kelas. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi dan menganalisis fenomena pendidikan secara holistik, dengan menekankan pada pengalaman, persepsi, dan interaksi antara guru dan siswa. Dalam PTK, data kualitatif dikumpulkan melalui teknik seperti observasi langsung, wawancara mendalam, dan studi dokumen, yang membantu

peneliti memahami dinamika yang terjadi selama implementasi tindakan pembelajaran.

Sugiyono menjelaskan bahwa pendekatan ini memberikan fleksibilitas dalam merancang dan mengadaptasi tindakan berdasarkan temuan awal, serta memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi dan mengatasi masalah secara responsif. Analisis data dalam PTK bersifat induktif, di mana peneliti mengidentifikasi pola, tema, dan makna dari data yang diperoleh untuk merumuskan perbaikan praktis.

Desain Penelitian

Rancangan merupakan model dasar yang kemudian dikembangkan oleh ahli-ahli lain. Penelitian tindakan, menurut Sugiyono (2019:40), terdiri dari empat komponen kegiatan yang dipandang sebagai satu siklus, yaitu: perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Digambarkan dalam sebuah bagan, model ini tampak sebagai berikut.



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan

Sumber :

<https://www.kajianpustaka.com/2019/03/penelitian-tindakan-kelas-ptk.html>

Pada awalnya proses penelitian dimulai dari perencanaan, namun karena ke empat komponen tersebut berfungsi dalam suatu kegiatan yang berupa siklus, maka untuk selanjutnya masing-masing berperan secara berkesinambungan.

Tempat dan Waktu Penelitian

1. Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan peneliti untuk penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal dikeluarkannya ijin penelitian dalam kurun waktu kurang lebih 2 (dua) bulan, 1 bulan pengumpulan data dan 1 bulan pengolahan data yang meliputi penyajian dalam bentuk skripsi dan proses bimbingan berlangsung.

2. Tempat Penelitian

Tempat pelaksanaan penelitian ini adalah di SLB Negeri Nanga Pinoh Kecamatan Nanga Pinoh, Kabupaten Melawi, Provinsi Kalimantan Barat.

Subjek dan Objek Penelitian

Sugiyono (2019:80) menyebutkan ada dua hal yang mendasar yang dijadikan sebagai sumber data utama selain sumber data yang lainnya yaitu subjek dan objek penelitian. Subjek penelitian merupakan bagian dari berapa objek yang diambil dan dijadikan bahan untuk penelitian. Sementara objek penelitian adalah seluruh bagian dari subjek yang akan diteliti atau kumpulan dari beberapa objek menjadi satu bagian.

Subjek penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas I SLB Negeri Nanga Pinoh Tahun Pelajaran 2023 /2024 terdiri dari 2 siswa. Dan objek dalam penelitian ini adalah meningkatkan kemandirian melalui pembelajaran bina diri dalam memakai baju.

Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi menurut Sugiyono (2019), menyatakan bahwa melalui observasi peneliti belajar tentang perilaku dan makna dari perilaku secara langsung dilokasi untuk mengetahui apa yang terjadi dan membuktikan kebenaran dari penelitian yang akan dilakukan.

Menurut Nasution dalam Sugiyono (2020:109) observasi adalah kondisi dimana dilakukannya pengamatan secara langsung oleh peneliti agar lebih mampu memahami konteks data dalam keseluruhan situasi sosial sehingga dapat diperoleh pandangan yang holistik (menyeluruh).

2. Catatan lapangan

Menurut Esterberg dalam Sugiyono (2020:114) wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Catatan lapangan berisi kesan dan penafsiran penelitian dalam bentuk naratif deskriptif. Catatan lapangan mendeskripsikan tentang kegiatan siswa maupun guru di awal hingga akhir pembelajaran. Catatan lapangan digunakan untuk mencatat segala kejadian selama proses pembelajaran berlangsung yang tidak terekam dalam lembar observasi.

3. Dokumentasi

Menurut Sugiyono (2020:124) dokumentasi merupakan pengumpulan dari catatan peristiwa yang sudah berlaku baik berbentuk

tulisan, gambar/foto atau karya-karya monumental dari seseorang/instansi.

Dokumentasi digunakan untuk menjangkau data tentang kehadiran siswa, nilai ulangan siswa, nilai tugas siswa dan lain-lain yang hubungannya dengan penelitian. Dokumentasi-dokumentasi tersebut diperoleh dari kegiatan-kegiatan di lapangan.

Teknik Analisis Data

Analisis data difokuskan pada sasaran/variabel/objek yang akan diperbaiki/ ditingkatkan, misalnya tentang kesiapan peserta didik dalam mengikuti pelajaran, frekuensi dan kualitas pertanyaan, cara menjawab dan penalarannya, kualitas kerjasama kelompok, aktivitas, partisipasi, motivasi, minat, konsep diri, berpikir kritis, kreativitas, kemandirian, dan lain-lain. Data dapat berupa angka maupun non-angka (kalimat atau kata-kata), yang dapat dianalisis deskriptif dan sajian visual yang menggambarkan bahwa tindakan yang dilakukan dapat menimbulkan adanya perbaikan, peningkatan, dan atau perubahan ke arah yang lebih baik jika dibandingkan keadaan sebelumnya. Pada umumnya analisis kualitatif terhadap data PTK dapat

dilakukan dengan tahap-tahap: menyeleksi, menyederhanakan, mengklasifikasi, memfokuskan, mengorganisasi (mengaitkan gejala secara sistematis dan logis), membuat abstraksi atas kesimpulan makna hasil analisis. Data kualitatif bersifat ekstensif dan terperinci dan karena itu panjang. Oleh karena itu, analisis data kualitatif bersifat spesifik, terutama untuk meringkas dan menggabungkan informasi ke dalam suatu aliran analisis yang mudah dipahami oleh pihak lain. Sifat informasi ini berbeda dengan informasi kuantitatif yang dapat disajikan secara relatif lebih sistematis, baku dan ringkas (Rijali 2019). Model analisis ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Siklus Penelitian Tindakan

Sumber : <https://fatkhan.web.id/teknik-analisis-data-dalam-penelitian-tindakan-kelas-ptk>

Gambar tersebut memperlihatkan sifat interaktif pengumpulan data dengan analisis data, pengumpulan data merupakan bagian integral dari

kegiatan analisis data. Reduksi data adalah upaya menyimpulkan data, kemudian memilah-milah data dalam satuan konsep tertentu, kategori tertentu, dan tema tertentu (Rijali 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian siswa tunagrahita sedang di kelas I SLB Negeri Nanga Pinoh melalui pembelajaran bina diri, khususnya dalam memakai baju. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang melibatkan beberapa instrumen pengumpulan data, yaitu lembar observasi, kuisioner/angket, catatan lapangan, tes, dan dokumentasi. Setiap instrument memiliki peran yang spesifik dalam mengukur dan memantau perkembangan siswa serta keterlibatan guru dalam proses pembelajaran.

Pada penelitian pra Tindakan, data menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam berpakaian secara mandiri masih berada pada level yang rendah, dengan rata-rata persentase

keberhasilan hanya mencapai 55.66%.

Pada siklus pertama, data menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam berpakaian secara mandiri masih berada pada level yang rendah, dengan rata-rata persentase keberhasilan hanya mencapai 63.33%. Pengamatan selama pembelajaran menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan dalam langkah-langkah berpakaian, seperti mengancing baju atau memilih baju yang sesuai. Suasana kelas juga dinilai kurang kondusif, di mana banyak siswa yang tidak bersemangat dan membutuhkan bantuan dari guru untuk menyelesaikan tugas.

Hasil dari siklus kedua menunjukkan peningkatan yang signifikan. Rata-rata persentase keberhasilan siswa dalam menyelesaikan tugas berpakaian secara mandiri meningkat menjadi 90%. Suasana kelas menjadi lebih dinamis, dengan siswa yang lebih aktif berpartisipasi dan menunjukkan rasa percaya diri yang lebih tinggi. Mereka tampak lebih bersemangat dan lebih banyak melakukan praktik tanpa bantuan dari guru.

Pada siklus kedua, hasil observasi menunjukkan bahwa siswa tidak hanya lebih aktif tetapi juga lebih mandiri dalam mengatasi tantangan berpakaian. Mereka mulai berinisiatif untuk mencoba berpakaian sendiri tanpa menunggu instruksi dari guru, yang menunjukkan peningkatan dalam kemandirian dan rasa percaya diri mereka.

Penelitian oleh Kurniawan et al. (2020) juga mendukung temuan ini, yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman dapat meningkatkan kemandirian siswa dalam belajar.

Berdasarkan hasil penelitian pratindakan, siklus pertama dan kedua, dapat dilihat bahwa penerapan strategi yang lebih baik dalam siklus kedua berhasil meningkatkan motivasi dan kemampuan siswa. Penggunaan media pembelajaran yang bervariasi terbukti efektif dalam menarik perhatian siswa. Penelitian oleh Hidayati (2022) juga menekankan bahwa media yang relevan dan menarik dapat meningkatkan keterlibatan siswa

dalam pembelajaran, yang berdampak positif pada hasil belajar.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemandirian siswa tunagrahita sedang dalam memakai baju setelah menerapkan pembelajaran bina diri di kelas I SLB Negeri Nanga Pinoh. Pada penelitian pra Tindakan hanya memperoleh 55.66% siswa yang mampu berpakaian dengan baik. Pada siklus pertama, hanya sebagian kecil siswa yang mampu berpakaian dengan baik dengan persentase 63.33% naik 7.67%% dari penelitian pra tindakan. Namun, setelah penerapan metode yang lebih terstruktur dan penggunaan media pembelajaran yang relevan, siswa menunjukkan kemajuan yang jelas pada siklus kedua yaitu mencapai 90% naik 26.67% dari hasil penelitian siklus 1.

Siswa menjadi lebih aktif, termotivasi, dan berinisiatif dalam menyelesaikan tugas berpakaian secara mandiri. Hasil ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan yang tepat dalam mendidik anak tunagrahita, serta

perlunya pengembangan metode dan media yang inovatif untuk meningkatkan kemandirian siswa dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayati, R. (2022). "The Role of Relevant Media in Enhancing Student Engagement." *Journal of Educational Technology*, 10(1), 45-52.
- Kurniawan, A., (2020). "The Impact of Experiential Learning on Student Independence." *International Journal of Learning and Development*, 8(2), 75-83.
- Kowaas, M. (2021). Penggunaan Metode Analisis Tugas dalam Meningkatkan Kemampuan Bina Diri Berpakaian Seragam pada Anaktunagrahita Sedang di SLB YPAC Manado. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(2), 472-477.
- Muhammad, M. (2021). Peningkatan Keterampilan Bina Diri Mengancing Baju Pada Murid Tunagrahita Sedang Melalui Media Model Bantal Berkacing Lengan Pendek Kelas Vi C Di Slb Negeri 1 Barru (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR).
- Munawaroh, T. (2019) 'Peningkatan Kemampuan Pengembangan Diri Dalam Memakai Baju Melalui Teknik Shaping Pada Siswa Tunagrahita Ringan Kelas IV SLB Korpri Kauman', *Jurnal Pena SD*, 05(01), pp. 53–61.
- Nurjanah, S., Nurrohmah, E., & Zahro, I. F. (2018). Meningkatkan Kemampuan Keaksaraan Awal Anak Usia Dini Melalui Media Animasi. *Jurnal Ceria*, 1(1), 393-398.
- Saputri, Maya Aprilia, Nansi Widiyanti, Siska Ayu Lestari, and Uswatun Hasanah. 2023. "Ragam Anak Berkebutuhan Khusus." *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 4 (1): 38–53. <https://jurnal.unibrah.ac.id/index.php/JIWP>.
- Sudrajat, D. and Rosida, L. (2019) Pendidikan Bina Diri Anak Berkebutuhan Khusus. Jakarta: PT Luxima Metro Media.
- Sugiyono. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D. Bandung: ALFABETA
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sularyo, T. S., & Kadim, M. (2016). Retardasi Mental. *Sari Pediatri*, 2(3), 170. <https://doi.org/10.14238/sp2.3.2000.170-7>
- Sulastri, S., Tambunan, W., & Limbong, M. (2022). Evaluasi Program Pembelajaran Bina

- Diri Anak Tunagrahita Di
Smalb Santa Lusia Bekasi
Kelas Xii Pada Masa Pandemi
Covid-19. *Jurnal Manajemen
Pendidikan*, 11(1), 43–51.
[https://doi.org/10.33541/jmp.
v11i1.4129](https://doi.org/10.33541/jmp.v11i1.4129)
- Taboer, A. dan Wuryani (2019).
Modul PPG Program Studi
PLB Kegiatan 2: Program
Pengembangan Diri.
Kementrian Riset, Teknologi
dan Pendidikan Tinggi
- Widya, R., Rozana, S., Harahap, M.
Y., & Panggabean, N. (2024).
Penerapan Teknik Modelling
Dalam Pembinaan Diri Untuk
Meningkatkan Kemandirian
Anak Tunagrahita Di Slb C
Muzdalifah Medan. *Jurnal
Review Pendidikan dan
Pengajaran (JRPP)*, 7(2),
3420-3426.