

**PROGRAM BINA DIRI UNTUK MENGEMBANGKAN RESILIENSI
SISWA TUNAGRAHITA KELAS XII DI SLB PURBA ADHI SUTA
PURBALINGGA**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri
Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :
ICHA MAHESA
2017101093

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UIN PROF. K. H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Icha Mahesa

NIM : 2017101093

Jenjang : S1

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : **Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita Kelas XII Di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga**

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil atau karya sendiri, kecuali bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 04 Maret 2024
Penulis



Icha Mahesa
NIM. 2017101093



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul:

**PROGRAM BINA DIRI UNTUK MENGEMBANGKAN RESILIENSI SISWA TUNAGRAHITA KELAS XII
DI SLB PURBA ADHI SUTA PURBALINGGA**

Yang disusun oleh Icha Mahesa NIM. 2017101093 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari Senin tanggal **24 Juni 2024** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos)** dalam **Bimbingan dan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Nur Azizah, M.Si
NIP.197902172009121003

Sekretaris Sidang/Penguji II

Zahratika Zulafi, M. Si
NIP. 19930716202012 2 018

Penguji Utama

Dr. Alief Budiyo, M. Pd
NIP. 197902172009121003

Mengesahkan,
Purwokerto, ..08..Juli 2024



Dekan,

Dr. Muskinul Fuad, M.Ag.
NIP.19741226 200003 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah
UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri
Di Purwokerto

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melakukan bimbingan, arahan, telaah, dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari:

Nama : Icha Mahesa
NIM : 2017101093
Jenjang : S1
Fakultas/Jurusan : Dakwah/Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita Kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dosen Pembimbing



Nur Azizah, M.Si.

NIP 19810117 200801 2 010

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

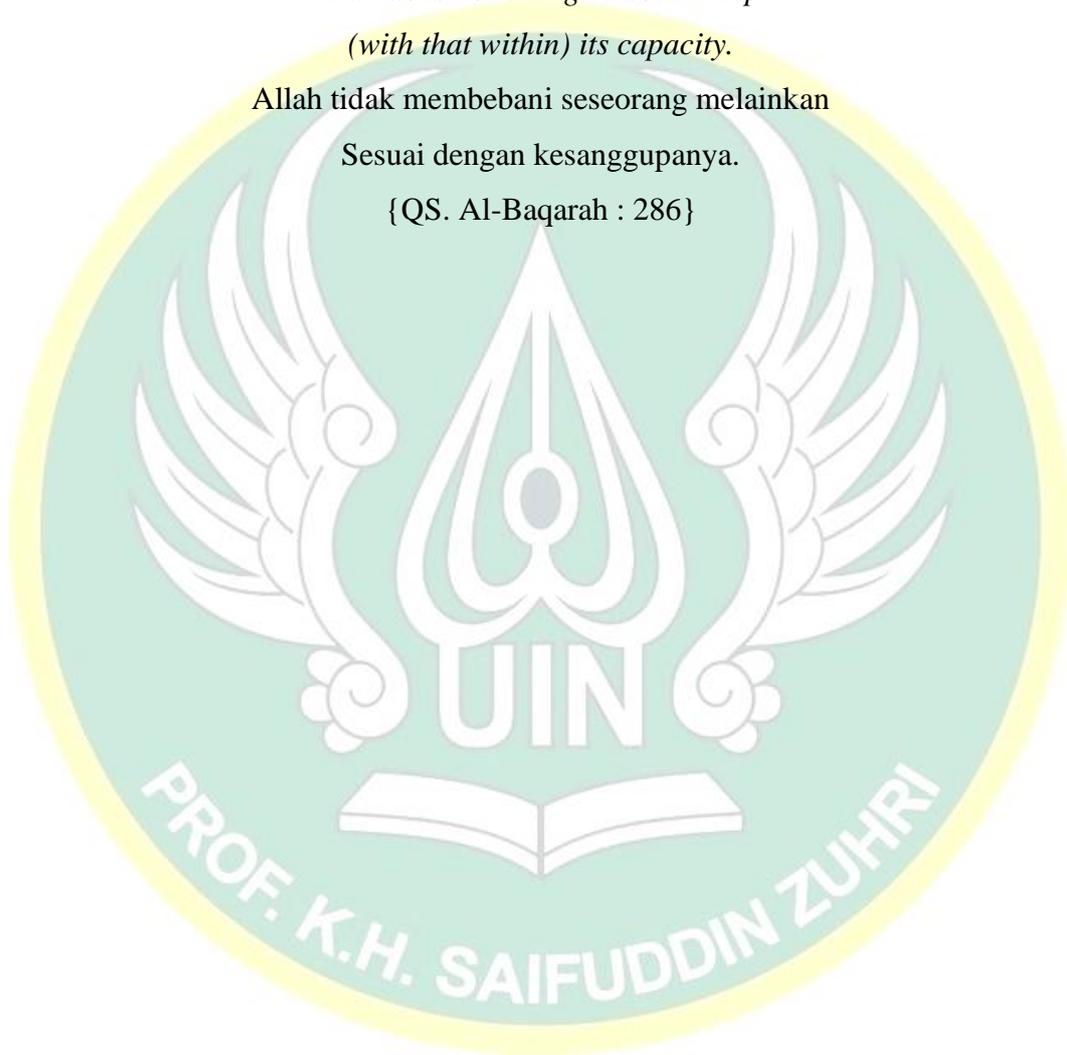
Allah does not charge a soul except

(with that within) its capacity.

Allah tidak membebani seseorang melainkan

Sesuai dengan kesanggupannya.

{QS. Al-Baqarah : 286}



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan anugrah dan hidayahNya sehingga dapat terselesaikan skripsi ini. Dalam penyusunan skripsi ini tentunya terdapat banyak pihak yang memberikan dukungan, dorongan, bantuan, dan bimbingan. Oleh karenanya, skripsi ini merupakan wujud apresiasi atau kado special yang kupersembahkan untuk:

Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, almamater yang kucintai dan banggakan. Tempat di mana saya menimba ilmu dan meraih mimpi. Semoga ilmu yang saya dapatkan dari sini membawa banyak manfaat bagi masyarakat, bangsa dan Negara. Terimakasih atas bimbingan, dukungan serta inspirasi yang telah diberikan selama ini.



**PROGRAM BINA DIRI UNTUK MENGEMBANGKAN RESILIENSI
SISWA TUNAGRAHITA KELAS XII DI SLB PURBA ADHI SUTA
PURBALINGGA**

Icha Mahesa

NIM. 2017101093

Email : ichamahesa85@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

ABSTRAK

Resiliensi ialah kemampuan dan keinginan individu untuk bisa menghadapi dan mengatasi masalah sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Tunagrahita adalah seseorang yang memiliki keterbelakangan mental atau terdapat gangguan intelektual, sehingga mereka tidak bisa menyesuaikan diri dengan norma sosial yang berlaku, mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari serta dalam mengembangkan potensi seperti anak normal pada umumnya mengalami banyak hambatan dan rintangan.

Bina diri merupakan salah satu program yang diberikan oleh guru kepada anak berkebutuhan khusus guna memberikan pelatihan dan pembinaan tentang aktivitas sehari-hari di Sekolah Luar Biasa (SLB). Bina diri di sini ialah bina diri yang membantu pembinaan dan pengembangan diri anak berkebutuhan khusus tunagrahita untuk meningkatkan kemandirian anak mulai dari pengembangan aspek emosional, sosial, ketrampilan, pemahaman diri serta akademik. Oleh karena itu anak tunagrahita sangat membutuhkan bimbingan resiliensi tunagrahita melalui program bina diri guna mengembangkan potensi yang dimiliki secara mandiri serta sebagai bekal pengetahuan di masa depan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi yang dialami oleh siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga hingga tercapainya resiliensi untuk siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga. Peneliti menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan jenis penelitian di lapangan dengan mengambil lokasi di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga. Adapun data yang diperoleh dari observasi, wawancara serta dokumentasi.

Hasil dari penelitian ini adalah bimbingan pembelajaran program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga berjalan dengan baik dan maksimal. Siswa tunagrahita dapat memahami, mengerti serta mampu mempraktikkan secara langsung materi yang telah dijelaskan dan diberikan oleh guru dengan mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci : *Bina Diri, Resiliensi, Tunagrahita*

**PROGRAM BINA DIRI UNTUK MENGEMBANGKAN RESILIENSI
SISWA TUNAGRAHITA KELAS XII DI SLB PURBA ADHI SUTA
PURBALINGGA**

Icha Mahesa

NIM. 2017101093

Email : ichamahesa85@gmail.com

Islamic Guidance and Counseling Study Program

State Islamic University Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

ABSTRAK

Resilience is an individual's ability and desire to be able to face and overcome problems on their own without depending on other people. Mentally retarded is someone who has mental retardation or there is a disturbance in intellectual development, so that they cannot adapt to applicable social norms, experience difficulties in carrying out daily activities and in developing potential like normal children in general experience many obstacles and obstacles so that they need resilience.

Self-development is one of the programs provided by teachers to children with special needs to provide training and guidance regarding daily activities at Special Schools (SLB). Self-development here is self-development that helps develop and develop children with special needs who are mentally retarded to increase children's independence starting from developing emotional, social, skill, self-understanding and academic aspects. Therefore, mentally retarded children really need guidance on mental retardation resilience through self-development programs in order to develop their potential independently and as a means of knowledge for the future.

This research aims to find out and describe a self-development program to develop resilience experienced by mentally retarded students in class XII in SLB Purba Adhi Suta Purbalingga to achieve resilience for mentally retarded students in SLB Purba Adhi Suta Purbalingga. The researcher used a qualitative descriptive method with a type of field research taking place at SLB Purba Adhi Suta Purbalingga. The data was obtained from observation, interviews and documentation.

The results of this research are that the learning guidance for the self-development program to develop the resilience of mentally retarded students at SLB Purba Adhi Suta Purbalingga is running well and optimally. Students with mental retardation can comprehend, comprehend and be able to directly practice the material that has been explained and given by the teacher by developing the abilities that students have in everyday life.

Keywords: *Self-Development, Resilience, Mentally Tuned.*

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Syukur *Alhamdulillah* peneliti ucapkan atas segala anugrah dan nikmatNya sehingga mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita Kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga”. Salam dan sholawat senantiasa disanjungkan kepada Sang Pemimpin Umat Muslim Baginda Rosulillah Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, tabi’in, ulama, serta umat yang patuh mengikuti setiap ajarannya. Semogga kita semua tergolong dalam umat Beliau yang akan mendapatkan syafaatnya kelak di yaumul akhir.

Skripsi yang disusun dan ditujukan ini sebagai salah satu bentuk untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan sekaligus menjadi syarat memperoleh gelar sarjana di Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang tersusun dengan penuh semangat juang. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., Rektor Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
3. Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si., Wakil Dekan I Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
4. Dr. Alief Budiyono, M.Pd., Wakil Dekan II Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
5. Dr. Nawawi, M.Hum., Wakil Dekan III Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
6. Nur Azizah, M.Si., Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, memotivasi, saran, dan arahan kepada penulis

7. Lutfi Faisol, M.Pd., Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
8. Segenap dosen dan staff administrasi Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah membantu penulis dalam masa perkuliahan.
9. Bapak Syaiful Anwar, M.Pd. Selaku kepala sekolah yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga.
10. Orang tua tercinta, Bapak Anang Suryana dan Ibu Eliyah, serta saudaraku Yunia Fitriyaningsih dan Opilia Hidayati. Ucapan terimakasih tak terhingga atas segala kasih sayang, do'a, dukungan, semangat, perhatian dan bantuan materialnya sehingga penulis bisa menyelesaikan studi.
11. Sahabat yang selalu setia menemani, mendengarkan keluh kesah, memberikan semangat dan motivasi, Okta Melisa Nur Hidayah.
12. Abah Ky. Taufiqurrohman dan keluarga besar selaku pengasuh Pondok Pesantren Darur Abror yang telah memberikan do'a dan ilmunya yang berkah.
13. Teman-teman seperjuangan Prodi Bimbingan Konseling Islam 2020.

Tidak ada kata selain ucapan terimakasih, do'a, dan harapan penulis kepada seluruh pihak yang ikut serta membantu dan mendukung dalam penyelesaian skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik dan lancar, semoga kalian semua senantiasa diberikan kesehatan serta kemudahan setiap urusan oleh Allah SWT baik dunia maupun akhirat..amiin

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Purwokerto, 04 Maret 2024

Penulis

Icha Mahesa
NIM. 2017101093

DAFTAR ISI

COVER	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah	7
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	10
F. Kajian Pustaka.....	10
G. Sistematika Pembahasan	12
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Bina Diri	14
1. Definisi Bina Diri	14
2. Tujuan Bina Diri	15
3. Prinsip Dasar Bina Diri	15
4. Metode Pembelajaran Bina Diri	16
5. Ruang Lingkup Bina Diri	17
B. Resiliensi	17
1. Definisi Resiliensi	17
2. Tujuan Resiliensi.....	18
3. Aspek-aspek Resiliensi	19
4. Proses Resiliensi.....	21
5. Faktor Resiliensi.....	21
C. Tunagrahita	22
1. Definisi Tunagrahita.....	22
2. Faktor Penyebab Tunagrahita	23

3. Klasifikasi Tunagrahita	24
4. Cara Pembelajaran Tunagrahita	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	28
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	28
C. Subyek dan Obyek Penelitian	29
D. Sumber Data Penelitian.....	30
E. Metode Pengumpulan Data	30
F. Metode Analisis Data	32

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum SLB Purba Adhi Suta	35
1. Sejarah Berdirinya SLB Purba Adhi Suta	35
2. Visi dan Misi	36
B. Penyajian Data	37
C. Analisis Data	61

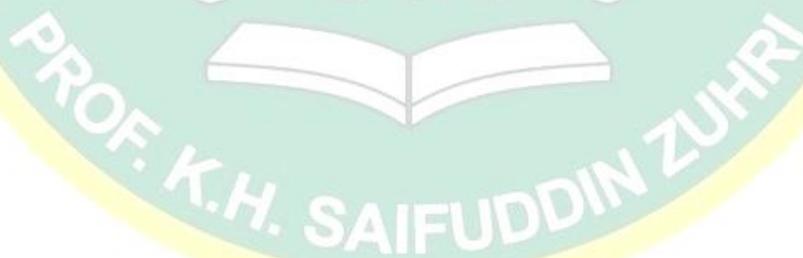
BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	71
B. Saran	72

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tantangan kehidupan semakin hari semakin besar, baik dari segi ragam maupun intensitasnya. Kehidupan banyak menuntut seseorang untuk bersaing, tetapi di saat yang sama juga memberikan peluang untuk berkerja sama dan berkolaborasi menciptakan tantangan tersendiri. Dalam kehidupan yang penuh akan persaingan dan rintangan, seseorang akan sangat mudah terjebak dalam tekanan, stress, merasa kalah dan gagal, putus aja dan jatuh ketika mengalaminya, namun tidak memutus peluang untuk membalik keadaan atau nasib menjadi bahagia atau mencapai tujuan. Oleh karena itu perlunya memiliki pengetahuan dan kemampuan untuk bisa menghadapi, bertahan atau tidak menyerah serta merespon kegagalan atau permasalahan yang tidak menyenangkan dengan aspek psikologis yang ketiga yaitu resiliensi.¹

Resiliensi adalah kemampuan dan keinginan untuk menghadapi dan mengatasi masalah sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Kemampuan seseorang untuk bertahan dan beradaptasi dengan masalah atau kesulitan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari disebut resiliensi, menurut Reivich dan Shatte.² Bisa juga berarti kemampuan seseorang untuk bangkit dan pulih dari tekanan hidup, belajar dan menemukan hal-hal positif di sekitarnya, yang membantunya mengembangkan semua kemampuannya, bahkan dalam dan di luar kehidupan. Menurut Riza dalam Ayu et al., berbagai aspek pendukung dari orang-orang terdekatnya memengaruhi dinamika resiliensi. Kemampuan

¹ Hendriani, Wiwin, (2018), "*RESILIENSI PSIKOLOGIS*", Jakarta Timur : KENCANA (Prenandamedia Grup)

² Novi Rizani Khomsah, Heru Mugiarto, Kusnarto Kurniawan, (2018), Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa, *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application*, Vol. 7, No. 2, Hlm. 46-53

sosial yang baik dan iman yang kuat.³ Daya tahan yang baik juga dapat dibangun melalui pelatihan, seperti pelatihan bertahan hidup melalui ajaran islam.

Resiliensi memiliki pengertian hampir sama dengan sabar. Sabar merupakan kemampuan untuk menerima ujian atau cobaan yang dialami, sesuai dengan firman Allah SWT dalam surat Al-Baqoroh ayat 155-157 yang berbunyi :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ
(۱۵۵) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ (۱۵۶) أَلَيْكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (۱۵۷)

Artinya :

155. dan kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar.

156. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata "Inna lillaahiwainnailaihiraji'un"

157. mereka itulah yang memperoleh ampunan dan rahmat dari Tuhanya dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.

Allah SWT ber firman dalam ayat diatas bahwa setiap manusia tetap bersabar dalam menerima cobaan dan ujian. Orang sabar dalam ayat ini ialah orang yang mampu mengambil hikmah dan pelajaran dari peristiwa yang dialaminya, serta menjadikanya motivasi untuk selalu melakukan perbaikan diri. Orang yang bersabar ketika menghadapi masalah, ia memiliki kemampuan untuk menemukan solusi dari permasalahannya, dan tidak mudah untuk menyalahkan orang lain atas kejadian atau musibah yang menimpanya. Sabar yang dimaksud diatas juga menjelaskan bahwa jika seseorang ingin menyelesaikan masalah dan penyebab kesedihan dan kesulitannya, maka ia harus selalu bersama Allah dalam setiap langkahnya.

Dalam Tafsir Al-Mishbah, Quraish Shihab mengatakan bahwa sabar berarti menahan diri dari hal-hal yang tidak menyenangkan atau tidak menyenangkan, dan bahwa sabar juga berarti ketabahan atau ketangguhan.

³ Putri Nur Aini, *HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA REMAJA SMP NEGERI DI KECAMATAN NGAMBE*, Universitas Negeri Semarang, Vol. 6, No. 2, Mei 2022

Menurutnya, menghadapi sesuatu yang sulit, berat, dan pahit untuk diterima tetapi harus dipegang dengan penuh tanggung jawab.⁴ Menilik balik mengenai resiliensi, motivasi sangat diperlukan bagi setiap anak atau manusia agar tetap bertahan dan berusaha pada masa sulit yang dihadapinya, sesuai yang dijelaskan pada Al-Qur'an surat Ar-Rad ayat 11 yang berbunyi :

بِأَنفُسِهِمْ مَا يُغَيِّرُوا بِقَوْمِحَتَّىٰ مَا يُغَيِّرُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ أَمْرٌ مِنْ يَحْفَظُونَهُ خَلْفِهِمْ وَمِنْ يَدَيْهِ بَيْنَ مَنْ مَعْبُودَاتٍ لَهُ
وَالِ مِنْ دُونِهِ مَنْ لَهُمْ وَمَا لَهُ مَرَدٌّ فَلَا سُوءًا بِقَوْمِ اللَّهِ أَرَادَ وَإِذَا

Artinya : *“Dan baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”*

Oleh karena itu semua pasangan suami istri pasti ingin memiliki anak keturunan yang sempurna. Karena seorang anak atau buah hati yang sempurna akan membawa kebahagiaan dan keberkahan tersendiri di dalam rumah tangga. Anak adalah harta yang paling berharga, dan setiap orang tua harus menjaga, menyayangi, dan mendidik anaknya dengan cinta dan perhatian. Secara keseluruhan, tuhan menciptakan manusia dengan martabat dan harkat yang paling tinggi. Tuhan memberi mereka berbagai kemampuan dan potensi dasar serta secara umum, manusia memiliki kesamaan dan perbedaan dengan makhluk lainnya.⁵

Sebab itulah, doa terus-menerus dilantunkan kepada sang pencipta untuk memastikan bahwa dia selalu memiliki anak yang sehat dan sempurna. Namun, Allah telah menetapkan takdir terbaik untuk manusia. Fisik sering kali menjadi masalah utama yang membuat orang tua bertanggung jawab atas segala sesuatu. Pada dasarnya, hanya Allah yang memiliki kesempurnaan, dan

⁴ M. Yusuf, Dona Khafi, Toriqul Chaer, 2018, Sabar dalam Perspektif Islam dan Barat, *Jurnal : AL-MURABBI*, Vol. 4, No. 2, Hlm. 233-246

⁵ Nurfhadilah Feby Fitriani, (2021), *“STRATEGI BIMBINGAN KEAGAMAAN TERHADAP ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB NEGERI PAREPARE”*, dalam Skripsi Bimbingan dan Konseling Islam, Pare-Pare : Institut Agama Islam Negeri Pare-Pare.

Dia telah memberikan kelebihan kepada semua hamba-Nya. Tidak ada orang yang ingin dilahirkan dengan keadaan yang tidak sempurna. Anak yang dilahirkan dengan kebutuhan khusus tidak terpengaruh oleh apakah mereka berasal dari keluarga kaya, miskin, terpendang, atau beragama. Karena orang tua tidak dapat menolak anugerah yang diberikan oleh Allah SWT, Hal ini berdasarkan pada Al-Qur'an Surah At-Tin (95) : 4 yang berbunyi :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya: “*Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*”.

Sari Rudianti mengatakan berdasarkan ayat di atas bahwa Tuhan benar-benar menciptakan setiap manusia dengan cara yang sebaik-baiknya. Oleh karena itu, tidak sewenang-wenang melarang hak seseorang atau anak yang memiliki kelainan atau kebutuhan khusus. Karena setiap orang dengan kebutuhan khusus memiliki kemampuan untuk berkembang. Keterbatasan tidak hanya menyebabkan ketidaksempurnaan fisik atau sensorik, mereka juga mengalami kesulitan emosional, sosial, dan intelektual.⁶ Menurut Davidson, Neala, dan Kring, klasifikasi gangguan pada anak berkebutuhan khusus tersebut termasuk gangguan autistik, gangguan tingkah laku, distabilitas belajar, retardasi mental, dan pemusatan perhatian atau hiperaktivitas⁷.

Anak-anak dengan kebutuhan khusus pasti memiliki ciri-ciri yang berbeda dari anak-anak normal. Anak tunagrahita adalah salah satu contohnya. Seorang anak yang memiliki keterbelakangan, gangguan, atau hambatan fungsi kecerdasan intelektual disebut tunagrahita. Anak-anak ini membutuhkan pendidikan khusus atau inklusif untuk meningkatkan

⁶Mavianti dan Rizka Harfiani, (2020), “Implementasi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Bagi Siswa Berkebutuhan Khusus (Studi Kasus : SIB ‘Aisyiyah Tembung)”, dalam *Al-Ulum – Jurnal Pendidikan Islam*, Vol 1. No 2

⁷Bahrin Ali Murtopo and Adib Athoillah, (2018) ‘Metode Penanaman Nilai Pendidikan Agama Islam Pada Anak Difabel’, dalam *YINYANG: Jurnal Studi Islam, Gender Dan Anak*, Vol. 13. No. 1. Hlm. 157–75 <<https://doi.org/10.24090/yinyang.v13i1.2018.pp157-175>>.

kemampuan mereka⁸. Tunagrahita juga disebut sebagai subnormalitas mental, kurang sadar, cacat mental, dan terbelakang mental dalam bahasa Indonesia. Dalam bahasa Inggris, tunagrahita juga disebut sebagai lemah pikiran, lemah otak, lemah ingatan, cacat grahita, retardasi mental, dan terbelakang mental.⁹ Akibatnya, sangat penting bagi anak berkebutuhan ini untuk mendapatkan perhatian khusus dari orang-orang di sekitarnya, seperti keluarga, dan dari pemerintah, untuk memenuhi semua haknya, termasuk pendidikan.

Semua anak berhak atas pendidikan, baik normal maupun yang memiliki kebutuhan khusus. Peraturan Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tahun 2003, Pasal 5 Ayat 1 dan 2 menyatakan bahwa setiap warga negara berhak atas pendidikan yang layak dan berkualitas, dan bahwa individu yang mengalami kelainan fisik, intelektual, mental, sosial, atau emosional berhak atas pendidikan khusus. Ahmad Darlis mengatakan bahwa ada tiga tingkat pendidikan yaitu pendidikan formal, non-formal, dan informal.¹⁰

Dalam pendidikan, anak berkebutuhan khusus pasti memiliki peran dan tugas yang sudah disesuaikan sesuai kemampuan mereka. Dibutuhkan perawatan dan bimbingan khusus selama proses mengajar. Perbedaan ini dapat dilihat dari berbagai macam bakat, minat, motivasi, kecerdasan dan potensi yang dimiliki setiap peserta melalui program khusus bina diri.¹¹

Salah satu program yang diberikan kepada anak tunagrahita adalah Bina Diri, yang mencakup inisiatif pendidikan dan pengembangan diri yang dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan anak yang memiliki hambatan intelektual. Tujuan dari program ini adalah untuk membantu anak tunagrahita mengembangkan potensi mereka, ketrampilan mereka, dan kemandirian

⁸Zubaidah dan Prio Utomo, (2021), "Pola Pembelajaran dalam Layanan Bimbingan dan Konseling Terhadap Siswa Berkebutuhan Khusus (Tunagrahita) di Sekolah Luar Biasa", *Jambura Guidance and Counseling Journal*, Vol. 2 No. 2

⁹Widiastuti, N. L. G. K., & Winaya, I. M. A. (2019). Prinsip khusus dan jenis layanan pendidikan bagi anak tunagrahita. *Jurnal Santiaji Pendidikan (JSP)*, 9(2).

¹⁰Nining Arianti, Salmi Wati, dkk. (2023), "Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Pada Anak Tunagrahita Tingkat SMPLB Di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri 1 Bukittinggi", dalam Khatulistiwa: *Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, Vol.3, No.2

¹¹Nurfhadilah Feby Fitriani, (2021), "*STRATEGI BIMBINGAN KEAGAMAAN TERHADAP ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB NEGERI PAREPARE*", dalam Skripsi Bimbingan dan Konseling Islam, Pare-Pare : Institut Agama Islam Negeri Pare-Pare.

mereka sesuai dengan tingkat kemampuan masing-masing. Program Bina Diri juga mempertimbangkan kebutuhan anak yang memiliki hambatan intelektual.¹² Feny Tri Nandaya mengungkapkan program bina diri ialah salah satu pembinaan dan pelatihan tentang aktifitas sehari-hari seseorang mulai dari bangun tidur hingga tidur lagi. Diantara aktifitas tersebut antara lain, mengurus, merawat, dan memelihara diri. Seperti menggosok gigi, memakai pakaian, membersihkan kamar, dan mengenakan sepatu tanpa bergantung pada orang lain.¹³ Bina diri yang dimaksud adalah bina diri yang membantu suatu proses pembinaan dan pengembangan diri guna meningkatkan kemandirian anak mulai dari pengembangan aspek kecerdasan emosional, sosial, ketrampilan interpersonal, pemahaman diri serta akademik.

Sekolah Luar Biasa (SLB) Purba Adhi Suta Purbalingga ialah suatu lembaga pendidikan yang melayani pendidikan khusus bagi anak-anak yang memiliki berbagai hambatan atau kelainan yang berada di bawah naungan yayasan Purba Adhi Suta Purbalingga yang akan menjadi lokasi penelitian penulis. Sebagai hasil dari penelitian yang dilakukan pada Selasa tanggal 7 November 2023 di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga, peneliti menemukan bahwa SLB Purba Adhi Suta saat ini mempunyai jenjang di SDLB, SMPLB, dan SMALB. Para siswa juga memiliki hambatan yang berbeda, termasuk hambatan penglihatan, hambatan pendengaran, hambatan gerak, hambatan berfikir, dan hambatan autisme.

Di antara hambatan tersebut, peneliti lebih tertarik pada siswa tunagrahita, yang berada di kelas XII SLB Adhi Suta Purbalingga. Di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga, ada lima siswa dengan hambatan berfikir yang berjenis kelamin laki-laki. Lima siswa ini dibagi ke dalam tiga kelas, masing-masing dengan berbagai tingkatan kelas dan hambatan. Ini karena sistem ROMBEL atau Rombongan Belajar yang digunakan di kelas ini. siswa ini

¹² Aida Fitriyani, Hendraman Lubis dan Andi Achmad, (2023), "Media Pembelajaran Bina Diri Anak Tunagrahita Sdlb Negeri Bekasi Jaya Berbasis Android". *Jurnal Sistem Informasi*, Vol. 10, No. 01

¹³ Feny Tri Nandayani, 2019, *Bimbingan Kemandirian melalui Program Khusus Bina Diri bagi Siswa Tingkat SMP Tunagrahita di SLB ABCD Kuncup Mas Banyumas*, Dalam Skripsi, Banyumas: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto

bernama PS, IRK, FDH, DMS dan FH yang memiliki keterlambatan berpikir atau ingatan yang lemah. Menurut beberapa guru kelas dan pembimbing, masalah yang dihadapi oleh lima siswa tersebut adalah penerimaan materi yang lama, pemahaman materi yang cepat lupa, sulit bergaul dengan teman sebaya, susah berkomunikasi, variasi emosional, kurangnya rasa simpati dan empati, mood yang cepat berubah serta masih bergantung kepada orang lain. Oleh karena itu, guru harus memberikan pendekatan dan program pembelajaran khusus yang mudah dipahami oleh siswa tunagrahita dengan menggunakan salah satu program yaitu bina diri.

Dengan demikian yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini ialah anak tunagrahita kelas XII, karena keterbatasan intelektualnya membawa pengaruh penghambatan terhadap akademik, kecerdasan emosional, sosial, komunikasi, serta penghambatan kemandirian. Anak yang normal pada umumnya usia 15-18 Tahun setidaknya mereka sudah mampu merawat dan menolong diri sendiri, mengontrol emosional, mampu berkomunikasi dengan baik, mampu bersosialisasi dan adaptasi. Namun beda halnya dengan anak tunagrahita, Anak tunagrahita merupakan anak yang memiliki kemampuan intelektual di bawah rata-rata sehingga mengalami keterlambatan disegala aspek. Oleh karena itu, peneliti memilih siswa tunagrahita untuk menjadi alasan peneliti melakukan penelitian dengan judul **“Program Bina Diri untuk mengembangkan Resiliensi siswa Tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga”**.

B. Penegasan Istilah

1. Bina Diri

Kata “bina” bermakna membangun, memproses serta penyempurnaan menjadi lebih baik. Sedangkan makna “diri” berarti orang atau seseorang. Jadi, makna dari Bina Diri ialah usaha seseorang untuk membangun diri individu menjadi lebih baik.¹⁴ Dari maknanya seseorang

¹⁴ Dodo Sudrajat dan Lilis Rosida, 2013, *“Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus”*, Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA).

atau individu, sehingga bina diri diartikan sebagai cara mengurus dirinya sendiri didalam hidupnya. Program bina diri ini bertujuan untuk membantu anak-anak tunagrahita mengembangkan potensi, ketrampilan, serta kemandirian anak sesuai dengan tingkat kemampuan masing-masing individu.¹⁵

Bina Diri yang dimaksud peneliti ialah bina diri yang dilakukan oleh sekolah SLB Purba Adhi Suta Purbalingga untuk anak tunagrahita. Usaha yang dilakukan oleh guru guna meningkatkan ketrampilan untuk merawat diri sendiri agar anak bisa melakukan aktivitas sehari-hari dengan mandiri tanpa memerlukan bantuan orang lain. Serta mampu melakukan kegiatan yang positif.

2. Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan individu agar bertahan menghadapi segala kesulitan yang menimpanya dan mampu memecahkannya dengan baik.¹⁶ Resiliensi merupakan proses menyelesaikan dan menghadapi dampak negatif dari berbagai resiko kehidupan, proses penyelesaian dan pelepasan pengalaman traumatis pada seseorang hingga ia mampu menghindari hal negatif terkait resiko kehidupan. Resiliensi juga didefinisikan sebagai adanya faktor resiko serta faktor pendukung atau promotif yang membantu individu mencapai hasil positif dan mengurangi hasil negatif.¹⁷

Resiliensi yang dimaksud peneliti ialah kemampuan siswa kelas 12 untuk bangkit serta keluar dari kesulitan dan keterpurukan akibat hambatan yang dialaminya. Adapun hambatannya yaitu kurangnya kemandirian, sulit beradaptasi dan komunikasi, sulit menangkap pembelajaran, sulit mengontrol emosional dan lain sebagainya.

¹⁵ Aida Fitriyani, Hendraman Lubis dan Andi Achmad, (2023), "Media Pembelajaran Bina Diri Anak Tunagrahita Sdlb Negeri Bekasi Jaya Berbasis Android". *Jurnal Sistem Informasi*, Vol. 10, No. 01

¹⁶Etika Meiranti, dan Anwar Sutoyo, 2020, Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Resiliensi Akademik Siswa SMK di Semarang Utara, *Indonesian Journal of Counseling and Development*, Vol. 2, No. 2, Hlm. 119-130

¹⁷ Evita Yulianti Wahidah, 2018, Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam, *Proceeding National Conference Psikologi UGM*, Hlm. 111-140

3. Tunagrahita

Dalam hal ini, kata "tunagrahita" berasal dari kata sanskerta "Tuna", yang berarti cacat atau terbatas, dan kata Jawa "grahita", yang berarti memahami atau mengerti. Jadi, karena Tunagrahita memiliki keterlambatan berfikir dan perkembangan mental yang jauh di bawah rata-rata, mereka banyak menghadapi masalah terutama dalam belajar, sosialisasi, dan komunikasi.¹⁸ Sementara Moh. Amin menggambarkan tunagrahita sebagai salah satu kelainan yang mencakup manfaat intelektual umum di bawah rata-rata, yaitu memiliki IQ di bawah 84 dan muncul sebelum berusia 16 tahun, Vivian Navaratnam menggambarkan tunagrahita dengan komponen berpikir atau kecerdasan yang jelas di bawah rata-rata, dan ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan norma dan tuntutan sosial yang berlaku.¹⁹

Tunagrahita yang dimaksud peneliti yaitu siswa kelas XII di SLB Adhi Suta Purbalingga. Di mana siswa kelas XII SLB Purba Adhi Suta berjumlah 5 anak dan berjenis kelamin laki-laki. Mereka ialah individu yang memiliki hambatan berfikir dengan ditunjukkan fungsi kecerdasan yang dibawah rata-rata.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan diatas, maka peneliti akan fokus pada pembahasan terkait masalah “Bagaimana program bina diri membangun resiliensi yang dialami oleh siswa tuna grahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga?”

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dan mendeskripsikan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi yang dialami oleh siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga.

¹⁸Az-Zahrah, A., Hadi, S., & Prasetyowati, S. (2021). SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MENYIKAT GIGI PADA ANAK TUNAGRAHITA. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi*, 2(3), 518-537.

¹⁹Widiastuti, N. L. G. K., & Winaya, I. M. A. (2019). Prinsip khusus dan jenis layanan pendidikan bagi anak tunagrahita. *Jurnal Santiaji Pendidikan (JSP)*, 9(2).

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Memperluas ilmu pengetahuan di bidang Bimbingan dan Konseling terkait dengan Program Pengembangan Diri untuk mengembangkan resiliensi tunagrahita
- b. Sebagai bahan referensi untuk mengembangkan ilmu Bimbingan dan Konseling.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa tunagrahita, sebagai pelatihan untuk keluar dan bisa bangkit dari masalah yang membuat dirinya tertekan dan sulit dalam melakukan aktivitas sehari-hari, adaptasi dan komunikasi dengan melakukan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa
- b. Bagi guru, sebagai sumber mendidik anak berkebutuhan khusus yang mengalami hambatan berfikir dengan melihat metode serta teknik yang diterapkan untuk membantu resiliensi siswa melalui program bina diri.
- c. Bagi orang tua, sebagai sumber mendidik anak untuk menciptakan resiliensi anak yang baik
- d. Bagi program studi Bimbingan dan Konseling Islam sebagai sumber untuk melengkapi koleksi karya ilmiah yang dapat digunakan oleh dosen dan mahasiswa.
- e. Bagi penulis, supaya bertambah ilmu pengetahuan dan ditemukannya metode yang baru yang ada pada prodi BKI
- f. Menjadi bahan referensi untuk penelitian berikutnya mengenai program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita.

F. Kajian Pustaka

Studi ini mencakup beberapa penelitian sebelumnya yang serupa, termasuk tesis dan jurnal yang relevan tentang program bina diri untuk meningkatkan resiliensi siswa tunagrahita, antara lain:

1. Oleh Arveina Hari Wahyu R, dalam Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, Vol. 5, No. 7, Juli 2019, berjudul **“Efektifitas Pendekatan REBT Terhadap Resiliensi Akademik Siswa dengan Keluarga Broken**

Home di SMA N 1 Depok”²⁰. Kesamaan dengan penelitian ini adalah keduanya membahas tentang resiliensi pada siswa. Berbeda dengan penelitian ini, penelitian ini lebih membahas resiliensi yang di alami oleh siswa tunagrahita.

2. Oleh Devi Kisia, dalam Tesis S1, Universitas Atma Jaya Yogyakarta Tahun 2023 yang berjudul **“Bentuk Pola Asuh Orang Tua terhadap Kemandirian Bina Diri Anak Penyandang Cerebral Palsy di Desa Karangrejek, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunungkidul”²¹**. Kesamaan dari penelitian ini adalah keduanya membahas tentang bina diri anak berkebutuhan khusus. Perbedaan dengan penelitian ini, penelitian terdahulu lebih memfokuskan pada program pelatihan bina diri yang ditujukan pada pola asuh orang tua. Sedangkan peneliti berfokus pada program bina diri untuk anak tunagrahita.
3. Oleh Tiara Erma Aulia, dalam Skripsi di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, berjudul **“Pengelolaan Program Bina Diri bagi Tunagrahita di SLBN 01 Lebak Bulus-Jakarta Selatan”²²**. Kesamaan dengan penelitian ini adalah keduanya membahas program bina diri bagi anak tunagrahita. Perbedaan penelitian ini, peneliti lebih fokus membahas bagaimana proses program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita.
4. Oleh Gecky Defkan Igantara, dalam Skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, berjudul **“Upaya Konselor Dalam Resiliensi Remaja Berkebutuhan Khusus Tunagrahita Berprestasi Di Sekolah Luar**

²⁰ Arveni Hari Wahyu R, 2019, Eektivitas Pendekatan REBT terhadap Resiliensi Akademik Siswa dengan Keluarga Broken Home di SMA N 1 Depok, *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol. 5, No. 7

²¹ Devi Kisia, 2023, *Bentuk Pola Asuh Orang Tua terhadap Kemandirian Bina Diri Anak Penyandang Cerebral Palsy di Desa Karangrejek, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunungkidul*, Tesis Yogyakarta : Universitas Atman Jaya Yogyakarta

²² Tiara Erma Aulia, 2017, *Pengelolaan Program Bina Diri bagi Tunagrahita di SLBN 01 Lebak Bulus-Jakarta Selatan*, Skripsi Jakarta : UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Biasa Negeri (SLBN) Kuantan Singingi²³. Kemiripan dengan peneliti ini adalah sama-sama meningkatkan kepercayaan diri anak tunagrahita agar mampu untuk lebih aktif dan semangat untuk mencapai potensi yang baik. Perbedaan dari penelitian ini adalah penelitian terdahulu lebih memfokuskan kepada upaya bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kemandirian anak tunagrahita. Sedangkan penelitian ini fokus pada bagaimana cara program bina diri untuk mampu mendorong siswa tunagrahita untuk bangkit serta keluar dari kesulitan dalam kehidupan sehari-hari.

5. Oleh Tika Cahyani, dalam Skripsi di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, berjudul **“Resiliensi Mahasiswa Difabel (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tuna Daksa Institut Agama Islam Negeri Purwokerto dan Mahasiswa Tuna Rungu Institut Teknologi Telkom Purwokerto)”**²⁴. Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang faktor dan aspek-aspek resiliensi pada anak berkebutuhan khusus. Yang membuat penelitian ini berbeda adalah penelitian ini melihat resiliensi pada remaja yang menyandang hambatan tunagrahita dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

G. Sistematika Pembahasan

Agar lebih sistematis dalam penulisan proposal penelitian ini, penulis memfasilitasi penulisan dan mengembangkannya melalui sistematika penulisan sebagai berikut :

BAB I. PENDAHULUAN, membahas Latar Belakang Masalah, Penegasan Istilah, Rumusan Masalah, Tujuan dan Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka serta Sistematika Penulisan.

²³Gecky Defkan Igantara, 2022, *UPAYA KONSELOR DALAM RESILIENSI REMAJA BERKEBUTUHAN KHUSUS TUNAGRAHITA BERPRESTASI DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI (SLBN) KUANTAN SINGINGI*, Skripsi Pekanbaru : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

²⁴Tika Cahyani, 2021, *“Resiliensi Mahasiswa Difabel (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tuna Daksa Institut Agama Islam Negeri Purwokerto dan Mahasiswa Tuna Rungu Institut Teknologi Telkom Purwokerto)”*, dalam Skripsi di Fakultas Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Purwokerto.

BAB II. KAJIAN TEORI, mencakup: 1. Bina Diri, 2. Resiliensi dan 3. Tunagrahita

BAB III. METODE PENELITIAN, membahas tentang Pendekatan dan Jenis Penelitian, Waktu dan Lokasi Penelitian, Subjek dan Obyek Penelitian, Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data, dan Teknik Analisis Data.

BAB IV. ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN, berisi tentang Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga

BAB V. PENUTUP, berisi Kesimpulan, dan Saran. Bagian akhir berisi Daftar Pustaka serta Lampiran.



BAB II

KAJIAN TEORI

A. Bina Diri

1. Definisi Bina Diri

Bina Diri adalah salah satu program yang tersedia untuk anak tunagrahita yang mencakup kursus pendidikan dan pengembangan diri yang dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan anak dengan hambatan intelektual.²⁵ Bina diri ialah kegiatan merawat diri, menolong, dan mengurus diri. Sedangkan istilah dalam bahasa asingnya yaitu: *self help, self care dan activity daily living*. Menurut Munzayanah, bina diri adalah cara untuk membentuk seseorang menjadi baik karena seseorang memiliki potensi terbatas yang membutuhkan pelayanan khusus dan berkelanjutan untuk menjadi lebih baik sehingga mereka dapat melayani dan mengurus diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari.²⁶

Maria J. Wantah menjelaskan mengenai bina diri ialah suatu proses pendidikan yang diberikan kepada anak tunagrahita yang mampu latih agar anak bisa mengembangkan bakat atau potensi yang dimiliki, seperti: membersihkan diri, makan sendiri, menggunakan toilet sendiri, minum sendiri, mengurus diri sendiri dan lain sebagainya. Mampu mengatasi masalah seperti mengancing baju, memakai pakaian, menggunkan pakaian yang cocok dan rapih sendiri baik sesama anak tunagrahita maupun anak normal pada umumnya.²⁷

Sedangkan Purwadarminto mengatakan bahwa bina diri terdiri dari kata "bina" dan "diri", dengan "bina" berarti membangun, mendirikan, dan

²⁵ Aida Fitriyani, Hendraman Lubis dan Andi Achmad, (2023), "Media Pembelajaran Bina Diri Anak Tunagrahita Sdlb Negeri Bekasi Jaya Berbasis Android". *Jurnal Sistem Informasi*, Vol. 10, No. 01

²⁶ Tiara Erma Aulia, 2017, "Pengelolaan Program Bina Diri Bagi Tunagrahita SDLBN 01 Lebak Bulus-Jakarta Selatan", Dalam Skripsi Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Jakarta : UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

²⁷ Feny Tri Nandayani, 2019, *Bimbingan Kemandirian melalui Program Khusus Bina Diri bagi Siswa Tingkat SMP Tunagrahita di SLB ABCD Kuncup Mas Banyumas*, Dalam Skripsi, Banyumas: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto

berusaha untuk menjadi lebih baik atau sempurna." Sedangkan "diri" berarti seseorang atau individu²⁸. Jadi pengertian dari "bina diri" ialah suatu usaha yang membangun diri seseorang maupun sebagai makhluk sosial melalui pendidikan di keluarga, masyarakat dan di sekolah sehingga terciptanya kemandirian dalam kehidupan sehari-hari.

Jadi dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa bina diri merupakan cara atau proses untuk membantu mengembangkan potensi yang dimiliki oleh individu untuk menjadi seseorang yang mampu mengurus, membangun, serta melayani dirinya sendiri agar menjadi lebih baik dan mandiri. Suatu usaha atau upaya keluarga, masyarakat maupun sekolah untuk membantu individu dalam melakukan hal-hal yang positif.

2. Tujuan Bina Diri

Tujuan dari bina diri berdasarkan panduan pelaksanaan kurikulum pendidikan khusus menurut Dinas Pendidikan Bidang Pendidikan Luar Biasa adalah untuk memberikan bina diri kepada anak berkebutuhan khusus tunagrahita untuk membantu mereka menjadi mampu, mandiri, dan percaya diri, serta mampu berkomunikasi dan bersosialisasi dengan orang lain di lingkungan mereka. Hal ini juga bertujuan untuk memberi mereka pengetahuan untuk digunakan di masa depan.²⁹

3. Prinsip Dasar Bina Diri

Adapun prinsip dasar bina diri yaitu sebagai berikut :

a. Prinsip Fungsional Bina Diri

Prinsip fungsional ini ialah untuk memberikan layanan yang berkaitan dengan pelatihan fungsi otot dan sendi.

²⁸ Onesimus Albertus Atto, 2014, "Kemampuan Bina Diri Makan Anak Tunagrahita Kategori Sedang Di Sekolah Luar Biasa Tegar Harapan Yogyakarta", Dalam Skripsi Ilmu Pendidikan, Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta

²⁹ Dodo Sudrajat dan Lilis Rosida, 2013, "*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*", Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA), Hlm, 61

b. Prinsip Suportif Bina Diri

Prinsip suportif ini ialah untuk memberikan pembinaan terkait meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri seseorang bahwa mereka mampu mengembangkan potensi yang mereka miliki.

c. Prinsip Evaluasi Bina Diri

Prinsip evaluasi yaitu bertujuan untuk mengetahui keberhasilan yang telah di capai dengan standar normal atau standar perkembangan.

d. Prinsip Activiry of Daily Living

Prinsip ini yaitu prinsip yang memberikan pelatihan serta pembinaan kepada individu untuk melakukan sebuah aktivitas yang dilakukan pada kehidupan sehari-hari³⁰.

4. Metode Pembelajaran Bina Diri

Beberapa metode pembelajaran yang dapat digunakan dalam pembelajaran bina diri yaitu³¹:

- a. Demonstrasi, ialah cara menyampaikan informasi atau ketrampilan dengan memperlihatkan contoh atau praktek secara langsung kepada orang lain.
- b. Ceramah, ialah cara penyampaian materi melalui penuturan sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan siswa dalam menerima informasi.
- c. Simulasi, ialah cara pemecahan masalah dengan menggunakan konsep mencontohkan secara langsung missal simulai memakai baju.
- d. Tanya Jawab, ialah suatu cara penyajian bahan pelajaran melalui bentuk pertanyaan yang perlu dijawab oleh peserta didik.
- e. Karyawisata, ialah mengajak siswa turun kepalangan agar dapat mengamati serta merangsang kreatifitas anak
- f. Penugasan, ialah tugas atau pekerjaan khusus yang diberikan pada seseorang untuk diselesaikan.

³⁰ Dodo Sudrajat dan Lilis Rosida, 2013, "*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*", Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA). Hlm, 58

³¹ Dodo Sudrajat dan Lilis Rosida, 2013, "*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*", Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA). Hlm 96-98

g. Pelatihan, ialah sebagai sarana sebagai memelihara kebiasaan-kebiasaan baik.

5. Ruang Lingkup Bina Diri

Adapun ruang lingkup maupun fungsi bina diri yaitu mencakup kebutuhan merawat diri (mengenal dan menggunakan alat-alat makan dan minum, menggosok gigi, mandi, buang air kecil dan besar), menolong diri (menghindari dan mengendalikan diri dari bahaya seperti api, listrik, pisau, dan melakukan kegiatan sehari-hari yaitu menyuci baju, piring, mengepel, memasak, menyapu), mengurus diri (berhias), mengisi waktu luang (olah raga, kesenian, ketrampilan), komunikasi, kebutuhan ketrampilan hidup (mengatur dan menggunakan uang, belanja), sosialisasi dan adaptasi (bermain dengan teman, kerjasama dengan lingkungan, menjenguk orang sakit, menghormati orang tua, menghargai pendapat orang lain dll)³².

B. Resiliensi

1. Definisi Resiliensi

Desmita mengartikan resiliensi sebagai cara seseorang untuk menghadapi, mencegah dan menghindari hal-hal negatif yang berbahaya serta merugikan ketika seseorang berada dalam situasi yang buruk dan sulit.³³ Resiliensi merupakan cara untuk mengatasi pengaruh-pengaruh negatif dari paparan resiko dalam kehidupan. Keberhasilan menghadapi permasalahan maupun tantangan seperti pengalaman traumatik dan kemampuan menghindari lintasan kehidupan dengan resiko yang negatif.

Istilah resiliensi di introdukir oleh Redl resiliensi digunakan untuk menggambarkan bagian positif dari perbedaan individual dalam respons seseorang terhadap stress dan keadaan yang merugikan lainnya. Istilah

³² Dodo Sudrajat dan Lilis Rosida, 2013, "*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*", Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA). Hlm, 61-62

³³Siti Khofifah, 2022, Pengaruh Konseling Kelompok Realita Terhadap Resilensi Siswa dari Keluarga Broken Home pada Siswa Kelas XI SMA Institut Indonesia Semarang, *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, Vol. 4, No. 5

resiliensi muncul sebagai pengganti istilah-istilah sebelumnya seperti: *invulnerable (kekebalan)*, *invincible (ketangguhan)* dan *hady (kekuatan)*, karena dalam proses menjadi resiliensi tercakup pengenalan rasa sakit, penderitaan dan perjuangan.³⁴

Menurut Revich and Shatte, resiliensi merupakan kemampuan untuk merespon dan mengatasi tantangan hidup dengan cara sehat, produktif, dan positif.³⁵ Sedangkan menurut Kaplan, Egeland dkk dalam VanBreda menyatakan resiliensi ialah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, yang berguna atau berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai macam stressor kehidupan.³⁶

Jadi, kesimpulanya resiliensi ialah kemampuan seseorang untuk mencegah, menghadapi, menyelesaikan dan bangkit untuk keluar dari masalah hidup secara positif, sehat, dan produktif guna menghadapi berbagai macam stressor kehidupan. Mencegah dan mengatasi pengaruh dan resiko-resiko negatif dalam kehidupan.

2. Tujuan Resiliensi

Tujuan resiliensi yaitu meningkatkan kemandirian siswa guna mendorong siswa untuk inisiatif dalam merencanakan serta mencapai tujuan yang akan dicapai dan menjadi individu yang mandiri. Mampu mengatasi tantangan seperti tekanan belajar, kegagalan atau hambatan lainnya. Meningkatkan daya tahan untuk membangun mental dan emosional siswa agar mampu bertahan dan pulih dari kegagalan, serta meningkatkan prestasi belajar yang bertujuan agar kelak siswa dapat mencapai potensi yang maksimal mereka dengan mengatasi hambatan atau kesulitan yang mungkin mereka hadapi, mampu mengelola emosional, mampu mengembangkan ketrampilan adaptasi, serta membantu siswa membangun

³⁴ Evita Yuliatul Wahidah, 2018, *Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam*, Dalam Proceeding National Conference Psikologi UGM Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

³⁵ Arvenia Hari Wahyu R, 2019, Efektivitas Pendekatan REBT terhadap Resiliensi Akademik Siswa dengan Keluarga Broken Home di SMA N 1 Depok, *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol. 5, No. 7

³⁶ Hendriani, Wiwin, (2018), "*RESILIENSI PSIKOLOGIS*", Jakarta Timur : KENCANA (Prenandamedia Grup)

dan memelihara hubungan sosial yang sehat dan mendukung agar mampu hidup bermasyarakat dengan baik dan mandiri.

3. Aspek-Aspek Resiliensi

Reivich and Shatte menemukan pendapat, ada 7 aspek yang menjadi ranah utama dari resiliensi. Adapun ke-7 aspek tersebut yaitu sebagai berikut :³⁷

a. *Emotion Regulation* (Regulasi Emosi)

Regulasi emosi ialah suatu cara yang biasa dilakukan seseorang untuk tetap rileks di saat menghadapi kondisi yang menekan. Adapun cara untuk mempermudah individu dalam mencapai regulasi emosi dengan dua kemampuan, yaitu :

1) *Claming*

Merupakan kemampuan menaikkan tingkat control seseorang terhadap respons tubuh dan pemikiran saat mengalami stress dengan melakukan relaksasi. Seperti, mengatur pernapasan, melemaskan otot, dan melakukan teknik positive imagery.

2) *Focusing*

Merupakan kemampuan berfokus pada permasalahan yang akan membantu seseorang untuk mendapatkan solusi dari konflik tersebut. Dengan demikian, emosi yang muncul dan stress yang dialami seseorang akan berkurang secara perlahan.

Dari kedua cara yang disebutkan di atas, keduanya sangat bermanfaat bagi seseorang untuk mengontrol emosi dan memfokuskan pikiran ketika sedang terganggu oleh banyak hal agar mengurangi stres yang dialami.

b. *Implus Control* (Pengendalian Implus)

Kemampuan seseorang untuk mengendalikan tekanan, harapan, impuls, dan kesukaan mereka dikenal sebagai kontrol implus. Seseorang cenderung menjadi reaktif jika mereka dapat mengatasi

³⁷Ahzhura Deslyana, 2021, Gambaran Resiliensi pada Remaja yang mengalami Broken Home, *Skripsi Pekanbaru* : Universitas Islam Riau, Hlm. 14-17.

berbagai rangsangan untuk mengubah kondisi yang menekan. seperti bertindak agresif, yang dapat memperburuk interaksi sosial seseorang dengan orang lain seperti menimbulkan ketidaknyamanan.

c. *Optimism* (Optimisme)

Optimis ialah kemampuan menghadapi problematika yang akan terjadi dimasa depan. Hal ini merupakan bukti orang yang optimis. Orang yang optimis dapat disebut *efikasi diri*, dimana seseorang mampu mengatur tujuan hidupnya dan keyakinan dirinya untuk bisa menyelesaikan dan bangkit dari masalah hidup yang menyimpannya.

d. *Casual Analysis* (Analisis Kasual)

Analisis kasual merupakan kemampuan seseorang untuk mengidentifikasi suatu konflik yang dihadapi secara akurat. Apabila tidak bisa mengidentifikasi konflik secara akurat, maka seseorang cenderung untuk mengulangi kembali kesalahan-kesalahan yang sama.

e. *Empathy* (Empati)

Empati adalah kemampuan seseorang untuk membaca gejala kesehatan mental dan emosional orang lain dan memahami dan memahami pikiran dan perasaan orang lain. Akibatnya, orang yang dapat berempati dengan orang lain cenderung memiliki hubungan sosial yang positif.

f. *Self Efficacy* (Efikasi Diri)

Efikasi diri ialah suatu kepercayaan untuk mencari solusi yang tepat, menggunakan keyakinan serta kemampuan yang dimiliki seseorang sebagai penyelesaian masalah yang dihadapi dan mencapai tujuan yang diinginkannya.

g. *Reaching Out*

Reaching out ialah kemampuan seseorang untuk keluar dari kehidupannya setelah mengalami kehilangan ataupun kesulitan yang telah dialami dengan melakukan nilai-nilai positif.

4. Proses Resiliensi

Menurut Coulson dalam Putra, menyatakan ada 4 proses resiliensi. Adapun proses tersebut terdiri dari :³⁸

- 1) *Succumbing*, ialah suatu kondisi penurunan diri, dimana seseorang telah pasrah dan menyerah dengan kesulitan yang menimpanya.
- 2) *Survival*, ialah suatu yang menggambarkan seseorang telah terjebak dalam kesulitan yang dialami, sehingga ia susah untuk mengembalikan fungsi psikologis dan emosi yang positif.
- 3) *Recovery*, ialah menunjukkan peningkatan nilai positif terhadap seseorang yang mengalami konflik. Sehingga, ia mampu bangkit dan menumbuhkan kembali fungsi psikologis dan emosi positif, serta mampu berkembang secara perlahan.
- 4) *Thriving*, ialah tahap dimana seseorang mampu menghadapi dan keluar dari masalah yang menimpa dirinya dengan perkembangan yang sangat pesat.

5. Faktor Resiliensi

Menurut Grotberg, faktor-faktor resiliensi dikelompokkan menjadi 3 faktor antara lain :³⁹

- a. Faktor External Support, yaitu faktor di luar individu yang dapat meningkatkan resiliensi. Seperti I HAVE, yang berarti satu atau lebih anggota keluarga yang dapat dipercaya dan yang peduli, menyayangi serta mencintai orang tersebut.
- b. Faktor Inner Strength, adalah sesuatu yang dimiliki orang yang berkembang dari waktu ke waktu. Seperti I AM, dimana I am merupakan kepercayaan diri atas kemampuan yang ada pada dirinya, disukai banyak orang, memiliki keinginan untuk menggapai prestasi masa depan, optimis, empati, dan karakteristik diri lainnya. Faktor I am ialah kekuatan individu, seperti perilaku, perasaan, dan keyakinan.

³⁸ Kartika Mega Islamarinda dan Denok Setiawati, 2018, Studi tentang Resiliensi Siswa Broken Home Kelas VIII di SMPN 3 Candi Sidoarjo, Universitas Negeri Surabaya

³⁹ Evita Yulianti Wahidah, 2018, Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam, *Proceeding National Conference Psikologi UGM*, Hlm. 111-140

- c. Faktor Problem Solving, yaitu kemampuan memunculkan ide-ide baru, seperti I CAN. Dimana I can mampu menyelesaikan tugas, mampu mengungkapkan pemikiran dan perasaan saat berbicara dengan orang lain, menghadapi berbagai problem, baik akademik, sosial, pribadi, dan pekerjaan. Serta mengontrol perilaku dan lain sebagainya.

C. Tunagrahita

1. Definisi Tunagrahita

Tunagrahita berawal dari kata “Tuna” dari bahasa sanskerta yang bermakna cacat atau terbatas, sedangkan “Grahita” berasal dari bahasa Jawa dan bermakna memahami atau mengerti. Jadi Tunagrahita adalah seseorang yang memiliki gangguan keterlambatan berfikir dan perkembangan mental yang jauh di bawah rata-rata, sehingga banyak mengalami banyak kesulitan terutama untuk belajar, sosialisasi, dan komunikasi⁴⁰.

Tunagrahita merupakan anak yang secara nyata mengalami hambatan dan keterbelakangan perkembangan mental intelektual di bawah rata-rata, sehingga banyak mengalami permasalahan dan kesulitan dalam menyelesaikan berbagai tugasnya. Mereka memerlukan layanan pendidikan khusus yang mampu membantu dan mengembangkan potensinya. Ketunagrahitan mengacu pada intelektual umum yang secara signifikan berada di bawah rata-rata serta mengalami hambatan dan tingkah laku penyesuaian diri. Semua itu berlangsung pada masa perkembangannya.⁴¹

Dalam WHO anak yang memiliki hambatan berfikir atau tunagrahita ialah seseorang yang mempunyai dua komponen esensial, antara lain intelektual berfungsi secara fakta berada di bawah rata-rata

⁴⁰Az-Zahrah, A., Hadi, S., & Prasetyowati, S. (2021). SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MENYIKAT GIGI PADA ANAK TUNAGRAHITA. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi*, 2(3), 518-537.

⁴¹Feny Tri Nandayani, 2019, *Bimbingan Kemandirian melalui Program Khusus Bina Diri bagi Siswa Tingkat SMP Tunagrahita di SLB ABCD Kuncup Mas Banyumas*, Dalam Skripsi, Banyumas: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto

serta adanya ketidakmampuan untuk penyesuaian dengan norma yang ada dan berlaku di masyarakat tersebut⁴². Sementara Moh. Amin menggambarkan tunagrahita sebagai salah satu kelainan yang meliputi manfaat intelektual umum di bawah rata-rata, yaitu memiliki IQ di bawah 84 dan muncul sebelum berusia 16 tahun. Sementara Vivian Navaratnam menggambarkan bahwa seseorang tunagrahita memiliki komponen berpikir atau kecerdasan yang jelas di bawah rata-rata, ketidakbisa menyesuaikan diri dengan norma, tuntutan sosial yang ada, serta penyesuaian diri dengan norma sosial.⁴³

Jadi bisa kita simpulkan dari pengertian di atas, tunagrahita ialah seseorang yang memiliki keterbatasan berfikir di bawah rata-rata nilai intelektual dan kecerdasan seseorang secara umum, serta memiliki ketidakmampuan dalam menyesuaikan norma yang ada di masyarakat. Disamping itu mereka mengalami keterbelakangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

2. Faktor Penyebab Tunagrahita

Adapun faktor penyebab terjadinya tunagrahita yaitu dibagi menjadi dua bagian, antara lain faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Menurut Amin faktor penyebab tunagrahita antara lain yaitu⁴⁴:

- 1) Faktor keturunan
- 2) Gangguan metabolisme dan gizi
- 3) Keracunan dan infeksi
- 4) Terkena zat radioaktif serta Trauma
- 5) Masalah pada saat melahirkan (sebelum dan saat melahirkan)
- 6) Faktor Lingkungan

⁴²Gecky Defkan Igantara, 2022, *UPAYA KONSELOR DALAM RESILIENSI REMAJA BERKEBUTUHAN KHUSUS TUNAGRAHITA BERPRESTASI DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI (SLBN) KUANTAN SINGINGI*, Skripsi Pekanbaru : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

⁴³Widiastuti, N. L. G. K., & Winaya, I. M. A. (2019). Prinsip khusus dan jenis layanan pendidikan bagi anak tunagrahita. *Jurnal Santiaji Pendidikan (JSP)*, 9(2).

⁴⁴Kasilah Wahyuningsih, 2022 “*PEMANFAATAN LINGKUNGAN SEKOLAH DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR IPA PADA MURID TUNAGRAHITA RINGAN KELAS DASAR III DI SLBN TANAH GROGOT KABUPATEN PASER PROVINSI KALIMANTAN TIMUR*.”. Dalam Skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Sedangkan beberapa faktor juga yang di duga menjadi salah satu penyebab kasus tunagrahita atau lemah mental yaitu⁴⁵ :

- 1) Terjadinya gangguan emosional anak yang menghambat perkembangan kognitif.
- 2) Kondisi lingkungan yang kurang mendukung sehingga tidak memberikan perangsang pada kecerdasan anak, melainkan mengakibatkan hambatan dalam proses perkembangan kognitif pada anak.
- 3) Menurut Edgar Doll menyatakan seseorang yang mengalami tunagrahita jika: Kondisi mental di bawah rata-rata, kematangan yang terhambat, kondisi sosial tidak berbicara, serta kecerdasan yang dimiliki terhambat sejak lahir atau usia dini.

Berdasarkan hasil dari faktor penyebab tunagrahita di atas, maka dapat kita pahami bahwa faktor-faktor yang menyebabkan tunagrahita yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik, dapat terjadi sebelum melahirkan maupun saat melahirkan. Serta faktor lingkungan sekitar yang kurang baik dalam membantu proses perkembangan anak sehingga menyebabkan lemahnya mental atau keterbelakangan intelektual.

3. Klasifikasi Tunagrahita

Klasifikasi anak penyandang tunagrahita yang dipakai pada saat ini di Indonesia terbagi menjadi tiga, yaitu tunagrahita berat, sedang, dan ringan. Klasifikasi menurut Moh. Amin sebagai berikut⁴⁶ :

a. Tunagrahita Ringan (Maron atau debil)

Seseorang dengan tunagrahita ringan memiliki IQ antara 50 dan 70 dan memiliki kapasitas untuk berkembang dalam pelajaran akademik. Namun, anak-anak dengan hambatan berfikir ringan memiliki

⁴⁵Gecky Defkan Igantara, 2022, *UPAYA KONSELOR DALAM RESILIENSI REMAJA BERKEBUTUHAN KHUSUS TUNAGRAHITA BERPRESTASI DI SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI (SLBN) KUANTAN SINGINGI*, Skripsi Pekanbaru : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

⁴⁶Ni Luh Gede Karang Widiastuti dan I Made Astra Winaya, 2019, “prinsip Khusus dan Jenis Layanan Pendidikan Bagi Anak Tunagrahita”, dalam *Jurnal Santiaji Pendidikan*, Vol. 9, No. 2

kecerdasan intelektual sebesar 69 hingga 55 menurut Skala Weschler (WISC). Selain itu, mereka memiliki kemampuan untuk belajar berhitung, menulis, dan membaca dasar hingga tingkat tertentu. Untuk dapat bekerja, mandiri, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan yang luas.

b. Tunagrahita Sedang (Imbesil)

Seseorang yang mengalami tunagrahita sedang, kelompok ini mempunyai IQ berkisar 30-50 yang mempunyai kemampuan dapat belajar ketrampilan sekolah yang mempunyai tujuan fungsional. Sedangkan menurut Skala Weschler (WISC) anak yang mengalami hambatan berfikir sedang, memiliki kecerdasan intelektual sebesar 54-40. Dan mereka dapat dilatih untuk mengurus dan melindungi diri sendiri dari marabahaya, mampu untuk beradaptasi sosial di lingkungan sekitar, serta melaksanakan pekerjaan yang membutuhkan pengawasan.

c. Tunagrahita Berat (Idiot)

Seseorang yang mengalami tunagrahita berat, kelompok ini mempunyai IQ berkisar kurang dari 30 yang menyebabkan seseorang tidak mempunyai kemampuan untuk dididik dalam mengurus dirinya sendiri. Sedangkan menurut Skala Weschler (WISC) anak yang mengalami hambatan berfikir berat, memiliki kecerdasan IQ di bawah 24. Dan mereka membutuhkan bantuan perawatan total dalam mengerjakan kegiatan sehari-hari, seperti mandi, makan, dll. Serta dilatih untuk mengurus diri sendiri, berkomunikasi sederhana hingga dapat beradaptasi dengan lingkungan yang terbatas.

4. Cara Pembelajaran Anak Tunagrahita

Dalam proses pembelajaran anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa tentunya berbeda dengan cara pembelajaran sekolah normal pada umumnya. Adapun cara pembelajaran yang biasa digunakan untuk anak tunagrahita yaitu pembelajaran secara individualisasi atau diindividualisasikan.

Berikut cara pembelajaran yang dikuasai dan dimiliki oleh siswa tunagrahita berat, sedang, dan ringan dalam program khusus bina diri antara lain:⁴⁷

a. Kebutuhan merawat diri

Pada umumnya perawatan diri bagi anak tunagrahita berhubungan langsung dengan aktivitas kehidupan sehari-hari, yang meliputi: kemampuan menjaga tubuh (menggosok gigi, mandi, membersihkan kuku, merawat rambut), menjaga keselamatan dan kesehatan diri (melindungi dari bahaya di sekitar), dan menangani cedera yang berhubungan dengan kesehatan.

b. Kebutuhan mengurus diri

Kebutuhan mengurus diri merupakan kebutuhan anak tunagrahita untuk membantu mengurus dirinya sendiri, baik secara rutin maupun insidental sebagai bentuk penamilan pribadi, seperti: mengurus kebutuhan yang pribadi (makan, minum, berpakaian, pergi ke wc, dll), merawat kesehatan diri, dan memelihara diri secara praktis.

c. Kebutuhan menolong diri

Kebutuhan menolong diri anak tunagrahita diperlukan untuk membantu mengatasi permasalahan yang sering dihadapi oleh siswa dalam kegiatan sehari-hari, seperti: menyapu, mengepel, mencuci baju, mencuci piring, memasak, membuat juz dan lain sebagainya.

d. Kebutuhan komunikasi

Kebutuhan komunikasi bagi anak tunagrahita yaitu dibagi menjadi dua antara lain ialah komunikasi eskpresif (komunikasi yang mampu menjawab pertanyaan seputar identitas diri, keluarga serta mampu mengungkapkan keinginan) dan komunikasi reseptif (komunikasi yang mampu memahami apa yang disampaikan oleh seseorang, memahami simbol-simbol yang ada disekitar lingkungan seperti tanda wc pria dan wanita, mampu mendengarkan percakapan orang lain).

⁴⁷ Feny Tri Nandayani, 2019, Bimbingan Kemandirian melalui Program Khusus Bina Diri bagi Siswa Tingkat SMP Tunagrahita di SLB ABCD Kuncup Mas Banyumas, Dalam Skripsi, Banyumas: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto

e. **Kebutuhan sosialisasi atau adaptasi**

Kebutuhan adaptasi dan sosialisasi bagi anak tunagrahita yang diperlukan untuk menunjang aktivitas dalam kehidupannya yaitu: memiliki tanggung jawab, dapat mengontrol emosi dan berekspresi, dapat menghargai orang lain, bersikap sopan dan santun, ketrampilan bermain dan berinteraksi, serta berpartisipasi dalam kelompok.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Dalam pendekatan Penelitian, penulis memakai pendekatan penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif ialah penelitian yang melakukan pengamatan, wawancara, atau penelaahan dokumen yang lebih kepada subjek dari suatu fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek, meliputi tindakan, persepsi, perilaku, motivasi, dan lain sebagainya secara holistik. Analisis penelitian kualitatif bertumpu pada setiap bentuk kata, gambar dan bahasa. Jadi, fokus penelitian ini lebih pada proses dan makna dari hasil.⁴⁸

2. Jenis Penelitian

Penelitian lapangan, juga dikenal sebagai penelitian fild, adalah jenis penelitian yang dilaksanakan langsung di tempat penelitian untuk menyatukan data secara menyeluruh. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif, berarti data deskriptif berupa kata yang ditulis maupun diucapkan oleh subjek yang diteliti atau diamati.⁴⁹ Pendekatan yang digunakan oleh penelitian ini ialah pendekatan deskriptif kualitatif. Di sini, data atau informasi yang disatukan tidak terbatas pada angka tetapi juga kata dan gambar. Ini karena metode yang digunakan adalah kualitatif⁵⁰

B. Waktu dan Lokasi Penelitian

1. Waktu Penelitian

Peneliti melakukan penelitian ini, pada Maret 2024-Mei 2024

⁴⁸Lexy J. Moleong, 2019, *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya, (Edisi Revisi), Hlm. 6-11

⁴⁹ Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta : Teras 2009, Hlm. 100

⁵⁰Lexy J. Moleong, *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya, (Edisi Revisi), 2019, Hlm. 11

2. Lokasi Penelitian

Tempat pada penelitian ini yaitu di Sekolah Luar Biasa (SLB) Purba Adhi Suta, beralamat Jl. S. Parman No. 19 B Purbalingga, Purbalingga Wetan, Kecamatan Purbalingga, Kabupaten Purbalingga, Jawa Tengah.

C. Subyek dan Obyek Penelitian

1. Subyek Penelitian

Subjek ialah orang yang dapat memberikan berbagai macam informasi sebagai data awal yang diperlukan oleh peneliti sebagai dasar dalam melakukan penelitian.⁵¹ Subjek dari penelitian ini dilakukan kepada kepala sekolah dan guru progsus di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga.

a. Kepala Sekolah

Dari kepala sekolah ini peneliti mendapatkan berbagai informasi terkait gambaran umum SLB Purba Adhi Suta diantaranya yaitu sejarah berdirinya sekolah, lokasi, data siswa, sarpas, prestasi, struktur organisasi, serta kegiatan yang ada di SLB Purba Adhi Suta. Nama Kepala Sekolah yaitu Bapak Syaiful Anwar, M.Pd.

b. Guru khusus Program Bina Diri Tunagrahita

Guru Progsus Tunagrahita merupakan salah satu guru yang bertugas sebagai pelaksana dari program bina diri anak tunagrahita. Dari guru progsus ini peneliti mendapatkan informasi terkait proses pelaksanaan program bina diri, sarana dan prasarana, proses pembelajaran, metode yang digunakan, alokasi waktu, dan lain sebagainya. Nama guru Progsus Tunagrahita yaitu Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos. dan Ibu Andrita Furi Ningtyas.

2. Obyek Penelitian

Obyek penelitian ialah sebuah atribut atau properti seseorang, benda atau kegiatan yang memiliki bentuk tertentu dan karakteristik yang berbeda, yang ditentukan oleh peneliti untuk penelitian, kemudian ditarik

⁵¹ Lexy J. Moleong, *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya, (Edisi Revisi), 2019,, Hlm. 177.

kesimpulannya.⁵² Obyek penelitian ini adalah program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga.

D. Sumber Data Penelitian

Data yang telah disatukan disebut "data". Sumber data peneliti menggunakan angket adalah responden atau orang yang menanggapi pertanyaan, baik secara ucapan ataupun tertulis.⁵³ Terdapat dua sumber data dalam penelitian ini yaitu:

1. Sumber Data Primer

Yang dimaksud sumber primer ialah yang berasal dari subjek yang berupa wawancara oleh peneliti. Di mana peneliti memakai teknik dokumentasi, observasi, dan wawancara yang dilakukan kepada kepala sekolah dan guru progsus siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga.

2. Sumber Data Sunder

Yang dimaksud sumber data sekunder ialah semua informasi yang dapat mendukung sumber primer. Biasanya berasal dari jurnal, karya ilmiah, skripsi, buku, tulisan, majalah, dan bermacam-macam sumber lainnya yang masih berkaitan dengan hasil penelitian.

E. Metode Pengumpulan Data

1. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu penyimpanan informasi, pengumpulan, pemilihan, dan pengelolaan dalam bidang pengetahuan, penyediaan atau pengumpulan bukti serta informasi masa lalu, seperti gambar, tulisan, serta karya lain dari seseorang.⁵⁴ Dokumentasi yang dibutuhkan penelitian ini yaitu informasi detail yang diberikan oleh guru progsus bina diri siswa

⁵² Lexy J. Moleong, *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya, (Edisi Revisi), 2019., Hlm. 177.

⁵³ Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Rinika Cipta), 2013, Hlm. 172

⁵⁴ Blasius Sudarsono, *MEMAHAMI DOKUMENTASI*, *Acarya Pustaka*, Vol. 3, No. 1, Juni 2017

tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga dan foto saat melakukan observasi maupun wawancara.

2. Wawancara

Wawancara ialah teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melaksanakan atau melakukan studi pendahuluan guna menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam.⁵⁵ Metode pengumpulan data ini sebagai metode yang baik untuk mengetahui perasaan, keyakinan, tanggapan, pendapat, motivasi, dan proyeksi pada diri pribadi.⁵⁶

Peneliti akan melakukan proses percakapan yang dilakukan oleh dua pihak atau lebih. Yaitu salah satu pihak sebagai pencari data, dimana seseorang mengajukan pertanyaan (interviewer). Dan pihak lain sebagai sumber data, dimana seseorang memberikan jawaban atas pertanyaan tersebut (interviewee) dengan memanfaatkan komunikasi yang wajar dan lancar. Metode wawancara ini digunakan untuk mengetahui bagaimana proses program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga dengan melakukan wawancara kepada guru progsus bina diri siswa tunagrahi di SLB Purba Adhi Suta. Wawancara dilakukan pada tanggal 18 Maret 2024.

3. Observasi

Dalam penelitian ini, peneliti memakai metode observasi. Dimana metode observasi ialah cara yang efektif untuk melengkapi data dengan formulir observasi atau blank instrumen dan format yang sudah siap dan memuat peristiwa atau perilaku yang digambarkan seperti yang akan terjadi di dalam penelitian tersebut.⁵⁷ Sutrimo Hadi juga menyatakan bahwa observasi adalah suatu proses yang kompleks, yang tersusun dari

⁵⁵ Feny Tri Nandayani, 2019, Bimbingan Kemandirian melalui Program Khusus Bina Diri bagi Siswa Tingkat SMP Tunagrahita di SLB ABCD Kuncup Mas Banyumas, Dalam Skripsi, Banyumas: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto

⁵⁶ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu : Observasi, Checklist, Interviu, Kuesioner, Sosiometri*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2020, Cetakan III), Hlm. 124

⁵⁷ Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Rinika Cipta), 2013, Hlm. 272.

berbagai proses psikologis dan biologis. Yang mana dua diantara terpenting ialah proses ingatan dan pengamatan.⁵⁸

Dalam observasi ini, peneliti melakukan pengamatan terhadap siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga. Penelitian ini dilakukan di SLB Purba Adhi Suta sekali setiap bulanya yang dilaksanakan selama 3 bulan berturut-turut. Yaitu pada bulan Maret, April, dan Mei 2024 agar mengetahui perkembangan program bina diri untuk menembangkan resiliensi kepada siswa tunagrahita.

F. Metode Analisis Data

Metode analisis data merupakan suatu proses penyederhanaan data dengan cara memadatkannya menjadi salah satu bentuk yang mudah dibaca, dipahami dan diinterpretasi oleh seseorang.⁵⁹ Sebagai fungsi analisis data, memantau dan melaporkan hasil observasi dengan menggunakan prosedur yang jujur, adil dan selengkap mungkin. Analisis data ini merupakan kelanjutan dari manajemen informasi. Penulis menggunakan metode analisis data induktif (penelitian langsung di tempat penelitian). Dengan demikian, kesimpulanya hanya ditarik dan diperoleh lebih awal dalam proses pengumpulan data.

1. Reduksi Data

Setelah melakukan penelitian, maka diperoleh data dari lapangan. Namun data yang kita peroleh tersebut masih mentah dan perlu diolah untuk mendapatkan data yang kita inginkan. Pada tahap ini, data yang telah kita dapat di lapangan akan dianalisa untuk kemudian dipilah, memusatkan perhatian, ditransformasikan pada topik-topik tertentu, sehingga terbentuklah rangkuman data yang mengarah pada topik masalah

⁵⁸ Feny Tri Nandayani, 2019, Bimbingan Kemandirian melalui Program Khusus Bina Diri bagi Siswa Tingkat SMP Tunagrahita di SLB ABCD Kuncup Mas Banyumas, Dalam Skripsi, Banyumas: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto

⁵⁹ Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Rinika Cipta), 2013, Hlm. 54.

yang akan dibahas.⁶⁰ Kemudian hasil reduksi data ini akan memudahkan peneliti terkait data apa yang telah diperoleh dan belum diperoleh.

Dalam hal ini peneliti melakukan pemilahan data yang didapatkan dari hasil informasi atau narasumber yang lebih mendalam dan penting. Hal ini berkaitan dengan kevalidan, dan kelengkapan data atau informasi yang bisa dipertanggungjawabkan nantinya. Penelitian ini berisi data tentang perkembangan resiliensi siswa tunagrahita.

Dalam proses reduksi data ini, peneliti melakukan dengan menggabungkan berbagai informasi atau data dari hasil wawancara, pengamatan dan dokumentasi dengan menggunakan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingaa. Dengan cara memfokuskan pada data yang lebih baru, menarik, penting dan berguna.

2. Penyajian Data

Dalam penelitian kualitatif, data yang diperoleh kemudian akan disajikan dalam bentuk narasi, dan ditulis secara deskriptif. Penyajian data yang baik, dan alur yang jelas akan sangat mempengaruhi hasil penelitian guna tercapainya suatu analisis hasil penelitian yang valid dan reliabel.⁶¹ Peneliti disini melakukan penyajian data dengan menulis secara naratif sesuai kaidah KBBI. Dimana informasi atau data yang disajikan ialah tentang program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingaa.

3. Verifikasi Data

Verifikasi data sering disebut dengan peninjauan kembali data yang telah kita peroleh. Setelah data yang diperoleh disajikan, langkah selanjutnya adalah menarik kesimpulan atau intisari dari topik masalah yang sedang dibahas. Namun, ini tidak berarti bahwa ini adalah akhir dari penelitian karena kesimpulan akan berubah jika dalam perjalanan

⁶⁰ Baso Iping, (2021), *Teknik Pengolahan dan Analisis Data Penelitian, Metodologi Penelitian Bidang Muamalah, Ekonomi, dan Bisnis*, 145, Hlm. 149

⁶¹ Baso Iping, (2021), *Teknik Pengolahan dan Analisis Data Penelitian, Metodologi Penelitian Bidang Muamalah, Ekonomi, dan Bisnis*, Hlm, 151

penelitian ditemukan data baru yang lebih valid. Hasil penarikan data ini adalah hal yang akan menjawab semua rumusan masalah atau tujuan dari penelitian.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi

1. Sejarah Berdirinya SLB Purba Adhi Suta⁶²

Yayasan Purba Adhi adalah sebuah lembaga yang bergerak dalam bidang penyelenggaraan pendidikan inklusi yang memiliki perhatian besar pada pendidikan anak berkebutuhan khusus (ABK). Yayasan Purba Adhi secara resmi berdiri pada 18 Juli 2001 dengan Akte Notaris Ny. Poerbaningsih Adi Warsito, S.H. Selanjutnya pada tanggal 7 Agustus 2014 di lakukan perubahan Akte pendirian dihadapan Notaris Mansur Ishak, S.H. dan mendapatkan pengesahan dari Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia dengan No. AHU-04373.50.10.2014. Yayasan Purba Adhi membawahi dua pusat pendidikan inklusi meliputi Sekolah Purba Adhika di Lebak Bulus Jakarta Selatan dan Sekolah Purba Adhi Suta di Purbalingga Jawa Tengah.

Sejak pertama berdiri Yayasan Purba Adhi merintis pembukaan sekolah inklusi dengan nama Sekolah Purba Adhika yang terletak di Jl. H. Ipin No 31, Karang Tengah I Lebak Bulus Jakarta Selatan pada 2001. Tahun 2006 sarana pendidikan berupa gedung permanen sudah terbangun. Secara bertahap pada tahun 2009 di buka kelas SMP (program persamaan) dan tahun 2013 mulai membuka kelas SMA (program persamaan). Selain Sekolah Purba Adhika, Yayasan Purba Adhi juga mendirikan sekolah di Purbalingga dengan nama Sekolah Dasar Purba Adhi Suta yang terletak di Jl. S Parman No 19 B Purbalingga Wetan, Purbalingga Jawa Tengah pada tahun 2006.

Pada tahun 2015, Yayasan Purba Adhi mendirikan SMPLB Purba Adhi Suta di lokasi yang sama yaitu di Jl. S. Parman No. 19 B Purbalingga Wetan, Kecamatan Purbalingga, Kabupaten Purbalingga, Provinsi Jawa

⁶² Dokumentasi Sekolah Luar Biasa Purba Adhi Suta Purbalingga, Pada Hari Senin Tanggal 13 November 2023.

Tengah. SMPLB Purba Adhi Suta memperoleh izin pendirian dan operasional pada 17 Mei 2017 berdasarkan Keputusan Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah No. 420/4571/2017. Kemudian pada 24 April 2018 SMPLB Purba Adhi Suta memperoleh izin perubahan satuan pendidikan khusus dari SMPLB Purba Adhi Suta menjadi SLB Purba Adhi Suta berdasarkan Keputusan Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah No. 420/4549/2018. Berdasarkan izin tersebut maka SLB Purba Adhi Suta dapat melayani pendidikan anak berkebutuhan khusus pada jenjang satuan pendidikan SDLB, SMPLB dan SMALB. SLB Purba Adhi Suta dapat melayani pendidikan anak berkebutuhan khusus pada jenjang satuan pendidikan SDLB, SMPLB dan SMALB dengan Hambatan Penglihatan (A), Hambatan Pendengaran (B), Hambatan Berfikir (C), Hambatan Gerak (D) dan Autis (Q). Namun hingga kini siswa yang bersekolah di SLB Purba Adhi Suta hanya siswa dengan Hambatan Pendengaran (B), Hambatan Berfikir (C), Hambatan Gerak (D) dan Autis (Q).

2. Visi Misi

a. Visi: “Membangun Tunas Bangsa Berkarakter”.

b. Misi

Memberikan kesempatan belajar kepada anak-anak berkebutuhan khusus, membantu anak dalam mengatasi masalah kelainannya, menumbuhkan kembangkan pola pembelajaran yang menyenangkan, tuntas, dan ramah anak serta memiliki infrastruktur sarana pendidikan yang memadai, menciptakan suasana belajar yang dilandasi oleh sikap-sikap inovatif dan produktif, mengembangkan sikap dan perilaku yang dilandasi oleh keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, mengembangkan potensi ABK agar mandiri dan bertanggung jawab dan memberikan motivasi kepada masyarakat agar menyadari akan pentingnya pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus.

B. Penyajian Data

1. Kondisi siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

Keterbatasan pikiran yang dialami oleh siswa tunagrahita menjadi salah satu penghambat awal dalam proses belajar. Mereka tidak bisa menyeimbangi serta berkompetisi dengan baik dalam belajar seperti teman-temannya yang normal, sehingga mereka seringkali menjadi bahan bullyan di sekolah sebagai anak yang bodoh di kelas. Oleh karena itu cara pembelajaran yang diterapkan melalui program khusus siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta yaitu dengan menggunakan sistem ROMBEL (Rombongan Belajar) yang di mana siswa belajar bersama-sama dalam satu kelas tetapi metode, materi, maupun teknik yang diberikan itu berbeda-beda sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan setiap peserta didik tersebut.

Siswa kelas XII di SLB Purba Adhi Suta berjumlah 5 anak berjenis laki-laki yang bernama IRK, FDH, PS, FH, dan DMS. Dari ke 5 anak tersebut, mereka semua sebenarnya sudah bisa melakukan cukup banyak aktivitas dalam sehari-hari. Namun, masih banyak juga aktivitas yang belum mereka pahami dan masih membutuhkan pengawasan serta pembinaan untuk membantu mengembangkan potensi yang dimilikinya secara maksimal seperti mengembangkan sikap simpati dan empati terhadap lingkungan sekitar, mengenalkan dan menggunakan alat atau benda tajam, mengenalkan peraturan di tempat-tempat umum, melatih menumbuhkan rasa percaya diri dan lain sebagainya.

Pada dasarnya siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta ini terbagi menjadi tiga tingkatan, antara lain siswa tunagrahita berat, sedang, dan ringan. Dilihat secara rinci proses belajar untuk siswa tersebut berbeda-beda seperti yang telah dipaparkan di bawah ini berdasarkan hasil wawancara oleh bapak Adieb, S.Sos selaku guru progsus siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta⁶³.

⁶³ Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

a. Siswa Tunagrahita Ringan

Siswa memiliki tingkat kecerdasan paling tinggi dibandingkan siswa tunagrahita sedang dan berat. Siswa tunagrahita ringan memiliki kecerdasan setara dengan anak normal usia 12 tahun, dengan IQ sekitar 50-70. Meskipun kecerdasan serta adaptasi sosialnya terhambat, kecerdasan yang dimiliki oleh siswa tunagrahita ringan ini mempunyai potensi untuk berkembang dibidang kemampuan bekerja, penyesuaian sosial serta pelajaran akademik.

Siswa tunagrahita ringan kelas XII di SLB Purba Adhi Suta berjumlah 5 orang yang bernama IRK, FDH, PS, FH dan DMS. Dimana kondisi dari siswa tersebut saat ini yaitu:

- 1) IRK, mengalami banyak perkembangan mulai dari disiplin diri, mampu merawat diri, mandiri, bertanggung jawab, mampu mengontrol emosi, lebih peka atau penuli dengan lingkungan sekitar serta mampu mengenal macam-macam benda tajam dan manfaatnya.
- 2) FDH, kondisi FDH saat ini ialah sudah berani atau percaya diri berkomunikasi dan bersosialisasi dengan teman sebaya maupun orang disekitarnya, disiplin, dapat memahami aturan-aturan yang berlaku di tempat umum, bertanggung jawab, berperilaku baik dan mandiri.
- 3) PS, perkembangan FDH saat ini yaitu sudah bisa mengontrol emosi dengan baik, mampu menghormati orang yang lebih dewasa, mandiri, serta sudah lebih percaya diri untuk menggunakan atau memakai benda-benda tajam.
- 4) FH, kondisi atau perkembanganya yaitu sudah mulai berani bersosialisasi dengan orang di sekitarnya, mampu merawat, mengurus serta menolong diri namun masih butuh bimbingan saat praktik, bersikap sopan dan mampu menghargai serta mendengarkan saat guru sedang menjelaskan materi.

- 5) DMS, sedangkan untuk DMS ini termasuk kedalam tunagrahita C1 yang di mana siswa tersebut mengalami *down syndrom*. Kondisinya saat ini DMS menjadi lebih mandiri, percaya diri, mampu menghormati orang yang lebih dewasa, mudah beradaptasi dengan lingkungan serta mampu mengontrol emosi.

Kelima anak tersebut mereka semua masuk kedalam klasifikasi tunagrahita ringan, yang mana tugas perkembangan jauh lebih cepat dan kompleks dari tunagrahita sedang maupun berat karena mereka memiliki kapasitas untuk belajar ketrampilan yang lebih canggih dan berfungsi lebih mandiri. Berikut beberapa tugas bina diri untuk siswa tunagrahita ringan yang umum diajarkan:

- 1) Kebersihan Pribadi, ialah guna meningkatkan ketrampilan merawat diri seperti mandi, mencuci rambut, menyikat gigi dan merawat kulit.
- 2) Berpakaian, ialah melatih memilih dan mengenakan pakaian yang sesuai dengan situasi dan cuaca, serta ketrampilan merawat pakaian yaitu mencuci dan menyetrika.
- 3) Makan dan Gizi, mengajarkan cara memasak makanan sederhana, memahami gizi dasar dan menjaga kebersihan saat memasak.
- 4) Toilt Training, memperkuat kebiasaan menggunakan toilet dengan benar termasuk menjaga kebersihan diri setelah buang air besar maupun kecil.
- 5) Keamanan Diri, mengajarkan cara menghindari situasi berbahaya, memahami cara meminta bantuan serta mengetahui nomor telepon darurat.
- 6) Manajemen Waktu, membantu memahami dan mengatur jadwal harian, menggunakan kalender, jam dan alat pengingat lainnya.
- 7) Ketrampilan Rumah Tangga, mengajarkan tugas-tugas rumah tangga seperti membersihkan rumah, menyapu, mengepel, mencuci, memasak, membuang sampah dan lainnya.

- 8) Interaksi Sosial dan Komunikasi, meningkatkan ketrampilan komunikasi verbal dan non-verbal, memahami dan mengikuti aturan sosial, serta mengembangkan kemampuan berinteraksi dengan orang lain.
- 9) Manajemen Uang, mengajarkan dasar-dasar keuangan seperti menabung, membuat anggaran, berbelanja dengan bijak serta memahami nilai uang.
- 10) Penggunaan Transportasi, melatih menggunakan kendaraan umum, memahami rambu-rambu lalu lintas dan merencanakan rute perjalanan.
- 11) Kesehatan dan Kebugaran, mengajarkan pentingnya aktivitas fisik, olahraga, serta merawat kesehatan mental dan fisik secara umum.
- 12) Manajemen Emosi dan Stres, membantu mengenali dan mengelola emosi dan mengembangkan strategi untuk mengatasi stress dan kecemasan.
- 13) Pekerjaan dan Vokasional, memperkenalkan ketrampilan kerja dasar, etika kerja dan mempersiapkan individu untuk bekerja atau kegiatan vokasional yang sesuai dengan kemampuan siswa.

b. Siswa Tunagrahita Sedang

Pada usia dewasa, siswa kategori sedang ini baru bisa memiliki kecerdasan yang sama dengan anak normal umur 7-8 tahun. Siswa dengan kategori sedang ini juga sulit untuk mempelajari pelajaran akademik, hamper selalu bergantung pada orang lain, dan perkembangan bahasa yang masih sangat terbatas. Meskipun demikian, mereka masih mampu membedakan mana bahaya dan bukan bahaya, masih memiliki kemampuan untuk belajar memelihara serta menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

c. Siswa Tunagrahita Berat

Siswa yang memiliki kecerdasan yang hanya mampu berkembang paling tinggi sama dengan anak normal usia 3-4 tahun. Siswa kategori

berat ini tidak bisa membedakan bahaya, selalu bergantung pada orang lain, dan hanya mampu memahami kata-kata yang sangat sederhana.

Dari pemaparan diatas tentang kondisi siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta saat ini sudah lebih baik dan maksimal, mereka mampu mencapai potensi yang maksimal dan dapat menjalani kehidupan yang lebih mandiri dan bermakna. Di mana sebelum siswa mengenal dan mengikuti program bina diri mereka sebagai siswa yang memiliki keterbelakangan mental mengalami berbagai macam kesulitan dan masalah seperti: 1) masalah emosional, di mana siswa rentan terhadap stress dan kecemasan. 2) masalah perilaku, di mana siswa cenderung menunjukkan perilaku yang kurang sesuai dengan norma sosial. 3) kemampuan sosial yang terbatas, di mana siswa mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, baik teman sebaya maupun orang dewasa serta mengalami kesulitan dalam berkomunikasi secara efektif. 4) kemampuan akademis yang terbatas, di mana siswa mengalami keterlambatan dalam membaca, menulis, dan berhitung serta memerlukan waktu yang cukup lama agar siswa mampu memahami materi yang diberikan. 5) kesulitan dalam kemandirian, di mana siswa mengalami kesulitan untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti makan, minum, berpakaian, dan merawat kebersihan diri sendiri.

Sedangkan perubahan yang dialami oleh ke-5 siswa tunagrahita setelah mengenal dan mengikuti program bina diri di SLB Purba Adhi Suta cenderung menunjukkan peningkatan dalam beberapa aspek seperti: 1) Peningkatan interaksi sosial, di mana siswa lebih berani untuk berkomunikasi dan terbuka dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan orang dewasa, mampu mengembangkan rasa empati dan simpati terhadap lingkungan sekitar. 2) penurunan perilaku negatif, di mana siswa lebih mampu untuk mengendalikan dirinya sendiri sehingga tidak memberikan perilaku negatif seperti tantrum atau perilaku agresif. 3) peningkatan rasa percaya diri, di mana siswa lebih baik dan mampu dalam mengelola diri sehingga mereka dapat mengembangkan kemampuan dalam berfikir kritis

dan membuat keputusan yang bijak. 4) peningkatan kemandirian, di mana siswa lebih mandiri dalam melakukan aktivitas atau pekerjaan sehari-hari seperti mandi, makan, berpakaian. 5) emosional lebih stabil, di mana siswa belajar mengidentifikasi dan mengekspresikan emosinya dengan cara yang sehat, serta mampu mengurangi stress dan kecemasan atau kebingungan.

Hal ini juga di dukung dengan hasil wawancara oleh Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos yang menyatakan bahwa:

“eh sebelum mengenal bina diri itu ya anak-anak belum memiliki sikap simpati dan empati mbak, mereka juga masih belum bisa mandiri seperti saat pertama kita menyuruh mereka gosok gigi mereka tidak mau, mereka masih merasa takut bahkan ada yang belum mengerti tentang benda tajam dan manfaatnya ketika kita ajarkan untuk mengenal dan menggunakan benda tajam serta mereka belum paham akan menaati peraturan-peraturan di tempat umum. Nah setelah mereka mempelajari dan mengikuti program bina diri tersebut Alhamdulillah sedikit demi sedikit anak dapat melatih dirinya untuk peduli terhadap kondisi yang ditemui di sekitar lingkungan, mereka bisa lebih mandiri, disiplin, dan bertanggung jawab karena sudah terbiasa untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti gosok gigi tadi, sudah lebih berani menggunakan benda tajam dan percaya diri begitu”.⁶⁴

Hal ini juga didukung oleh hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas yaitu:

“untuk kondisi anak sendiri saat ini ya itu tergantung juga mbak ada yang sudah berubah ada yang masih sama tergantung pada anaknya juga ada yang cepat memahami materi yang bisa dilakukan atau dipraktikan secara langsung, tetapi ada juga yang setelah diberikan materi pembelajaran ya masih sama seperti biasa-biasa saja itu ya misalnya teori memasak gitu ya ada anak yang langsung bisa masak, tetapi ada juga yang belum bisa memasak, jadi memang harus konsisten dalam mengajar”⁶⁵

2. Fungsi dan Tujuan Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, serta dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti dari tempat penelitian bahwa program bina diri

⁶⁴ Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

⁶⁵ Hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga yaitu sebagai berikut:

Secara garis besar fungsi dan tujuan dari program bina diri yang di diberikan oleh SLB Purba Adhi Suta ini mempunyai peran besar dan penting bagi siswa tunagrahita untuk menciptakan kemandirian anak. Fungsi dan tujuan bina diri yaitu untuk membantu anak tunagrahita menjadi anak yang mandiri, percaya diri, berkomunikasi serta bersosialisasi dan adaptasi di lingkungan mereka guna memberikan mereka pengetahuan untuk masa depan.

Sedangkan tujuan resiliensi yakni untuk meningkatkan kemandirian siswa guna mendorong siswa untuk inisiatif dalam merencanakan serta mencapai tujuan yang maksimal dan menjadi individu yang mandiri. Mampu mengatasi tantangan seperti tekanan belajar, kegagalan atau hambatan lainnya. Meningkatkan daya tahan untuk membangun mental dan emosional siswa agar mampu bertahan dan pulih dari kegagalan, serta meningkatkan prestasi belajar yang bertujuan agar kelak siswa dapat mencapai potensinya secara maksimal mereka dengan mengatasi hambatan atau kesulitan yang mungkin mereka hadapi, mampu mengelola emosional, mampu mengembangkan ketrampilan adaptasi, serta membantu siswa membangun dan memelihara hubungan sosial yang sehat dan mendukung agar mampu hidup bermasyarakat dengan baik dan mandiri. Selain itu dengan diberikanya program khusus bina diri nantinya akan berfungsi agar siswa mampu menjadi pribadi yang lebih kuat, mandiri dan optimis (percaya diri).

Fungsi bina diri bagi anak tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta yaitu:

- a. Kemampuan mengurus diri sendiri, seperti: menggunakan dan melepas sepatu, memakai baju, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menyisir rambut, mandi, menggosok gigi, mencuci baju, melipat dan menggantung, buang air besar dan kecil sendiri, memotong buah dan memasak.

- b. Kemampuan menolong diri, seperti: mengenal benda-benda berbahaya, mengenal binatang buas dan jinak, menghindarkan dan mengendalikan diri dari bahaya (api, air, listrik, binatang peliharaan dan binatang buas), menghindari diri dari bencana alam, memasak makanan sederhana dan menghidangkannya, menyapu dan membersihkan halaman rumah, memcuci pakaian dan perabotan rumah, mengepel lantai, mengobati luka dari benda-benda dan binatang berbahaya.
- c. Kemampuan berkomunikasi, seperti: berkomunikasi secara verbal atau lisa (tatap muka), komunikasi ekspresif (mengungkapkan keinginan pertanyaan tentang dirinya dan keluarga, berkomunikasi secara audio-visual (dengan media), komunikasi reseptif (memahami simbol-simbol disekitar lingkungan) seperti tanda lalulintas, tanda wc pria dan wc wanita serta menggunakan bahasa sesuai etika.
- d. Kemampuan bersosialisasi dan adaptasi, seperti: bermain dengan teman, melakukan kerjasama di lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat, serta melakukan orientasi dan adaptasi dengan lingkungan sekitar, menghormati orang tua, menolong orang, menjenguk orang sakit serta mampu menghargai pendapat orang lain.
- e. Ketrampilan hidup, seperti: mengenal nilai uang, mengenal fungsi uang, mengatur dan menggunakan uang, belanja dan mengatur hasil pembelanjaan, menjaga kebersihan pakaian, mengenal alat masak, membuat minuman dingin dan panas, merapikan tempat tidur, menghemat pemakaian listrik dan memelihara kebersihan perabot rumah tangga, dan membuat produk tata boga sederhana.
- f. Mengisi waktu luang, seperti: olahraga, latihan berternak, bercocok tanam, membuat kesenian dan ketrampilan.

Pernyataan tersebut didukung hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas yang menjelaskan bahwa:

“program khusus bina diri disini itu fungsinya sangat penting mbak bagi anak-anak khususnya anak tunagrahita. Yaitu anak-anak dilatih atau diajarkan agar anak dapat menguasai kemandirian dia. Menguasai bagaimana dia harus menggosok gigi sendiri, memasak sendiri, memakai

baju sendiri, eh untuk bekal kehidupannya dia gitu, biar segala sesuatunya dia bisa mengerjakan sendiri tanpa bantuan orang lain. Walaupun bantuan itu seminimal mungkin gitu yah, tidak harus tidak boleh dibantu gitu, boleh dibantu tapi seminimal mungkin. Agar kelak dapat beradaptasi sesuai dengan teman sebayanya dan diharapkan dia memiliki rasa percaya diri yang besar”.⁶⁶

Pernyataan tersebut juga dipertegas oleh Bapak Adieb, S.Sos, selaku guru program khusus bina diri di SLB Purba Adhi Suta yaitu menjelaskan bahwa:

“Fungsi dan tujuan program bina diri itu sendiri, berfungsi untuk meningkatkan kemandirian untuk merawat diri, menolong diri, mengurus diri, komunikasi, sosialisasi dan adaptasi, kebutuhan ketrampilan hidup serta mengisi waktu luang bagi anak-anak tunagrahita yah soalnya program bina diri hanya dikhususkan untuk anak tunagrahita. Nah sedangkan tujuannya yaitu itu untuk melatih kemandirian satu, terus dalam sikap dan lebih tingginya lagi ketika sudah mandiri dalam hal-hal kecil sih mbak, seperti mandi, menggosok gigi, makan, pokoknya hal-hal mendasarlah bagi manusia dan nanti dilatih untuk mandiri dan tidak bergantung pada orang tuanya maupun ke orang lain, lebih ke tidak bergantung dan mandiri”.⁶⁷

Jadi sudah jelas pernyataan yang dijelaskan diatas sesuai dengan pemaparan yang sudah dijelaskan pada bab II bahwa fungsi dan tujuan dari program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yaitu berfungsi untuk membangun kemandirian pada anak tunagrahita agar mereka bisa menanamkan pengetahuannya tentang bagaimana cara merawat diri, menolong diri, sosiliasi dan adaptasi, mengurus diri, komunikasi, ketrampilan dan mengisi waktu luang. Sedangkan tujuan dari resiliensi melalui program bina diri yaitu untuk memantapkan kepribadian siswa tunagrahita agar mampu berkembang sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya serta mampu mengembangkan situasi dan kondisi yang baik sehingga tidak akan menjadi suatu problem bagi dirinya dan orang lain dimasa depan. Yang dimaksud dari pernyataan ini ialah bahwa apabila

⁶⁶ Hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

⁶⁷ Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

siswa tunagrahita telah selesai dilatih program bina diri ini, siswa diusahakan dapat menjadi pribadi yang mandiri serta mampu mencapai kapasitas maksimalnya untuk mendapatkan kepuasan hidup dengan tetap menyadari terdapat kekurangan didalam dirinya.

3. Aspek- aspek Resiliensi untuk Mengembangkan Siswa Tunagrahita melalui Program Bina Diri di SLB Purba Adhi Suta

Bentuk-bentuk resiliensi untuk mengembangkan siswa tunagrahita yang dilakukan oleh guru progsus SLB Purba Adhi Suta melalui program bina diri yaitu seperti:

a. Membangkitkan rasa percaya diri siswa

Rasa percaya diri ini diberikan oleh guru kepada siswa tunagrahita dengan memberikan sikap dan dorongan yang positif melalui tugas-tugas yang diberikan sesuai dengan tingkat kesulitan yang dimiliki siswa sesuai dengan kemampuannya. Contohnya: siswa tunagrahita diperintahkan untuk bisa berkunjung serta berbelanja sederhana sendiri di tempat-tempat pelayanan terdekat seperti mini market ataupun warung.

b. membangkitkan rasa bertanggung jawab

Guru memberikan peluang atau kesempatan kepada siswa tunagrahita untuk berani berbuat dan bertindak. Contohnya: siswa diberikan tugas-tugas sederhana dirumah seperti PR dan tugas disekolah seperti jadwal piket kelas agar siswa merasa memiliki tanggung jawab yang harus diselesaikan serta siswa diberikan sanksi atau hukuman yang akan didapatkan apabila tugas yang telah diberikan tidak dikerjakan.

c. Membangkitkan kemampuan memiliki disiplin diri

Untuk hal ini dibutuhkan adanya rasa kepercayaan tinggi yang diberikan kepada siswa agar mereka terbiasa untuk mempunyai rasa disiplin dalam dirinya sendiri. Tetapi rasa kepercayaan tersebut harus diperoleh sendiri sesuai kemampuan yang dimiliki oleh siswa.

Contohnya: siswa dapat memenejemen atau mengetahui waktu kapan dirinya harus bangun dan tidur, menaati peraturan di sekolah dan tempat umum seperti pada jam berapa mereka harus sudah tiba di sekolah, buang sampah pada tempat sampah dan lain sebagainya.

d. Melatih potensi siswa agar mampu mengambil keputusan

Untuk meningkatkan potensi tersebut diperlukanya pemberian materi sebanyak dan seluas-luasnya kepada siswa untuk bisa bergerak melakukan suatu tindakan dengan mengandalkan kemampuan yang dimilikinya dan membiarkan langkah apa saja yang akan siswa ambil sebagai keputusan yang diambilnya yang bertujuan untuk melatih kemampuan siswa agar bisa menerima kegagalan serta kekecewaan akibat keputusan yang mereka ambil. Contohnya: siswa diberi sebuah tugas menggambar dan siswa dihadapkan dengan berbagai macam bentuk dan brand pensil di sebuah kotak. Siswa diberi pilihan untuk memilih dan mengambil pensil yang seperti apa yang akan digunakannya untuk menggambar.

Hal tersebut didukung oleh hasil wawancara yang dilakukan dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas yang mengatakan bahwa:

“bentuk-bentuknya ya itu mbak bisa dengan praktek dan tertulis gitu, kita kasih materi terlebih dahulu kepada mereka seperti penggunaan benda tajam, bagaimana berteman dengan baik, bagaimana sikap kepada orang yang lebih tua dan di bawah mereka. Misalnya ya kalau praktek ya kaya gosok gigi, mencuci kaos kaki sendiri, sepatu, memasak gitu. Memasaknya ya yang gampang-gampang gitu mbak kaya membuat telur, mie instan, membuat nasi goreng agar mereka bisa lebih percaya diri bahwa mereka bisa melakukannya sendiri dan berani bertanggung jawab atas apa yang mereka lakukan gitu mbak ya seperti tadi ketika habis memasak ya piring dan alat masaknya harus dicuci dan dirapikan kembali”⁶⁸.

Sama halnya dengan hasil wawancara bersama Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos yang menyatakan bahwa:

⁶⁸ Hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

“Nah kalo program khusus bina dirikan kalo pertama saya pasti ada teori dan praktik ya dengan anak itu. Teori tetapi bukan hanya sebatas tulisan gitu ya, tapi lebih kegambar dan dibuat kelompok kecil. Misalnya ketika sudah masuk kelas, anak-anak disuruh duduk dengan rapih dan tenang supaya mereka bisa memperhatikan dan mendengarkan apa yang disampaikan dan dipraktikan oleh guru misalnya tentang gunting ya. Nah setelah menengal gunting dan fungsinya kita menyuruh siswa untuk memotong kertas dengan rapih, menggunting dengan pola seperti itu mbak, untuk apa? Ya untuk melatih anak agar lebih percaya diri dan berani untuk menggunakan alat-alat tajam serta membentuk sikap disiplin diri siswa tentunya ya”.⁶⁹

Jadi dapat kita ambil kesimpulannya bahwa guru progsus siswa tunagtahta di Sekolah Luar Biasa Purba Adhi Suta Purbalingga telah melaksanakan 4 macam bentuk atau aspek resiliensi melalui program bina diri untuk mengembangkan siswa tunagrahita khususnya untuk membiasakan siswa menjadi siswa yang dapat tumbuh dan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, dapat meningkatkan rasa bertanggung jawab, disiplin dan berani mengambil keputusan. Dari pemaparan diatas bahwa berdasarkan teori yang terdapat pada bab II menurut Revich and Shatte menjelaskan bahwa terdapat 7 aspek resiliensi yaitu regulasi emosi (*claming dan focusing*), pengendalian implus, optimisme, analisis kasual, empati, efikasi diri, dan *reaching out*. Akan tetapi, aspek-aspek yang terlihat di SLB Purba Adhi Suta mengenai resiliensi siswa tunagrahita hanya 4 yaitu :

- a. Optimisme atau percaya diri, yaitu kemampuan menghadapi problematika yang akan terjadi di masa sepan.
- b. Analisis kasual atau menumbuhkan rasa tanggung jawab, yaitu kemampuan seseorang agar dapat mengidentifikasi suatu konflik secara akurat agar tidak mengulangi kesalahan-kesalahan yang sama.
- c. Efikasi diri atau mengambil keputusan sendiri, yaitu suatu kepercayaan untuk mencari solusi yang tepat dengan menggunakan

⁶⁹ Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

keyakinan dan kemampuan siswa untuk menyelesaikan masalah dan mencapai tujuan yang diharapkan.

- d. *Reaching Out* atau disiplin diri, yaitu sama-sama memiliki kemampuan untuk keluar dari kehidupannya setelah mengalami kesulitan yang telah dialami dengan melakukan nilai-nilai positif.

Dengan berbagai macam hal yang telah dilakukan oleh guru progsus bina diri dengan penuh kesabaran, kasih sayang dan perhatian yang tulus mengajarkan kepada siswanya akhirnya mampu membuahkan hasil sedikit demi sedikit kepada peserta didiknya. Di mana siswa tersebut sudah mampu atau bisa untuk melaksanakan tugasnya dengan baik dan benar.

4. Tahapan atau Cara Pembelajaran Siswa Tunagrahita melalui Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

Tahapan atau cara memberikan bimbingan pembelajaran kepada siswa yang memiliki hambatan berfikir seperti anak tunagrahita yang dilakukan oleh setiap guru itu pasti berbeda-beda yaitu:

- a. cara penyampaian materi yang dilakukan oleh Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos melalui program bina diri agar siswa mampu menumbuhkan rasa percaya diri contohnya seperti: Siswa diajarkan untuk bisa mengunjungi tempat-tempat pelayanan umum missal berbelanja sendiri. Cara penyampaian materi tersebut yaitu:
- 1) Guru memberi gambaran atau penjelasan terlebih dahulu tentang tempat pelayanan, toko atau warung yang akan dikunjungi oleh siswa
 - 2) Guru menjelaskan bagaimana cara memilih barang-barang yang akan dibeli dan digunakan sesuai kebutuhan siswa
 - 3) Siswa menyimak guru yang sedang mempraktikan dengan baik

- 4) Guru memberikan penugasan kepada siswanya untuk mendemonstrasikan secara langsung dengan pergi ke mini market terdekat yang berada di sekolah
 - 5) Guru memberikan apresiasi atau pujian kepada siswa yang berhasil dalam melakukan tugasnya dengan benar
 - 6) Guru memberikan ekstra perhatian khusus kepada siswa yang belum mampu untuk melaksanakan tugasnya secara langsung dengan cara mendampingi siswa untuk berbelanja mandiri.
- b. Cara penyampaian materi bimbingan atau pembelajaran bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang dilakukan oleh Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos agar siswa mampu bersosialisasi terhadap lingkungannya.
- Siswa disuruh untuk dapat beradaptasi dengan teman sebayanya di sekolah. Cara penyampaian materi tersebut ialah:
- 1) Guru menjelaskan kepada siswa akan pentingnya untuk dapat beradaptasi dengan teman
 - 2) Guru menjelaskan kepada siswa untuk selalu bersikap baik dan sopan terhadap teman maupun orang lain
 - 3) Guru menjelaskan kepada siswa agar tidak membandingkan teman yang satu dengan teman yang lainnya
 - 4) Guru menjelaskan kepada siswa agar tidak membicarakan hal-hal yang tidak baik dan menyinggung perasaan teman
 - 5) Guru memberikan tugas kepada siswa untuk saling bersosialisasi atau diskusi, memahami dan menghargai teman ketika sedang berbicara, menggunakan bahasa yang baik kepada orang lain dan meminta maaf jika ada kata-kata atau perbuatan yang membuat teman marah atau tersinggung.
- c. Cara penyampaian materi bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang dilakukan oleh Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos agar siswa mampu menumbuhkan rasa tanggung jawab pada dirinya.

Mengenalkan siswa dengan berbagai peraturan yang ada di sekolah maupun di rumah. Cara penyampaian materi tersebut ialah:

- 1) Guru menjelaskan terlebih dahulu tentang peraturan apa saja yang harus ditaati oleh siswa baik di sekolah maupun di rumah
 - 2) Guru memberikan gambaran kepada siswa ketika sudah di dalam sekolah siswa tidak boleh membolos saat pelajaran, tidak boleh bermain dan berisik saat guru sedang menjelaskan materi, dan dilarang pergi jauh dari lingkungan sekolah tanpa seizin dari guru
 - 3) Guru menerangkan hukuman atau sanksi yang akan diterima oleh siswa apabila tidak menaati peraturan yang sudah diterapkan dan berlaku di sekolah
 - 4) Guru memberikan foto kasus penculikan kepada siswa dan menerangkan bahayanya ketika siswa bolos atau pergi keluar sekolah maupun rumah sendiri tanpa pengawasan guru maupun orang tua
 - 5) Siswa memperhatikan penjelasan dari guru
 - 6) Siswa memalsanakan perintah guru bahwa tidak akan nakal dan berani membolos atau pergi dari sekolah tanpa seizin guru
 - 7) Dengan memberikan contoh kasus penculikan di atas semua siswa membuktikan bahwa peraturan tersebut mampu menumbuhkan siswa memiliki rasa tanggung jawab atas dirinya sendiri
- d. Cara penyampaian materi bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang dilakukan oleh Bapak Adieb Beilardhi, S.Sos agar siswa mampu berkomunikasi dengan baik. Contohnya seperti:
- 1) Guru menjelaskan kepada siswa untuk menghadapkan muka saat berbicara
 - 2) Guru menjelaskan kepada siswa untuk menggunakan kata sapaan Assalamualaikum, selamat pagi, dan sapaan lainnya apabila bertemu dengan teman, guru dan orang tua

- 3) Guru menjelaskan kepada siswa bahwa ketika bertemu dengan orang yang lebih tua makan harus bersalaman dan mencium tanyanya
 - 4) Guru menjelaskan kepada siswa apabila menerima atau diberi sesuatu oleh orang lain makan ucapkan terimakasih
 - 5) Guru menjelaskan kepada siswa untuk selalu berbicara yang halus, pelan dan sopan
 - 6) Siswa memperhatikan materi yang dijelaskan oleh guru
 - 7) Siswa diberi tugas untuk mempraktikan secara langsung bagaimana adab atau tatakrama berkomunikasi dengan baik
 - 8) Siswa mempraktikan langsung kepada teman satu kelas dengan menggunakan sistem rombonan belajar dan dibagi kelompok agar memudahkan mereka berkomunikasi dengan lawan bicaranya.
- e. Cara penyampaian materi bimbingan bina diri untuk mngembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang telah dilakukan oleh Bapak Adieb Beilardhi, S.Sos agar siswa mampu mengembangkan kemampuan disiplin diri. Contohnya ialah:
- Cara penyampaian materi menggosok gigi yaitu:
- 2) Guru mempersiapkan bahan serta peralatan yang akan digunakan
 - 3) Guru memaparkan materi dan mencontohkan bagaimana cara menggosok gigi dengan baik dan benar
 - 4) Siswa menyimak penjelasan dari guru
 - 5) Guru memberikan pancingan makanan kepada siswa agar mau untuk membersihkan gigi
 - 6) Siswa mempraktikan secara langsung cara menggosok gigi dengan serentak
 - 7) Guru memberikan perlakuan khusus kepada siswa yang mengalami kesulitan saat praktik dengan dibimbing secara halus dan penuh kesabaran

- 8) Guru menjelaskan cara tersebut bertujuan agar peserta didik dapat memahami akan pentingnya menjaga kebersihan, merawat dan memelihara gigi dengan cara menggosok gigi yang baik dan benar
- f. Cara penyampaian materi bimbingan bina diri untuk mngembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang dilakukan oleh Bapak Adieb Beilardhi, S.Sos yaitu supaya peserta didik dapat mengambil keputusan sendiri. Contohnya seperti:
- 1) Guru memaparkan materi dan mencontohkan kepada siswa tentang pentingnya mengambil keputusan dengan baik dan bijak mulai dari mengambil keputusan yang kecil. Missal, siswa kesempatan untuk memilih salah satu dari kegiatan ekstrakurikuler yang akan mereka ikuti di sekolah
 - 2) Guru menerangkan bahwa setelah mengambil keputusan, siswa harus mempunyai tanggung jawab dalam pilihan yang sudah diambil
 - 3) Guru menerangkan serta mengenalkan kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah
 - 4) Siswa langsung mempraktikan dan menentukan pilihanya masing-masing tanpa paksaan
 - 5) Guru memberikan perhatian dan pendampingan khusus kepada murid yang belum mampu mengikuti secara langsung
- g. Cara penyampaian bimbingan bina diri untuk mngembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang dilakukan oleh Ibu Andrita Furi Ningtyas agar siswa mampu menumbuhkan kemandirian dalam merawat diri sendiri. Cohtohnya ialah:
- 1) Guru mengenalkan alat dan bahan yang akan diajarkan dalam bina diri. Seperti, mengetahui dan memahami untuk berlatih menggunakan pakaian yang rapih dan bersih, menggunakan pakaian dalam, menyisir rambut dengan rapih, memakai bedak dengan benar, dan memakai sepatu dan kaos kaki.

- 2) Guru mencontohkan dan menjelaskan cara berpakaian dengan benar. Dalam hal ini guru menggunakan model teman sekelas saat praktik. Namun untuk anak laki-laki dan perempuan dibedakan penggunaan modelnya.
- 3) Guru mempraktikkan cara merapihkan pakaian dengan benar sehingga peserta didik mampu memahami dan mengetahui mana yang harus dirapihkan terlebih dahulu setelah itu melakukan bahan dan alat untuk berhias.
- 4) Guru menjelaskan bagaimana cara menggunakan baju secara rapih dan benar mulai dari memasukan baju kedalam celana, menggunakan sabuk dengan benar, menyisir rambut agar terlihat rapih dan enak dipandang oleh orang lain
- 5) Guru memberikan latihan secara teratur dan berulang-ulang pada siswa tunagrahita agar siswa mampu melakukannya sendiri tanpa bantuan orang lain dan menjadi kebiasaan.

Sudah diketahui dari pemaparan diatas bahwa siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga itu memiliki klasifikasi tunagrahita ringan, sedang dan berat. Oleh karena itu pembelajaran yang diberikan oleh guru seperti cara penyampaian materi dan praktik kepada siswa dalam satu kelas itu berbeda-beda disesuaikan dengan kemampuan yang dimiliki oleh masing-masing siswa. Guru akan melihat satu persatu siswanya sampai sejauh mana perkembangan bina dirinya.

Dari pemaparan diatas diperjelas oleh hasil wawancara bersama Bapak Adieb Beilardhi, S.Sos, yang menyatakan bahwa:

“Tahapan pertama ya biasa yah pembukaan kita membangunkan gairah belajar mereka terlebih dahulu, karena progsus ini jamnya sebelum pulang jadi anak sudah pada malas, moodnya gampang berubah drastis sehingga kita memberikan ice breaking dulu, kemudian kita masuk pembelajaran materi. Materinyapun tidak sepanteng mbak kita harus sabar juga agar anak-anak bisa memahami dengan baik, nah setelah teori nanti baru praktik begitu terus mbak berulang-ulang ya karena memang mereka memiliki keterblakangan mental intelektual yang jauh dibawah rata-rata sehingga mereka mengalami kesulitan dalam komunikasi, sosial, dan tugas-tugas akademik jadi cara penyampaian materinya pun harus pelan-

pelan. Seperti guru mengenalkan dulu alat dan bahan yang akan digunakan, setelah itu kita akan langsung mempraktikkan kepada siswa agar mereka cepat mengerti materi yang kita berikan mbak, kadang juga kita belajar itu secara individual dan kelompok agar tau sampaimana kemampuan dan perkembangan siswa dalam mengikuti pembelajaran”⁷⁰

Penjelasan diatas juga diperkuat oleh hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas yaitu:

“tahapannya itu ya mulai dari teori dulu kaya menjelaskan terlebih dahulu kepana anak-anak baru nanti setelah selesai penjelasan langsung kita kepraktik. Anak mempraktikkan masing-masing kaya missal materinya merawat diri sendiri ya anak-anak disuruh mempraktikkan kaya cara memakai baju yang benar itu bagaimana.”⁷¹

Jadi cara pembelajaran yang diberikan oleh guru progsus untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita melalui program bina diri di SLB Purba Adhi Suta sudah sangat tepat. Dengan cara memberikan pembelajaran kepada siswa yang berbeda-beda atau diindividualisasikan sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan yang dimiliki siswanya terlebih dahulu sampai sejauh mana perkembangannya.

5. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

Di kelas Tungrahita, bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita dilaksanakan seperti sekolah pada umumnya, hanya saja jadwal dan jam yang digunakan berbeda. Jadwal pembelajaran pada program bina diri di SLB Purba Adhi Suta yaitu setiap hari senin pukul 13.00 – 14.00 WIB yang diawali dengan pengondisian kelas terlebih dahulu sehingga terciptaya suasana yang tenang, tertib dan nyaman saat materi pembelajaran dimulai. Guru mengawali pembelajaran dengan mengondisikan kelas, berdo'a bersama, mengabsen siswa, memberikan relaksasi kepada siswa sebelum pelajaran dimulai, kemudian

⁷⁰ Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

⁷¹ Hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

memberikan materi pembelajaran, praktik hasil pembelajaran yang sudah dicontohkan oleh guru, dan yang terakhir memberi penugasan kepada peserta didik.

Namun dalam upaya pelaksanaan bimbingan belajar melalui program bina diri yang diberikan kepada siswa tunagrahita yaitu menggunakan beberapa metode yaitu metode ceramah, metode demonstrasi atau metode praktik, dan metode latihan atau penugasan. Mengingat adanya hambatan kemampuan anak tunagrahita yang lemah, maka guru hanya menggunakan 3 metode saja yang telah disebutkan diatas agar mampu memudahkan siswa dalam mengikuti pembelajaran melalui program bina diri.

Sama seperti halnya dengan hasil wawancara yang dijelaskan oleh guru progsus yaitu keadaan ketika siswa sebelum dan sesudah diberikan bimbingan pasti mempunyai perubahan di dalam diri siswa. Contohnya seperti murid Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos yang bernama PS, dulu sebelum diajarkan bagaimana cara menghormati orang yang lebih tua dia selalu berteriak-teriak saat mengikuti pelajaran dan setelah diajarkan bagaimana cara menghormati guru alhamdulillah sekarang sudah mampu bersikap sopan santun terhadap guru, orang tua maupun orang lain. Seperti juga siswa yang lain ada yang sebelumnya takut dan tidak berani menggunakan benda-benda tajam seperti pisau, gunting dan lain sebagainya, tetapi setelah diajarkan bimbingan bina diri ini mereka mulai berani dan percaya diri bisa menggunakan alat-alat tajam tersebut dengan berjalanya waktu siswa juga sudah mampu untuk melakukan banyak hal dengan mandiri dan baik.

Hal tersebut dijelaskan dengan hasil wawancara berdasarkan pernyataan dari bapak Adieb Bilardhi, S.Sos yang menyatakan bahwa:

“ya kalau untuk metodenya itu kami menggunakan metode ceramah, praktik dan penugasan, tetapi lebih sering digunakan kepraktikmbak. Jadi pada saat pembelajaran guru menjelaskan dulu tuh materinya setelah itu baru anak-anak secara langsung mempraktikkan apa yang sudah dijelaskan dan diajarkan oleh guru dan setelah selesai biasanya mereka saya kasih tugas untuk dikerjakan. Alasan kami menggunakan metode

demonstrasi itu ya agar mudah dipahami oleh siswa mbak karena ya namanya anak tunagrahita memiliki keterbatasan dalam kemampuannya.”⁷²

Sedangkan hasil wawancara tersebut juga didukung oleh hasil wawancara yang telah dijelaskan oleh guru progsus bina diri yaitu Ibu Andrita Furi Ningtyas yang menyatakan bahwa:

“ sebenarnya banyak sih mbak metode bina diri kalau dilihat secara umum yah ya bisa praktik atau demostrasi, teori atau tulisan, ujian itu sama kaya penugasan, ceramah, Tanya jawab dan lain sebagainya. Tetapi yang sering digunakan disini ya praktik langsung mbak, supaya siswa itu lebih cepat paham dengan apa yang sudah guru ajarkan. Contohnya guru mengenal dan menggunakan benda-benda tajam seperti pisau, gunting seperti itu, lalu kemudian setelah itu siswa dilatih untuk mempraktikan secara langsung dengan menggunakan umpan mengajak membuat salad buah atau memasak agar mereka tertarik dan berani untuk memegang dan menggunakan benda-benda tersebut.”⁷³

Dari penjelasan diatas tersebut sesuai dengan teori yang telah dijelaskan dan dicantumkan pada bab II walaupun masih terdapat banyak kekurangan untuk menerpkan beberapa metode bina diri pada siswa tunagrahita. Namun dengan alasan yang sudah dijelaskan oleh Bapak Adieb bahwa siswa tunagrahita itu memiliki IQ di bawah rata-rata anak pada umumnya sehingga alangkah baiknya siswa cepat mudah memahami dan paham akan materi yang telah disampaikan dan diajarkan oleh guru khusus bina diri melalui 3 metode yaitu metode ceramah, praktik secara langsung atau demonstrasi dan penugasan.

6. Keterampilan Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

SLB Purba Adhi Suta juga memiliki beberapa ekstrakurikuler dan vokasi yang diberikan kepada siswa berkubutuhan khusus guna membangun kreativitas maupun keterampilan siswa melalui program bina diri seperti melakukan kegiatan pramuka, olahraga, kesenian, berenang,

⁷² Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

⁷³ Hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

tata boga, computer, laundry, prakarya, mencuci motor dan bermain musik. Di mana siswa dilatih dan diberikan sebuah alat dan bahan yang akan digunakan seperti gunting, lem, lidi, seterofom, dan kertas yang sudah terdapat gambar maupun pola di dalamnya yang kemudian siswa diminta untuk memotong atau menggunting kertas mengikuti pola atau gambar dengan rapih dan benar hal ini juga bisa melatih konsentrasi siswa.

Hal ini juga dipaparkan oleh Bapa Adieb Bilardhi, S.Sos dalam hasil wawancara yang menyatakan bahwa:

“kalau ketrampilan interpersonal itu nanti dari metode individual tadi kita misalnya menggunting jadi kita bembuat sesuatu dari proses menggunting tersebut. Menempel, menjahit, terus membuat buket bunga apa gitu kan itu bisa dari hal menggunting saja kita bisa membuat keterampilan tertentu. Jadi dari bina diri disitu mereka bisa menghasilkan suatu karya, sesuatu yang bisa bermanfaat bagi dirinya”.

Dari hasil observasi dilapangan dan penjelasan teori pada bab II bahwasanya program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita juga bisa dilakukan kepada siswa dengan melakukan berbagai macam kegiatan untuk melatih ketrampilan dan kreativitas siswa. Seperti contoh membuat kerajian buket bunga, lukisan dan lain sebagainya yang mampu membantu siswa dalam menumbuhkan jiwa kereativitas yang tinggi.

7. Faktor Penghambat dan Pendukung dalam Pelaksanaan Program Bina Diri Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

a. Siswa

1) Faktor Pendukung

Sebagian besar siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta sangat senang ketika mengikuti kegiatan program bina diri, karena mereka tidak terpaku pada materi saja. Selama pembelajaran siswa juga tidak memberontak maupun berisik. Mereka memperhatikan setiap guru sedang menjelaskan dan mempraktikan materi pembelajaran.

2) Faktor Penghambat

Siswa tunagrahita yang memiliki mood berubah-ubah, sehingga mereka sulit untuk dibujuk untuk berangkat sekolah maupun ikut serta dalam proses pembelajaran berlangsung dan tingkat kemampuan siswa yang berbeda sehingga memberikan materinyapun harus berbeda antara satu dengan yang lainnya.

Hal tersebut dijelaskan dengan hasil wawancara berdasarkan pendapat dari Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos yakni:

“kalo pendukungnya itu sendiri nggh ada yang sangat suka dengan pelajaran progsus yaitu disitu mereka ya seneng gitu karena tidak terpaku pada materi missal matematika satu tambah satu dua gitu ya, tetapi kalo di progsus ini sikat gigi, odol kita praktik yaa kalau habis makan yang manis-manis berarti harus gosok gigi, kita pancing makan dulu baru praktik gitu. Kalau untuk penghambatnya itu tadi mood mereka, kadang dateng kesekolah ya jengkel kalau moodnya bagus ya mereka bisa mengikuti pembelajaran sampai selesai kalau engga bagus kita tidak memaksa mereka, yang penting mereka duduk tenang.”⁷⁴

Dan pemaparan diatas didukung juga oleh hasil wawancara berdasarkan pendapat dari Ibu Andrita Furi Ningtyas yaitu:

“untuk faktor penghambat ya itu perbedaan kemampuan anak gitukan yang kadang ada anak yang sudah bisa menulis ada yang belum, ada yang sudah bisa membaca ada yang belum atau ada yang sudah bisa praktik nih ada yang belum malah kadang masih ada yang takut pegang benda tajam jadi masih memerlukan bimbingan lagi, jadi kita sesuaikan dengan tingkat kemampuan mereka yang berbeda-beda”⁷⁵

b. Orang Tua

1) Faktor Pendukung

Orang tua siswa tunagrahita senantiasa setia mengantar dan menjemput anak-anaknya untuk berangkat sekolah. Orang tua juga mempercayakan kepada guru untuk membimbing anak-anaknya sehingga siswa tidak bergantung kepada orang tuanya.

⁷⁴ Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

⁷⁵ Hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

2) Faktor Penghambat

Sebagian orang tua sulit untuk bekerjasama dalam melatih kemampuan anak pada saat di rumah. Sikap orang tua yang selalu memanjakan dan mengkhawatirkan setiap apa yang akan dilakukan oleh anaknya, sehingga materi yang diajarkan di sekolah tidak berjalan dengan maksimal.

Sama halnya seperti yang sudah dijelaskan oleh Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos dalam wawancara menyatakan bahwa:

“faktor pendukung dari orang tua ya mau diajak bekerjasama dalam membimbing anaknya, seperti mengantar jemput anaknya tepat waktu kesekolah dan penghambatnya ya namanya orang tua ya pasti ada rasa khawatir dan masih memanjakan saat di rumah gitu mbak.”⁷⁶

Didukung juga dengan hasil wawancara yang dijelaskan oleh Ibu Andrita Furi Ningtyas yang menyatakan bahwa:

“itu juga tergantung pada dukungan orang tua juga. Missal anaknya sedang belajar memasak nih tetapi ada orangtua yang anaknya tidak boleh memasak kaya misalnya menyalakan kompor, memotong sayuran jadi anak itukan tidak ada peningkatan gitukan. Ada juga orangtua yang ya udah boleh anaknya di biarkan gitu ya tergantung pada orangtuanya dan juga anaknya gitu sih.”⁷⁷

c. Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah SLB Purba Adhi Suta ini berada dilingkungan yang tenang dan sejuk meskipun berada di pusat kota Purbalingga terdapat internet yang disediakan oleh sekolah. Hal ini sangat membantu dalam proses belajar mengajar. Sedangkan faktor penghambat dari lingkungan sekolah yaitu sarana dan prasarana yang masih kurang memadai seperti ruang kelas yang masih menggunkan sekat untuk rombongan belajar yang berbeda. Hal ini kurang efektif dan dapat menghambat proses pembelajaran.

⁷⁶ Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

⁷⁷ Hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

Hal tersebut dijelaskan dengan hasil wawancara berdasarkan pendapat dari Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos yakni:

“kalau untuk lingkungan sekolah sendiri ya paling sarana dan prasarannya aja sih mbak yang masih kurang memadai ya kayak ruang kelas gitu”.⁷⁸

Dan didukung juga dengan hasil wawancara yang sudah dijelaskan oleh Ibu Andrita Furi Ningtyas yang mengatakan bahwa:

“kalau pendukungnya ya ini ada internet gitu kan jadi kita bisa belajar dari situ apa apa yang kita pelajari. Jadi anak-anak juga lebih tau dengan melihat gambar-gambar dengan media-media yang lain yang tidak tersedia di sekolah.”⁷⁹

C. Analisis Data

1. Kondisi siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

Menurut hasil observasi dan wawancara di lapangan penulis menemukan data di mana kondisi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta hanya memiliki satu kasifikasi atau satu tingkatan saja yaitu klasifikasi siswa tunagrahita ringan. Di mana siswa kelas XII di SLB Purba Adhi Suta hanya berjumlah 5 yang berinisial IRK, FDH, PS, FH dan DMS. Di mana kondisi dari 5 siswa saat ini sudah menunjukkan perkembangan yang jauh lebih baik dari pada sebelum mereka mengenal dan mengikuti program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita. Adapun kondisi siswa saat ini yaitu:

- a. IRK, memiliki disiplin diri, mampu merawat diri, mandiri, bertanggung jawab, mampu mengontrol emosi, mampu beradaptasi dan komuniaksi di lingkungan sekitar serta dapat memahami materi dengan baik.
- b. FWK, memiliki rasa percaya diri, berkomunikasi dan adaptasi dengan baik, disiplin, bertanggung jawab, berperilaku baik dan mandiri.

⁷⁸ Hasil wawancara dengan bapak Adieb Bilardhi, S.Sos selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

⁷⁹ Hasil wawancara dengan Ibu Andrita Furi Ningtyas selaku guru progsus anak Tunagrahita, pada 18 Maret 2024

- c. PS, dapat mengontrol emosi, berperilaku sopan, mandiri, serta percaya diri.
- d. FH, mampu percaya diri untuk bersosialisasi dengan orang di sekitarnya, mampu merawat, mengurus serta menolong diri, bersikap baik dengan orang disekitar.
- e. DMS, mandiri, percaya diri, mampu menghormati orang yang lebih dewasa, mampu beradaptasi dengan lingkungan serta mampu mengontrol emosi.

Dari penjelasan diatas secara umum kondisi siswa tunagrahita yang sudah mengenal dan mengikuti program bina diri saat ini, mereka cenderung menunjukkan peningkatan atau perkembangan di dalam diri siswa seperti beberapa peningkatan interaksi sosial, penurunan perilaku negatif, peningkatan rasa percaya diri, peningkatan kemandirian, emosional yang lebih stabil serta peningkatan motivasi belajar yang tinggi. Berdasarkan teori yang terdapat pada bab II bahwa siswa Tunagrahita adalah seseorang yang memiliki gangguan keterlambatan berfikir dan perkembangan mental yang jauh di bawah rata-rata, sehingga banyak mengalami banyak kesulitan terutama untuk belajar, sosialisasi, dan komunikasi⁸⁰. Adapun klasifikasi anak tunagrahita menurut Moh. Amin dibagi menjadi tiga yaitu tunagrahita berat, sedang dan ringan.⁸¹

Dari hasil observasi dan teori yang telah dipaparkan dalam bab II dapat kita ambil kesimpulanya bahwa terdapat 5 siswa kelas XII di SLB Purba Adhi Suta hanya memiliki satu klasifikasi siswa tunagrahita yaitu siswa tunagrahita ringan. Dimana klasifikasi tunagrahita sedang dan berat dialami oleh siswa kelas 8, 9 dan 10. Adapun dari masing-masing siswa yang sama-sama memiliki keterbelakangan mental tidak jauh berbeda memiliki kesulitan yang sama yaitu seperti masalah emosional, perilaku,

⁸⁰Az-Zahrah, A., Hadi, S., & Prasetyowati, S. (2021). SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MENYIKAT GIGI PADA ANAK TUNAGRAHITA. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi*, 2(3), 518-537.

⁸¹ Ni Luh Gede Karang Widiastuti dan I Made Astra Winaya, 2019, "prinsip Khusus dan Jenis Layanan Pendidikan Bagi Anak Tunagrahita", dalam *Jurnal Santiaji Pendidikan*, Vol. 9, No. 2

sosial, komunikasi, akademis dan kemandirian. Akan tetapi, kondisi siswa pada saat ini sudah jauh berkembang sesudah mengikuti program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita. Mereka sudah bisa melakukan banyak aktivitas sehari-hari dengan mandiri, mampu beradaptasi, percaya diri, mengontrol emosional, mempunyai sikap yang baik dan semangat belajar yang tinggi

2. Fungsi dan Tujuan Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

Menurut hasil wawancara dan temuan hasil observasi secara langsung bahwa fungsi dan tujuan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta ialah bertujuan untuk membantu siswa agar mampu menjadi anak yang mandiri baik dari tata laksana pribadi seperti mengurus diri, merawat diri, dan menolong diri dengan tidak atau kurangnya bergantung pada orang lain, mempunyai rasa tanggung jawab, serta meningkatkan potensi siswa dalam bersosialisasi dan komunikasi terhadap teman maupun orang lain di lingkungan sekitar.

Jadi sudah jelas pernyataan yang dijelaskan diatas sesuai dengan pemaparan yang sudah dijelaskan pada bab II bahwa fungsi dan tujuan dari program bina diri yaitu berfungsi untuk membangun kemandirian pada anak tunagrahita agar mereka bisa menanamkan pengetahuannya tentang bagaimana cara merawat diri, menolong diri, sosialisasi dan adaptasi, mengurus diri, komunikasi, ketrampilan dan mengisi waktu luang⁸². Sedangkan tujuan dari resiliensi melalui program bina diri yaitu untuk memantapkan kepribadian siswa tunagrahita agar mampu berkembang sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya serta mampu mengembangkan situasi dan kondisi yang baik sehingga tidak akan menjadi suatu problem bagi dirinya dan orang lain dimasa depan.

⁸² Dodo Sudrajat dan Lilis Rosida, 2013, "*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*", Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA).

Dari penjelasan teori dan hasil observasi yang dilakukan secara langsung dan dapat kita simpulkan bahwa terdapat adanya kemiripan atau kesamaan antara program bina diri untuk mengembangkan resiliensi dengan teori hasil bacaan peneliti dan wawancara yaitu sama-sama bertujuan untuk membantu siswa agar mampu berkomunikasi, adaptasi dengan lingkungan sosial, merawat diri, menolong diri. Sedangkan fungsinya yaitu sama-sama memiliki kemampuan agar siswa dapat mandiri untuk menghadapi semua problem yang akan dihadapi baik disekolah maupun diluar sekolah tanpa bergantung pada orang lain serta berfungsi untuk meningkatkan rasa percaya diri disetiap lingkungan sosialnya.

3. Bentuk atau Aspek-aspek Resiliensi untuk Mengembangkan Siswa Tunagrahita melalui Program Bina Diri di SLB Purba Adhi Suta

Berdasarkan hasil dan temuan secara langsung di lapangan bahwasanya aspek-aspek dari resiliensi untuk mengembangkan siswa tunagrahita melalui program bina diri di SLB Pura Adhi Suta ialah terdapat beberapa aspek yang diberikan oleh guru terhadap siswa tunagrahita diantaranya yaitu seperti:

- 1) Siswa diajarkan untuk terbiasa meningkatkan rasa percaya diri
Mampu meningkatkan rasa percaya diri dalam bentuk resiliensi untuk mengembangkan siswa tunagrahita melalui program bina diri ialah guru senantiasa memberikan pujian maupun hadiah kepada siswa tunagrahita yang dapat mengembangkan potensi apa saja yang mereka miliki. Hal ini bertujuan agar siswa merasa yakin dengan kemampuan yang mereka lakukan dan kembangkan, sehingga dengan hal ini mampu membentuk rasa percaya diri anak secara otomatis.
- 2) Siswa diajarkan untuk bisa menumbuhkan rasa tanggung jawab pada dirinya sendiri
Cara yang dilakukan oleh guru progsus untuk menumbuhkan rasa tanggung jawab siswa tunagrahita yaitu dengan mengenalkan atau

menjelaskan berbagai peraturan yang harus ditaati oleh siswa baik peraturan yang berlaku di sekolah, rumah, maupun tempat umum. Serta menjelaskan konsekuensinya jika siswa melanggar peraturan yang berlaku dan siswa harus bertanggung jawab apabila melakukan sebuah kesalahan kepada orang lain maka mereka harus berani meminta maaf dan memerikan nasihat untuk tidak mengulangi kesalahannya berulang kali.

3) Siswa diajarkan untuk memiliki kemampuan disiplin diri

Dalam hal ini guru mengajarkan siswa untuk terbiasa melakukan aktivitas sehari-hari seperti mengurus diri, menolong diri serta merawat diri sendiri sehingga seiring berjalanya waktu mereka akan terbiasa melakukannya sendiri dan hal ini mampu membentuk sikap disiplin diri anak.

4) Siswa diajarkan untuk bisa mengambil keputusan sendiri

Dengan cara guru memberikan penjelasan tentang nilai positif dan negatif suatu benda dan guru juga memberi kesempatan kepada siswa untuk memilih salah satu diantaranya, sehingga mereka akan memahami dan memperluas pengetahuan mereka mengenai kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi atau dialami oleh siswa yang sebelumnya tidak mereka ketahui.

Dari pemaparan diatas bahwa berdasarkan teori yang terdapat pada bab II menurut Revich and Shatte menjelaskan bahwa terdapat 7 aspek resiliensi yaitu regulasi emosi (*claming dan focusing*), pengendalian implus, optimisme, analisis kasual, empati, efikasi diri, dan *reaching out*⁸³. Akan tetapi, aspek-aspek yang terlihat di SLB Purba Adhi Suta mengenai resiliensi siswa tunagrahita hanya 4 yaitu :

- a. Optimisme atau percaya diri
- b. Analisis kasual atau menumbuhkan rasa tanggung jawab
- c. Efikasi diri atau mengambil keputusan sendiri

⁸³ Ahzuhra Deslyana, 2021, Gambaran Resiliensi pada Remaja yang mengalami Broken Home, *Skripsi Pekanbaru* : Universitas Islam Riau, Hlm. 14-17.

d. Reaching Out atau disiplin diri

Dari hasil temuan dilapangan dan penjelasan teori di atas dalam bab II dapat dianalisis bahwa terdapat beberapa persamaan aspek resiliensi hasil observasi dengan aspek resiliensi yang telah dipaparkan di dalam teori bab II. Beberapa persamaan dari hasil observasi yaitu menumbuhkan rasa percaya diri atau otimisme, menumbuhkan rasa tanggung jawab sama dengan analisis kasual yaitu kemampuan seseorang agar dapat mengidentifikasi suatu konflik secara akurat agar tidak mengulangi kesalahan-kesalahan yang sama, *reaching out* sama dengan disiplin diri yaitu sama-sama memiliki kemampuan untuk keluar dari kehidupannya setelah mengalami kesulitan yang telah dialami dengan melakukan nilai-nilai positif dan melatih siswa untuk mampu mengambil keputusan sendiri yang sama halnya dengan efikasi diri yaitu suatu kepercayaan untuk mencari solusi yang tepat dengan menggunakan keyakinan dan kemampuan siswa untuk menyelesaikan masalah dan mencapai tujuan yang diharapkan.

Dalam penjelasan tersebut secara khusus semuanya sama-sama memiliki kaitanya satu sama lain yaitu sama-sama membantu siswa tunagrahita agar mereka nantinya akan terbiasa menghadapi berbagai rintangan dengan lingkungan sosialnya serta mudah untuk beradaptasi dengan orang-orang yang baru dikenal dimasa depan.

4. Tahapan atau Cara Pembelajaran Siswa Tunagrahita melalui Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi siswa di SLB Purba Adhi Suta

Berdasarkan temuan hasil observasi di lapangan yang dilakukan oleh penulis serta guru progsus bina diri siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta ialah menyampaikan bahwa cara program khusus bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang diterapkan oleh Bapak Adieb Bilardhi, S.Sos dan Ibu Andrita Furi Ningtyas di mana keduanya memiliki kesamaan dalam dalam menjelaskan materi

pembeajaran bina diri untuk mengembangkan resiliensi kepada siswa tunagrahita dengan menggunakan cara yang diindividualisasikan, yang mana artinya siswa belajar di dalam satu ruangan atau satu kelas tetapi metode atau teknik, kedalaman dan keluasan materi yang diberikan kepada siswa itu berbeda-beda disesuaikan dengan kebutuhan serta kemampuan peserta didik.

Hasil dari pembahasan pada bab II menjelaskan cara bimbingan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yaitu dengan cara diindividualisasikan. Maksud dari di individualisasikan ialah pemberian atau penjelasan materi yang tidak dapat terlepas dari program khusus bina diri yang diterapkan pada kurikulum Sekolah Luar Biasa.⁸⁴

Dari penjelasan teori dan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa adanya kesamaan antara cara bimbingan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang dilihat dari hasil wawancara dan teori pada bab II, yaitu sama-sama menggunakan cara diindividualisasikan yang mana berarti penyampaian materi kepada siswa tunagrahita tidak dapat disamaratakan karena setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda walaupun dilakukan dalam satu ruangan.

5. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

Menurut hasil wawancara dan hasil observasi di kelas progsus tunagrahita penjelasan atau pemaparan metode yang diterapkan dan digunakan di SLB Purba Adhi Suta yaitu hanya menggunakan tiga metode saja yaitu *metode ceramah, metode praktik atau demonstrasi serta metode peugasan*. Pemaparan atau penyampaian materi yang diberikan oleh guru progsus dalam program bina diri di dalam kelas hanya dilakukan satu kali dalam seminggu dan berlangsung selama kurang lebih 1 jam saja yang

⁸⁴ Feny Tri Nandayani, 2019, *Bimbingan Kemandirian melalui Program Khusus Bina Diri bagi Siswa Tingkat SMP Tunagrahita di SLB ABCD Kuncup Mas Banyumas*, Dalam Skripsi, Banyumas: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto

dimulai pada pukul 13.00 hingga 14.00 WIB. Dan menurut hasil wawancara dengan bapak Adieb dan ibu Andrita bahwasanya dengan waktu tersebut cukup efisien untuk pembelajaran bina diri disekolah karena metode yang digunakan adalah metode praktik, ceramah dan penugasan yang mana metode tersebut bertujuan untuk membantu siswa untuk lebih mudah memahami materi yang telah diajarkan oleh guru dan dengan metode tersebut juga bertujuan untuk melatih siswa agar dapat melakukan aktivitasnya secara mandiri.

Sedangkan berdasarkan teori yang telah dikaji dan dipaparkan pada bab II secara umum ada beberapa metode bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang diterapkan untuk anak berkebutuhan khusus tunagrahita ialah metode demonstrasi, ceramah, tanya jawab, simulasi, karyawisata, pelatihan dan penugasan.⁸⁵ Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulanya bahwa terdapat perbedaan yang sangat jauh terhadap hasil observasi dengan teori yang penulis temukan untuk bimbingan resiliensi siswa melalui program bina diri di SLB Purba Adhi Suta yang hanya menggunakan tiga metode saja, sedangkan metode yang dipaparkan dalam teori pada bab II itu memiliki beberapa metode yang harusnya digunakan oleh guru kepada siswa tunagrahita. Tetapi melihat alasan dan tujuan yang telah disampaikan oleh guru progsus tunagrahita bahwasanya mereka hanya menerapkan tiga metode saja dikarenakan keterbatasan berfikir siswa yang lemah, sehingga alangkah lebih bainya guru hanya menggunakan tiga metode saja yang bertujuan untuk memudahkan siswa dalam mengikuti pelajaran serta memudahkan siswa untuk memahami materi yang disampaikan.

⁸⁵ Dodo Sudrajat dan Lilis Rosida, 2013, "*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*", Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA). Hlm 96-98

6. Keterampilan Program Bina Diri untuk Mengembangkan Resiliensi Siswa Tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di lapangan yang didapatkan oleh penulis terkait program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita di SLB Purba Adhi Suta yaitu melalui beberapa ekstrakurikuler dan vokasi yang diberikan kepada siswa berkebutuhan khusus guna membangun kreativitas maupun keterampilan siswa seperti melakukan kegiatan pramuka, olahraga, kesenian, berenang, tata boga, computer, laundry, prakarya, mencuci motor dan bermain musik. Di mana dalam program bina diri siswa dilatih dan diberikan sebuah alat dan bahan yang akan digunakan seperti gunting, lem, lidi, seterofom, dan kertas yang sudah terdapat gambar maupun pola didalamnya yang kemudian siswa diminta untuk memotong atau menggunting kertas mengikuti pola atau gambar dengan rapih dan benar dan menjadikanya sebuah karya maupun kerajinan seperti buket dan hiasan dinding, hal ini juga bisa melatih konsentrasi siswa.

Adapun pemaparan teori pada bab II yang tercantum pada ruang lingkup bina diri yakni mengisi waktu luang seperti olah raga, kesenian, ketrampilan, bercocok tanam, berternak dan lain sebagainya⁸⁶. Dari hasil observasi di lapangan dan penjelasan teori pada bab II bahwasanya program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita juga bisa dilakukan kepada siswa dengan melakukan berbagai macam kegiatan untuk melatih ketrampilan dan kreativitas siswa sehingga mereka mampu mengembangkan ketrampilan personalnya.

7. Faktor Penghambat dan Pendukung dalam Pelaksanaan Program Bina Diri di SLB Purba Adhi Suta

Berdasarkan hasil wawancara di lapangan penulis menemukan data bahwa faktor penghambat dan pendukung dari program bina diri untuk

⁸⁶ Dodo Sudrajat dan Lilis Rosida, 2013, "*Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus*", Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA). Hlm 66

mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta ialah terjadi karena dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Di mana faktor tersebut ditemukan pada diri siswa sendiri, orang tua serta faktor dari lingkungan sekolah, yang mana faktor pendukung oleh siswa itu sendiri karena mereka suka dan senang saat pembelajaran bina diri yang tidak terpaku hanya pada materi, sedangkan faktor penghambatnya adalah mood mereka yang berubah-ubah. Faktor pendukung orang tua yaitu mereka senantiasa mengantar dan menjemput putra putrinya tepat waktu untuk belajar di sekolah, penghambatnya ialah Sebagian orang tua sulit untuk bekerjasama dalam melatih kemampuan anak pada saat di rumah karena sebagian dari mereka masih memanjakan anaknya. Faktor pendukung dari lingkungan sekolah yaitu lingkungan yang sejuk dan tenang sehingga siswa mampu belajar dengan fokus dan damai, penghambatnya yaitu sarana dan prasarana yang kurang memadai.

Seperti yang sudah dicantumkan dan dijelaskan oleh Groberg dalam teori pada bab II mengenai faktor-faktor resiliensi dikelompokkan menjadi tiga yaitu faktor eksternal support, inner strength, dan faktor problem solving⁸⁷. Berdasarkan hasil observasi di lapangan dan teori dapat disimpulkan bahwasanya terdapat faktor pendukung dan penghambat pada saat pelaksanaan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita yang dibedakan menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal. Di mana dua faktor ini diperoleh dari siswa itu sendiri, orang tua, dan juga lingkungan sekolah.

⁸⁷ Evita Yulianti Wahidah, 2018, Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam, *Proceeding National Conference Psikologi UGM*, Hlm. 111-140

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis terkait program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta Purbalingga dapat disimpulkan bahwa:

Kondisi ke 5 siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta sudah jauh lebih baik dan maksimal. Saat ini mereka sudah menunjukkan peningkatan dan perkembangan yang jauh lebih baik dalam beberapa aspek seperti peningkatan interaksi sosial, penurunan perilaku negatif, peningkatan rasa percaya diri, kemandirian, emosional serta peningkatan motivasi belajar yang tinggi. Adapun Fungsi dan tujuan dari resiliensi melalui bina diri siswa tunagrahita ialah untuk membantu anak agar mampu mandiri, tanggung jawab, berkomunikasi dan bersosialisasi dan menjadi pribadi yang lebih baik dan kuat untuk menghadapi konflik yang akan ditemui di sekitarnya.

Aspek-aspek resiliensi siswa tunagrahita yang diterapkan oleh guru di SLB Purba Adhi Suta ada 4 yaitu: menumbuhkan rasa tanggung jawab, meningkatkan rasa percaya diri, melatih kemampuan siswa untuk mengambil keputusan sendiri dan meningkatkan kemampuan disiplin diri. Adapun metode yang diterapkan yaitu metode ceramah, metode demonstrasi serta metode penugasan. Sedangkan cara pembelajaran yang diberikan oleh guru ialah dengan cara pembelajaran yang diindividualisasikan. Yang mana cara tersebut memberikan metode dan materi yang diberikan itu dibedakan sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan setiap siswa tunagrahita tersebut. Sedangkan faktor penghambat dan pendukung program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita kelas XII di SLB Purba Adhi Suta ialah faktor internal dan eksternal. Faktor-faktor tersebut terdapat pada diri siswa tunagrahita itu sendiri, orang tua, serta sarana dan prasarana yang ada di Sekolah Luar Biasa Purba Adhi Suta Purbalingga.

B. Saran

1. Kepada Kepala Sekolah Luar Biasa Purba Adhi Suta, agar lebih bisa mempertimbangkan alokasi waktu dalam program bina diri, mengingat pentingnya program bina diri bagi anak tunagrahita untuk dapat menjalani kehidupannya dengan layak dan mandiri.
2. Kepada Guru Progsus Bina Diri Siswa Tunagrahita, agar bisa menerapkan dan mengembangkan berbagai metode dan media yang lebih bervariasi dalam program bina diri guna meningkatkan semangat belajar yang tinggi dan tak lupa selalu memberikan motivasi agar siswa tidak pesimis dan berkecil hati karena memiliki kekurangan didalam dirinya.
3. Kepada Siswa Sekolah Luar Biasa Purba Adhi Suta, agar selalu rajin dan semangat dalam mengikuti kelas bina diri dan tetap percaya diri tidak boleh berkecil hati memandangkan diri sendiri dengan manusia normal lainnya. Sesungguhnya semua makhluk didunia itu sama dimata Allah, kecuali keimananya.
4. Bagi peneliti selanjutnya, penulis menaruh harapan agar melanjutkan kajian yang lebih mendalam ini dan menemukan hal-hal baru lainnya terkait program khusus bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita, karena masih banyak hal yang menarik yang terdapat di dalamnya.

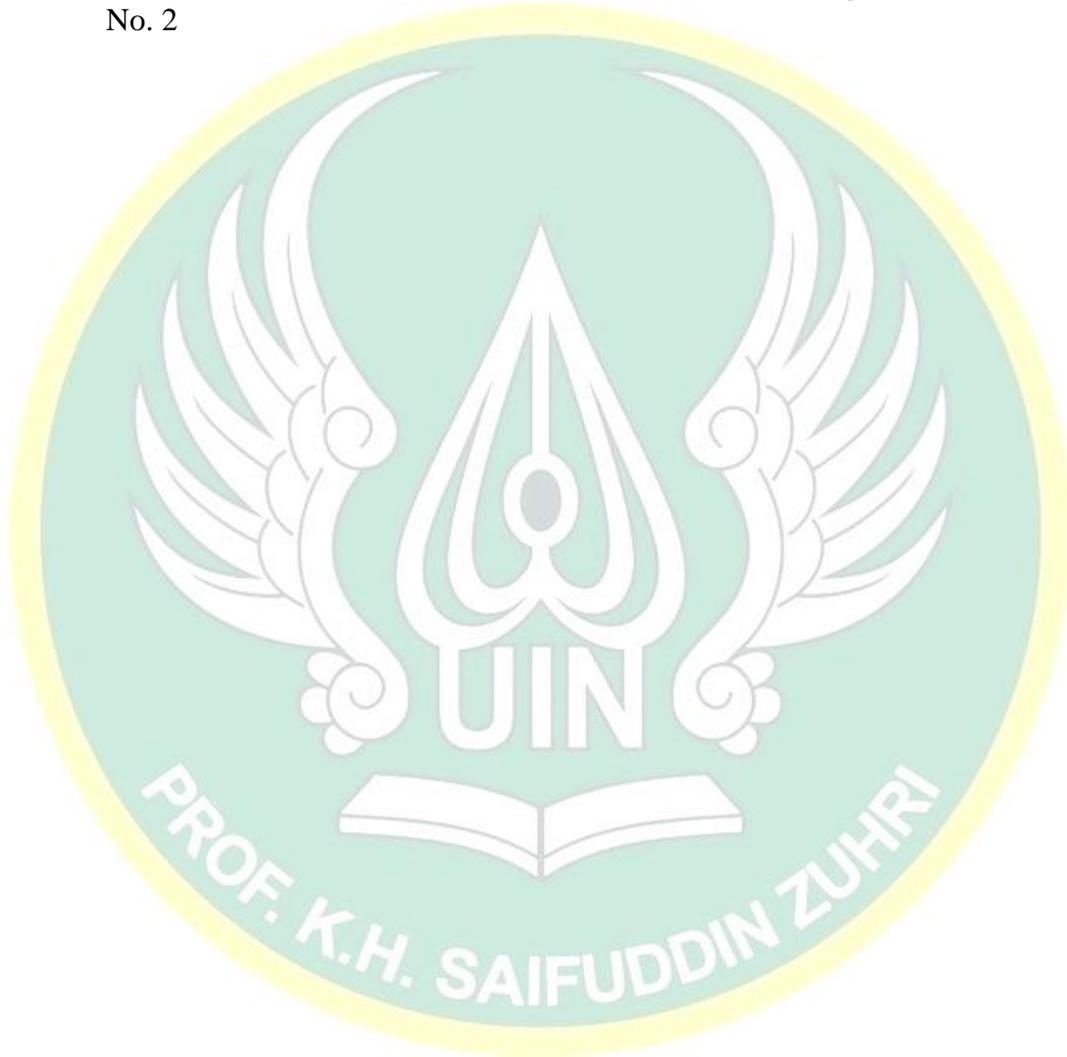
DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Putri Nur. “Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Resiliensi Akademik pada Remaja SMP Negeri Di Kecamatan Ngembe. Universitas Negeri Semarang. Vol. 6, No. 2, Mei 2022
- Anjarwani, Rina. 2014. Skripsi. “Kajian Faktor-Faktor Akademik Dan Non Akademik Mahasiswa Biologi Berkesulitan Belajar Di Universitas Negeri Semarang”. Semarang : Universitas Negeri Semarang. Hlm. 7.
- Arianti, Nining, Salmi Wati, dkk. (2023). “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Pada Anak Tunagrahita Tingkat SMPLB Di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri 1 Bukittinggi”. dalam Khatulistiwa: *Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, Vol.3, No.2
- Arikunto, Suharsini. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Rinika Cipta). 2013. Hlm. 172
- Aulia, Tiara Erma. 2017. *Pengelolaan Program Bina Diri bagi Tunagrahita di SLBN 01 Lebak Bulus-Jakarta Selatan*. Skripsi Jakarta : UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
- Az-Zahrah, A., Hadi, S., & Prasetyowati, S. (2021). Systematic Literature Review Uapaya Meningkatkan Keterampilan Menyikat Gigi pada Anak Tunagrahita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi*. 2(3), 518-537.
- Cahyani, Tika. 2021. “Resiliensi Mahasiswa Difabel (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tuna Daksa Institut Agama Islam Negeri Purwokerto dan Mahasiswa Tuna Rungu Institut Teknologi Telkom Purwokerto)”. Dalam Skripsi di Fakultas Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Purwokerto.
- Dara, Y. P. (2022). Resilience partially mediates the relationship of academic self-concept with self-adjustmentamong students with disabilities: Resiliensi memediasi sebagian hubungan konsep diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa dengan disabilitas. *Psikologi: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*. 17(1), 1-14.
- Deslyana, Ahzuhra. 2021. *Gambaran Resiliensi pada Remaja yang mengalami Broken Home*. Skripsi Pekanbaru : Universitas Islam Riau, Hlm. 14-17.
- Fitriani, Nurfhadilah Feby. (2021). “STRATEGI BIMBINGAN KEAGAMAAN TERHADAP ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB NEGERI PAREPARE”. dalam Skripsi Bimbingan dan Konseling Islam, Pare-Pare : Institut Agama Islam Negeri Pare-Pare.
- Fitriyani, Aida, Hendraman Lubis dan Andi Achmad. (2023). “Media Pembelajaran Bina Diri Anak Tunagrahita Sdlb Negeri Bekasi Jaya Berbasis Android”. *Jurnal Sistem Informasi*. Vol. 10, No. 01

- Fredani, Edniz Putri dan Sofia Niriyanti. 2023. Peran Perceived Social Support terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa yang sedang mengerjakan Skripsi pada masa Pasca Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Jambi*. Vol. 8, No. 01
- Igantara, Gecky Defkan. 2022. *Upaya Konselor dalam Resiliensi Remaja Berkebutuhan Khusus Tunagrahita Berprestasi di Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Kuantan Singingi*. Skripsi Pekanbaru : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Iping, Baso. (2021). *Teknik Pengolahan dan Analisis Data Penelitian, Metodologi Penelitian Bidang Muamalah, Ekonomi, dan Bisnis*. 145, Hlm. 149
- Islammarinda, Kartika Mega dan Denok Setiawati. 2018. *Studi tentang Resiliensi Siswa Broken Home Kelas VIII di SMPN 3 Candi Sidoarjo*. Universitas Negeri Surabaya.
- Khofifah, Siti. 2022. Pengaruh Konseling Kelompok Realita Terhadap Resilensi Siswa dari Keluarga Broken Home pada Siswa Kelas XI SMA Institut Indonesia Semarang. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. Vol. 4, No. 5
- Khomsah, Novi Rizani, dan Heru Mugiarto, Kusnarto Kurniawan. (2018). Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application*. Vol. 7, No. 2, Hlm. 46-53
- Kisia, Devi. 2023. *Bentuk Pola Asuh Orang Tua terhadap Kemandirian Bina Diri Anak Penyandang Cerebral Palsy di Desa Karangrejek, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunungkidul*. Tesis Yogyakarta : Universitas Atman Jaya Yogyakarta
- Laura, Anastalia, Andrea Dean Nugroho, dkk. Pengaruh Cooperative Learning terhadap Resiliensi Akademik Remaja. *Psychopreneur Journal*. 2022. 6 (1): 1-9
- Mavianti dan Rizka Harfiani. (2020). "Implementasi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Bagi Siswa Berkebutuhan Khusus (Studi Kasus: SIB 'Aisyiyah Tembung)". dalam *Al-Ulum – Jurnal Pendidikan Islam*, Vol 1. No 2
- Meiranti, Etika dan Anwar Sutoyo. 2020. Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Resiliensi Akademik Siswa SMK di Semarang Utara. *Indonesian Journal of Counseling and Development*. Vol. 2, No. 2, Hlm. 119-130
- Moleong, Lexy J. 2019. *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya. (Edisi Revisi), Hlm. 6-11
- Murtopo, Bahrun Ali and Adib Athoillah. (2018). 'Metode Penanaman Nilai Pendidikan Agama Islam Pada Anak Difabel'. dalam *YINYANG: Jurnal Studi Islam, Gender Dan Anak*, Vol. 13. No. 1. Hlm. 157-75 <<https://doi.org/10.24090/yinyang.v13i1.2018.pp157-175>>.

- Nanda, Ade Putra. 2017. "Perancangan Sistem Informasi Akademis Pondok Pesantren Darul 'Ulum Padang". *Jurnal J-Click*. Vol. 4 No. 1, hlm. 3.
- Nandayani, Feny Tri. 2019. *Bimbingan Kemandirian melalui Program Khusus Bina Diri bagi Siswa Tingkat SMP Tunagrahita di SLB ABCD Kuncup Mas Banyumas*. Dalam Skripsi. Banyumas: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto.
- Pyrwanto, Riyadi. 2017. "Penerapan Sistem Informasi Akademik (SIA) Sebagai Upaya Peningkatan Efektifitas dan Efisiensi Pengelolaan Akademik Sekolah". *Jurnal Teknologi Terapan*. Vol. 3 No. 2, hlm. 26
- Rusydi, Ibnar. 2020. Skripsi. "Gambaran Minat Akademik dan Non Akademik Santri SMP IT di Dayah Daruzzahidin". Banda Aceh : Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Hlm. 15.
- Sholikhah, Nur dan Dewi Retno Suminar. 2022. *Harapan (hope) dan Resiliensi Akademik Siswa SMA/SMK di Masa Pandemi Covid-19*. Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental : Vol. 2, No. 1
- Sudarsono, Blasius. *MEMAHAMI DOKUMENTASI*, Acarya Pustaka, Vol. 3, No. 1, Juni 2017
- Sudrajat, Dodo dan Lilis Rosida. 2013. "Pendidikan Bina Diri Bagi Anak Berkebutuhan Khusus". Jakarta Timur : Luxima (PT.LUXIMA METRO MEDIA).
- Sutoyo, Anwar. "Pemahaman Individu : Observasi, Checklist, Interviu, Kuesioner, Sosiometri". (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2020, Cetakan III), Hlm. 12
- Tanzeh, Ahmad. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : Teras 2009. Hlm. 100
- Wahidah, Evita Yulianti. 2018. *Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam, Proceeding National Conference Psikologi UGM*. Hlm. 111-140
- Wahyu, Arvenia Hari. 2019. Efektivitas Pendekatan REBT terhadap Resiliensi Akademik Siswa dengan Keluarga Broken Home di SMA N 1 Depok. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. Vol. 5, No. 7
- Wahyuningsih, Kasilah. 2022. "Pemanfaatan Lingkungan Sekolah dalam Meningkatkan Hasil Belajar IPA pada Murid Tunagrahita Ringan Kelas Dasar III di SLBN Tanah Grogot Kabupaten Paser Provinsi Kalimantan Timur". Dalam Skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.
- Widuastuti, Ni Luh Gede Karang dan I Made Astra Winaya. 2019. "prinsip Khusus dan Jenis Layanan Pendidikan Bagi Anak Tunagrahita". Dalam *Jurnal Santiaji Pendidikan*. Vol. 9, No. 2
- Wiwin Hendriani. (2018). "RESILIENSI PSIKOLOGIS". Jakarta Timur : KENCANA (Prenandamedia Grup)

- Wunlandari dan Dewi Kumalasari. 2022. Resiliensi Akademik pada Mahasiswa : Bagaimana kaitanya dengan dukungan Dosen?. *Jurnal : Psikologi Malahayati*. Vol. 4, No. 1, Hlm. 19-30
- Yusuf, M, Dan Dona Khafi, Toriqul Chaer. 2018. Sabar dalam Perspektif Islam dan Barat. *Jurnal : AL-MURABBI*. Vol. 4, No. 2, Hlm. 233-246
- Zubaidah dan Prio Utomo. (2021).“Pola Pembelajaran dalam Layanan Bimbingan dan Konseling Terhadap Siswa Berkebutuhan Khusus (Tunagrahita) di Sekolah Luar Biasa”. *Jambura Guidance and Counseling Journal*. Vol. 2 No. 2



LAMPIRAN

- a. Lampiran 1: Pedoman Wawancara
- b. Lampiran 2: Hasil Wawancara
- c. Lampiran 3: Dokumentasi



Lampiran 1

PEDOMAN WAWANCARA DENGAN GURU PROGRAM KHUSUS BINA DIRI SISWA TUNAGRAHITA

1. Apa yang anda ketahui tentang program bina diri yang diterapkan oleh Sekolah Luar Biasa?
2. Apa fungsi dan tujuan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?
3. Apa saja bentuk atau aspek resiliensi untuk mengembangkan siswa tunagrahita melalui program bina diri?
4. Metode apa saja yang diberikan oleh guru dalam bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?
5. Bagaimana tahapan-tahapan yang dilakukan ketika melaksanakan bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?
6. Apa saja faktor pendukung dan penghambat yang dialami oleh siswa ketika melaksanakan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?
7. Bagaimana cara penyampaian materi pembelajaran agar mudah dipahami oleh siswa tunagrahita dalam program bina diri?
8. Bagaimana proses program bina diri untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan sosial siswa tunagrahita?
9. Bagaimana cara program bina diri untuk meningkatkan ketrampilan interpersonal anak tunagrahita?
10. Bagaimana keadaan atau kondisi siswa tunagrahita sebelum dan sesudah mengikuti program bina diri?

Lampiran 2

HASIL WAWANCARA DENGAN GURU PROGRAM KHUSUS BINA DIRI SISWA TUNAGRAHITA

Narasumber : Adieb Bilardhi, S.Sos

Jabatan : Guru Progsus Bina Diri Tunagrahita

Hari/Tanggal Wawancara : Senin/18 Maret 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang program bina diri yang diterapkan oleh Sekolah Luar Biasa?

Jawab : program bina diri kan di khususkan untuk peserta didik yang mempunyai ketunaan tunagrahita nggih, jadi mereka itu lebih ke dasar-dasar untuk kebutuhan sehar-hari mbak seperti itu. Mandi, gosok gigi gitu kan hal-hal yang mendasarlah bagi manusia karena mereka kan memiliki keterlambatan dalam berfikir nggih jadi dilatih untuk bisa mandirilah istilahnya begitu.

2. Apa fungsi dan tujuan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?

Jawab : Fungsi dan tujuan program bina diri itu sendiri, berfungsi untuk meningkatkan kemandirian untuk merawat diri, menolong diri, mengurus diri, komunikasi, sosialisasi dan adaptasi, kebutuhan ketrampilan hidup serta mengisi waktu luang bagi anak-anak tunagrahita yah soalnya program bina diri hanya dikhususkan untuk anak tunagrahita. Nah sedangkan tujuannya yaitu itu untuk melatih kemandirian satu, terus dalam sikap dan lebih tingginya lagi ketika sudah mandiri dalam hal-hal kecil sih mbak, seperti mandi, menggosok gigi, makan, pokoknya hal-hal mendasarlah bagi manusia dan nanti dilatih untuk mandiri dan tidak

bergantung pada orang tuanya maupun ke orang lain, lebih ke tidak bergantung dan mandiri.

3. Apa saja bentuk atau aspek resiliensi untuk mengembangkan siswa tunagrahita melalui program bina diri?

Jawab : Nah kalo program khusus bina dirikan kalo pertama saya pasti ada teori dan praktik ya dengan anak itu. Teori tetapi bukan hanya sebatas tulisan gitu ya, tapi lebih kegambar dan dibuat kelompok kecil. Misalnya ketika sudah masuk kelas, anak-anak disuruh duduk dengan rapih dan tenang supaya mereka bisa memperhatikan dan mendengarkan apa yang disampaikan dan dipraktikan oleh guru misalnya tentang gunting ya. Nah setelah menengal gunting dan fungsinya kita menyuruh siswa untuk memotong kertas dengan rapih, menggunting dengan pola seperti itu mbak, untuk apa? Ya untuk melatih anak agar lebih percaya diri dan berani untuk menggunakan alat-alat tajam serta membentuk sikap disiplin diri siswa tentunya ya

4. Metode apa saja yang diberikan oleh guru dalam bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?

Jawab : ya kalau untuk metodenya itu kami menggunakan metode ceramah, praktik dan penugasan, tetapi lebih sering digunakan kepraktiksh mbak. Jadi pada saat pembelajaran guru menjelaskan dulu tuh materinya setelah itu baru anak-anak secara langsung mempraktikan apa yang sudah dijelaskan dan diajarkan oleh guru dan setelah selesai biasanya mereka saya kasih tugas untuk dikerjakan. Alasan kami menggunakan metode demonstrasi itu ya agar mudah dipahami oleh siswa mbak karena ya namanya anak tunagrahita memiliki keterbatasan dalam kemampuannya

5. Bagaimana tahapan-tahapan yang dilakukan ketika melaksanakan bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?

Jawab : Tahapan pertama ya biasa yah pembukaan kita membangunkan gairah belajar mereka terlebih dahulu, karena progsus ini jamnya sebelum pulang jadi anak sudah pada malas, moodnya gampang berubah drastis sehingga kita memberikan ice breaking dulu, kemudian kita masuk pembelajaran materi. Materinyapun tidak sepanteng mbak kita harus sabar juga agar anak-anak bisa memahami dengan baik, nah setelah teori nanti baru praktik begitu terus mbak berulang-ulang ya karena memang mereka memiliki keterbelakangan mental intelektual yang jauh dibawah rata-rata sehingga mereka mengalami kesulitan dalam komunikasi, sosial, dan tugas-tugas akademik jadi cara penyampaian materinya pun harus pelan-pelan. Seperti guru mengenalkan dulu alat dan bahan yang akan digunakan, setelah itu kita akan langsung mempraktikan kepada siswa agar mereka cepat mengerti materi yang kita berikan mbak, kadang juga kita belajar itu secara individual dan kelompok agar tau sampaimana kemampuan dan perkembangan siswa dalam mengikuti pembelajaran

6. Apa saja faktor pendukung dan penghambat yang dialami oleh siswa ketika melaksanakan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?

Jawab : kalo pendukungnya itu sendiri nggh ada yang sangat suka dengan pelajaran progsus yaitu disitu mereka ya seneng gitu karena tidak terpaku pada materi missal matematika satu tambah satu dua gitu ya, tetapi kalo di progsus ini sikat gigi, odol kita praktik yaa kalau habis makan yang manis-manis berarti harus gosok gigi, kita pancing makan dulu baru praktik gitu. Kalau untuk penghambatnya itu tadi mood mereka, kadang dateng kesekolah ya jengkel kalau moodnya bagus ya mereka bisa mengikuti

pembelajaran sampai selesai kalau enggak bagus kita tidak memaksa mereka, yang penting mereka duduk tenang.

faktor pendukung dari orang tua ya mau diajak bekerjasama dalam membimbing anaknya, seperti mengantar jemput anaknya tepat waktu kesekolah dan penghambatnya ya namanya orang tua ya pasti ada rasa khawatir dan masih memanjakan saat dirumah gitu mbak. Nah kalau untuk lingkungan sekolah sendiri ya paling sarana dan prasarananya aja sih mbak yang masih kurang memadai ya kayak ruang kelas gitu.

7. Bagaimana cara penyampaian materi pembelajaran agar mudah dipahami oleh siswa tunagrahita dalam program bina diri?

Jawab : untuk anak-anak kita memakai motodenya gambar sama tulisan karenakan ada juga yang belum lancar membaca gitu harus ada gambar pasti kita kaya simulasilah dan tetap harus ada objeknya. Misalnya gunting mana gunting? Bentuknya ini dan objeknya ini gitu. Soalnya kalau hanya sebatas kata mereka kurang paham jadi harus ada objeknya, penjelasannya dan simulasinya gitu.

8. Bagaimana proses program bina diri untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan sosial siswa tunagrahita?

Jawab : nah untuk tersebut mereka itu lebih nanti komunikasinya itu bukan hanya sebatas teman yang sesama grahita tapi ke guru, ke orangtua, dan teman selain tunagrahita. Mereka bisa enggak berkomunikasi dengan orang umum terus orang tua bagaimana, kadang ke gurukan mereka juga harus belajar gitu belum paham gitu. Lebih kita merangkul komunikasi kepada mereka.

9. Bagaimana cara program bina diri untuk meningkatkan ketrampilan interpersonal anak tunagrahita?

Jawab : kalau ketrampilan interpersonal itu nanti dari metode individual tadi kita missal materinya menggunting jadi kita bembuat sesuatu

dari proses menggunting tersebut. Menempel apa, menjahit apa gitukan, terus membuat buket bunga apa gitu kan itu bisa dari hal menggunting saja kita bisa membuat keterampilan tertentu. Jadi dari bina diri disitu mereka bisa menghasilkan suatu karya, sesuatu yang bisa bermanfaat bagi dirinya jadi bisa terbiasa membuat seperti itu.

10. Banaimana keadaan atau kondisi siswa tunagrahita sebelum dan sesudah mengikuti program bina diri?

Jawab : sebelum mengenal bina diri itu ya anak-anak belum memiliki sikap simpati dan empati mbak, mereka juga masih belum bisa mandiri seperti saat pertama kita menyuruh mereka gosok gigi mereka tidak mau, mereka masih merasa takut bahkan ada yang belum mengerti tentang benda tajam dan manfaatnya ketika kita ajarkan untuk mengenal dan menggunakan benda tajam serta mereka belum paham akan menaati peraturan-peraturan ditempat umum. Nah setelah mereka mempelajari dan mengikuti program bina diri tersebut Alhamdulillah sedikit demi sedikit anak dapat melatih dirinya untuk peduli terhadap kondisi yang ditemui disekitar lingkungan, mereka bisa lebih mandiri, disiplin, dan bertanggung jawab karena sudah terbiasa untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti gosok gigi tadi, sudah lebih berani menggunakan benda tajam dan percaya diri begitu.

HASIL WAWANCARA DENGAN GURU PROGRAM KHUSUS BINA DIRI SISWA TUNAGRAHITA

Narasumber : Andrita Furi Ningtyas

Jabatan : Guru Progsus Bina Diri Tunagrahita

Hari/Tanggal Wawancara : Senin/18 Maret 2024

1. Apa yang anda ketahui tentang program bina diri yang diterapkan oleh Sekolah Luar Biasa?

Jawab : Bina diri itu ya sesuatu yang harus dikuasai oleh anak-anak untuk kemandirianya dia. Sesuatu yang harus dikuasai bagaimana dia harus gosok gigi sendiri, memasak sendiri, memakai baju sendiri, eh untuk bekal kehidupan dia tanpa memerlukan bantuan orang lain.

2. Apa fungsi dan tujuan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?

Jawab : Program khusus bina diri disini itu fungsinya sangat penting mbak bagi anak-anak khususnya anak tunagrahita. Yaitu anak-anak dilatih atau diajarkan agar anak dapat menguasai kemandirian dia. Menguasai bagaimana dia harus menggosok gigi sendiri, memasak sendiri, memakai baju sendiri, eh untuk bekal kehidupannya dia gitu, biar segala sesuatunya dia bisa mengerjakan sendiri tanpa bantuan orang lain. Walaupun bantuan itu seminimal mungkin gitu yah, tidak harus tidak boleh dibantu gitu, boleh dibantu tapi seminimal mungkin. Agar kelak dapat beradaptasi sesuai dengan teman sebayanya dan diharapkan dia memiliki rasa percaya diri yang besar.

3. Apa saja bentuk atau aspek resiliensi untuk mengembangkan siswa tunagrahita melalui program bina diri?

Jawab : Bentuk-bentuknya ya itu mbak bisa dengan praktek dan tertulis gitu, kita kasih materi terlebih dahulu kepada mereka seperti penggunaan benda tajam, bagaimana berteman dengan baik, bagaimana sikap kepada orang yang lebih tua dan dibawah mereka. Misalnya ya kalo praktek ya kaya gosok gigi, mencuci kaos kaki sendiri, sepatu, memasak gitu. Memasaknya ya yang gampang-gampang gitu mbak kaya membuat telur, mie instan, membuat nasi goreng agar mereka bisa lebih percaya diri bahwa mereka bisa melakukannya sendiri dan berani bertanggung jawab atas apa yang mereka lakukan gitu mbak ya seperti tadi ketika habis memasak ya piring dan alat masaknya harus dicuci dan dirapikan kembali.

4. Metode apa saja yang diberikan oleh guru dalam bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?

Jawab : Sebenarnya banyak sih mbak metode bina diri kalau dilihat secara umum yah ya bisa praktik atau demonstrasi, teori atau tulisan, ujian itu sama kaya penugasan, ceramah, Tanya jawab dan lain sebagainya. Tetapi yang sering digunakan disini ya praktik langsung mbak, supaya siswa itu lebih cepat paham dengan apa yang sudah guru ajarkan. Contohnya guru mengenal dan menggunakan benda-benda tajam seperti pisau, gunting seperti itu, lalu kemudian setelah itu siswa dilatih untuk mempraktikan secara langsung dengan menggunakan umpan mengajak membuat salad buah atau memasak agar mereka tertarik dan berani untuk memegang dan menggunakan benda-benda tersebut.

5. Bagaimana tahapan-tahapan yang dilakukan ketika melaksanakan bimbingan bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?

Jawab : Tahapannya itu ya mulai dari teori dulu kaya menjelaskan terlebih dahulu kepana anak-anak baru nanti setelah selesai penjelasan langsung kita kepraktik. Anak mempraktikan masing-masing kaya missal materinya merawat diri sendiri ya anak-anak disuruh mempraktikan kaya cara memakai baju yang benar itu bagaimana.

6. Apa saja faktor pendukung dan penghambat yang dialami oleh siswa ketika melaksanakan program bina diri untuk mengembangkan resiliensi siswa tunagrahita?

Jawab : Untuk faktor penghambat ya itu perbedaan kemampuan anak gitukan yang kadang ada anak yang sudah bisa menulis ada yang belum, ada yang sudah bisa membaca ada yang belum atau ada yang sudah bisa praktik nih ada yang belum malah kadang masih ada yang takut pegang benda tajam jadi masih memerlukan bimbingan lagi, jadi kita sesuaikan dengan tingkat kemampun mereka yang berbeda-beda. Itu juga tergantung pada dukungan orang tua juga. Missal anaknya sedang belajar memasak nih tetapi ada orangtua yang anaknya tidak boleh memasak kaya misalnya menyalakan kompor, memotong sayuran jadi anak itukan tidak ada peningkatan gitukan. Ada juga orangtua yang ya udah boleh anaknya di biarkan gitu ya tergantung pada orangtuanya dan juga anaknya gitu sih. Kalau untuk sarana dan prasarana sekolah pendukungnya ya ini ada internet gitu kan jadi kita bisa belajar dari situ apa apa yang kita pelajari. Jadi anak-anak juga lebih tau dengan melihat gambar-gambar dengan media-media yang lain yang tidak tersedia disekolah.

7. Bagaimana cara penyampaian materi pembelajaran agar mudah dipahami oleh siswa tunagrahita dalam program bina diri?

Jawab : Ya biasanya media belajar misalnya dengan gambar-gambar gitu apalagi terutama anak-anak yang belum bisa baca tulis, biasanya dengan media gambar atau yang biasanya itu langsung kepraktik ya karna lebih memahami. Karena kalau tulisan itu anak-anak kan memang IQnya terbatas ya jadi tergantung ada anak yang mudah memahami. Biasanya jika anak yang sudah bisa membaca dan menulis itu pemahamannya lebih baik dibandingkan dengan anak-anak yang belum bisa baca tulis jadi untuk memudahkan anak-anak yang belum bisa baca tulis ya saya biasanya pakai gambar untuk memudahkan mereka memahami apa yang sudah disampaikan.

8. Bagaimana proses program bina diri untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan sosial siswa tunagrahita?

Jawab : sebenarnya secara emosionalnya siswa sudah stabil tapi dengan belajar ini kita juga mempelajari mereka emosinya harus bagaimana dengan teori-teori gitu. Misalnya jika kamu di bully kamu harus bersikap bagaimana, terus bagaimana bersikap kepada orang yang lebih tua apakah kamu harus mudah marah atau bagaimana begitu sih.

9. Bagaimana cara program bina diri untuk meningkatkan ketrampilan interpersonal anak tunagrahita?

Jawab : ya kalau untuk itu lebih keprogsusnya pak adieb ya kalau saya dengan wawancara, berkomunikasi dengan temanya dengan rasa percaya diri misalnya untuk maju kedepan untuk bercerita sehari-hari.

10. Bagaimana keadaan atau kondisi siswa tunagrahita sebelum dan sesudah mengikuti program bina diri?

Jawab : untuk kondisi anak sendiri saat ini ya itu tergantung juga mbak ada yang sudah berubah ada yang masih sama tergantung pada anaknya juga ada yang cepat memahami materi yang bisa dilakukan atau dipraktikan secara langsung, tetapi ada juga yang setelah diberikan materi pembelajaran ya masih sama seperti biasa-biasa saja itu ya misalnya teori memasak gitu ya ada anak yang langsung bisa masak, tetapi ada juga yang belum bisa memasak, jadi memang harus konsisten dalam mengajar.



Lampiran 3

DOKUMENTASI

GEDUNG SLB PURBA ADHI SUTA PURBALINGGA



WAWANCARA DENGAN GURU PROGSUS TUNAGRAHITA



KEGIATAN PENGENALAN & PENGGUNAAN BENDA TAJAM



**KEGIATAN KETRAMPILAN MEMBUAT BUKET BUNGA SISWA
TUNAGRAHITA**



KEGIATAN MENGGUNTING DAN MENEMPEL GAMBAR



FOTO BERSAMA SISWA TUNAGRAHITA KELAS XII



CURIKULUM VITE

a. Biodata Pribadi

Nama: Icha Mahesa

Tempat, Tanggal Lahir: 8 Mei 2002

Jenis Kelamin: Perempuan

Email: ichamahesa85@gmail.com

b. Riwayat Pendidikan

TK: TK Negeri Satu Atap Perdamaian

SD: MI NU Kalisalak

SMP: SMP Al-Hikmah 2 Benda

SMA: MA MINAT Kesugihan

Perguruan Tinggi: UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

c. Moto

Follow your dreams

