Copyright © 2025 The Author(s)
Didaktika: Jurnal Kependidikan Vol. 14 No. 4 Nopember 2025

Pengembangan Media Video Pembelajaran Bina Diri *Self Care* Untuk Meningkatkan Kemandirian Siswa Disabilitas Intelektual

Siti Mahmudah[1], Wiwik Widajati [2], Devina Rahmadiani Kamaruddin Nur[3], Danis Ade Dwirisnanda[4], Muh Kholid Ni'amul Ludfi[5], Muhammad Nurrohman Jauhari[6]

[1,2,3,4,5]Universitas Negeri Surabaya, Indonesia
[6]Universitas PGRI Adi Buana, Surabaya, Indonesia

[1]sitimahmudah@unesa.ac.id

Abstrak

Rendahnya media pembelajaran yang dirancang oleh guru pada pembelajaran bina diri mengakibatkan kurangnya minat belajar siswa disabilitas intelektual di Sekolah Luar Biasa Siti Hajar Sidoarjo. Penelitian mengembangkan media video pembelajaran bina diri *self care* bertujuan untuk: menguji kelayakan materi, kelayakan media video, menguji kepraktisan/kelayakan dari praktisi dan uji keefektifan. Penelitian pengembangan *R&D (Research and Development)* dengan model pengembangan ADDIE yang terdiri dari 5 tahapan, yaitu *Analyze*, *Design*, *Development*, *Implementation*, *Evaluating*. Model pengembangan ADDIE digunakan dalam penelitian ini karena pendekatannya sistematis dan tersetruktur untuk memecah proses pengembangan pembelajaran menjadi lima tahapan dan memastikan tidak ada tahapan yang terlewat. Teknik pengumpulan data menggunakan angket, wawancara dan tes. Analisis data menggunakan prosentase. Hasil penelitian validasi materi 86% sangat baik, hasil validasi media 88% sangat baik, hasil validasi praktisi 86% sangat baik, dapat diartikan media video pembelajaran bina diri *self care* layak digunakan untuk meningkatkan kemandirian siswa disabilitas intelektual. Hasil uji keefektifan dianalisis dengan rumus *N-Gain*= 0.3 dinyatakan efektif serta efisien dengan kategori rata-rata. Dapat disimpulkan media video pembelajaran bina diri *self care* efektif digunakan untuk meningkatkan kemandirian siswa disabilitas intelektual di SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo.
Kata Kunci: bina diri, *self care*, kemandirian, disabilitas intelektual.

Pendahuluan

Siswa disabilitas intelektual merupakan individu yang mempunyai keterbatasan mental dengan hambatan intelektual atau IQ di bawah rata-rata. Kalgotra & Warwal (2017:15) mengatakan bahwa individu dengan disabilitas intelektual mengalami terlambatnya pertumbuhan intelektual, tugas akademik dengan kemampuan di bawah rata-rata, terbatasnya kemampuan komunikasi dan interaksi sosial serta kemampuan dalam menolong dirinya. Team & *WHO* (2002) mengatakan ketergantungan perawatan diri adalah ketidakmampuan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari seperti menyiapkan makan, menjaga kebersihan pribadi dan kesadaran akan keselamatan. Tingkat ketergantungan tinggi yang dimiliki siswa dengan keterbatasan fisik atau penyakit maka pelaksanaan aktivitas dan tugas di setiap harinya menjadi beban berat tersendiri terhadap pengasuh atau perawat maupun orang yang memberi pelayanan kesehatan (Tork dkk., 2007). Faktor yang memengaruhi perawatan diri adalah pengetahuan terkait perawatan diri yang dimiliki anak dengan hambatan mental (Mardiawati, 2019:34). karakteristik serta keterbatasan pengetahuan dan ketergantungan tersebut menjadikan siswa

disabilitas intelektual kurang dalam hal kemandirian. Kemandirian yang dibutuhkan siswa disabilitas intelektual salah satunya adalah *self care.* Menurut pendapat Cankaya & Kuzu (2018) yang menjadi tujuan penting dalam pendidikan siswa disabilitas intelektual adalah dengan membantu meningkatkan kualitas hidupnya agar meningkatkan ketrampilan hidup dalam kehidupan sehari-hari. Melaksanakan ketrampilan hidup yang penting dalam sehari-hari dengan mandiri memungkinkan untuk seorang individu menjadi pribadi yang lebih dewasa dan mandiri (Horn, 2018). Meningkatkan kualitas hidup, menambah pengetahuan serta meningkatkan kemandirian perawatan diri maka siswa disabilitas intelektual perlu untuk diberikan pembelajaran *self care* melalui video pembelajaran bina diri. Media video pembelajaran bina diri *self care* merupakan salah satu bentuk media pembelajaran yang dapat diamati. Dengan video pembelajaran seorang guru dapat membimbing saat proses pembelajaran kepada siswa berupa arahan, bantuan, petunjuk dan motivasi, hal ini dimaksudkan agar siswa dapat belajar lebih efektif dan efisien dari sebelumnya serta dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi selama pembelajaran.

Video pembelajaran cukup inovatif untuk melatih keterampilan dasar bina diri bagi siswa disabilitas intelektual. Media video memiliki fungsi supaya memudahkan siswa dalam memahami sebuah materi pembelajaran bina diri pada materi *self care* melalui gambar bergerak yang berisi tentang arahan, petunjuk, dan motivasi, hal ini dimaksudkan agar siswa dapat belajar lebih efektif dan efisien dari sebelumnya serta dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi selama pembelajaran. Hasil penelitian terdahulu Febriani, S & Irdamurni (2019) penelitian ini berjudul video tutorial dapat meningkatkan ketrampilan menggosok gigi tunagrahita Kategori Sedang. Penelitian dilakukan di SLB Bina Bangsa Padang dengan melibatkan 2 orang di kelas VIII SMPLB Bina Bangsa Padang dengan klasifikasi tunagrahita sedang. Tujuan penelitian ini untuk membuktikan keefektivitasan video tutorial dapat meningkatkan menggosok gigi pada siswa kelas VIII C SMPLB Bina Bangsa Padang. Jenis penelitian tindakan kelas. Penelitian dilakukan 2 siklus, hasil penelitian pada siklus 1 hasil secara klasikal saat post test siswa adalah 61% dan hasil secara klasikal keaktifan belajar siswa adalah 83,74%. Pada siklus 2 hasil presentase 84% dan nilai presentase keaktifan belajar siswa secara klasikal pada siklus 2 adalah 95, 31%. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan setelah pemberian video tutorial menggosok gigi pada siswa tunagrahita sedang disimpulkan bahwa video tutorial efektif digunakan untuk meningkatkan kemampuan perawatan diri menggosok gigi tunagrahita sedang.

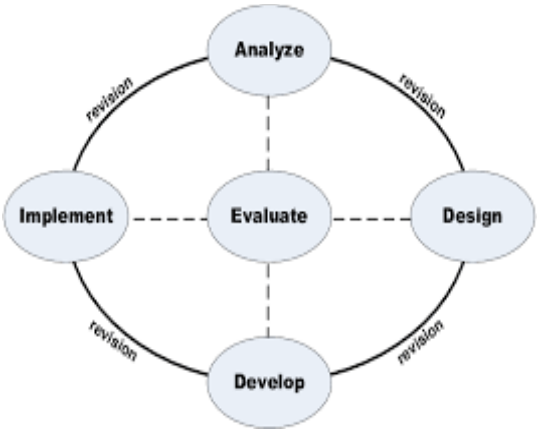
Tujuan penelitian pengembangan adalah untuk menguji kelayakan materi, media video pembelajaran bina diri *self care*, menguji kepraktisan dan keefektifan media video pembelajaran bina diri *self care* yang dikembangkan untuk meningkatkan kemandirian siswa disabilitas intelektual. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka upaya untuk meningkatkan kemandirian siswa disabilitas intelektual, dengan melalui pengembangan media video pembelajaran bina diri yang difokuskan pada materi *sefe care* (mencuci tangan, menggosok gigi dan menyisir rambut).

Metode

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan atau *Research and Development.* Sugiyono (2015) menyatakan bahwa metode penelitian pengembangan atau R&D yaitu sebuah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan sebuah produk tertentu serta menguji keefektifan produk yang akan dihasilkan. Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini ialah model pengembangan ADDIE. ADDIE sebagai konsep dari sebuah proses pengembangan produk yang efektif (Robert Maribe Branch, 2009). Model penelitian tersebut terdiri dari lima

Copyright © 2025 The Author(s)

tahapan pengembangan yaitu *Analysis, Design, Development or Production, Implementation or Delivery and Evaluations*.
Model pengembangan ADDIE tertera pada gambar 1.



Gambar 1: Model Pengembangan ADDIE (Robert Maribe Branch, 2009)

Tahapan pertama dalam penelitian ini adalah melakukan Analyze/Tahap Analisis yaitu menganalisis dari sebuah permasalahan yang telah terjadi di Sekolah Luar Biasa bagian C (disabilitas intelektual), yaitu sebagian besar siswa disabilitas intelektual yang mempunyai IQ antara 30-50 masih kurang paham dalam melaksanakan pembelajaran non akademik yaitu bina diri terutaman perawatan diri/*self care.* Para siswa disabilitas intelektual saat melakukan *self care* belum sesuai dengan langkah-langkah kegiatan mencuci tangan, menggosok gigi dan menyisir rambut.. *Design*/Tahap Perancangan, dalam tahap ini dilakukan pemilihan dan merancang materi pembelajaran bina diri *self care*, merancang media video pembelajaran bina diri *self care* sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran dalam kegiatan mencuci tangan, menggosok gigi dan menyisir rambut. *Development/*Tahap Pengembangan, tahap pengembangan merupakan tahap yang dilaksanakan untuk menghasilkan dan memvalidasi produk yang diciptakan. Fase yang dilakukan dalam tahap pengembangan yaitu: Pertama pembuatan produk media video pembelajaran bina diri *self care* sesuai dengan rancangan yang telah disusun pada tahap desain atau perancangan. Kedua dilakukan validasi produk pada ahli materi dan ahli media yang ditujukan untuk memperoleh masukan terkait pengembangan produk media video pembelajaran bina diri *self care* sehingga produk dapat dikembangkan sesuai dengan kebutuhan siswa disabilitas intelektual. Ketiga validasi praktisi dilaksanakan oleh guru siswa disabilitas intelektual di SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo. *Implement*/tahap penerapan produk media video bina diri *self care,* telah tervalidasi oleh ahli materi, ahli media dan praktisi serta dinyatakan signifikan dan diujicobakan kepada siswa disabilitas intelektual di sekolah yang telah ditentukan yaitu SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo *Evaluation/*tahap evaluasi, evaluasi untuk melihat hasil dari ujicoba , apakah hasilnya kurang, stabil, rendah, rata-rata dan tinggi. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan wawancara. Teknik analisis data menggunakan prosentase P= Presentase kelayakan, f= Skor yang didapatkan , n= Total skor maksimal.

Prosentase untuk menguji hasil validasi materi, media dan validasi praktisi. Analisis hasil uji tes digunakan rumus *Gain Score.* Dengan kreteria $-1{,}00 < g < 0{,}00$ = Kurang, $g = 0{,}00$= Stabil, $0{,}00 < g < 0{,}30$=Rendah, $0{,}30 < g < 0{,}70$=Rata-rata, $0{,}70 < g < 1{,}00$= Tinggi. Kisi-kisi lembar penilain/angket untuk ahli materi, ahli media dan kisi-kisi angket kemandirian tertera pada tabel 1,2,3:

Tabel 1 Kisi-kisi Angket Validasi Ahli Materi

Indikator	No.Butir	Jumlah
ASPEK MATERI		
Tujuan pembelajaran	1	1
Pemilihan materi	2,3	2
Pembahasan materi	4,5,6	3
ASPEK KEBAHASAAN		
Penyampaian materi	7,8,9	3
Istilah bahasa	10	1
ASPEK KETERLAKSANAAN		
Kebermanfaatan materi	11,12	2

Tabel 2 Kisi-kisi Angket Validasi Ahli Media

Indikator	No.Butir	Jumlah
ASPEK VISUAL		
Kualitas tampilan gambar	1,2,3,4,5,6,7	7
Desain isi materi	8,9,10,11	4
ASPEK AUDIO		
Kualitas audio	12,13,14,15	4

(Diadaptasi dari Kustandi & Darmawan, 2020)

Tabel 3 Kisi-kisi Angket Kemandirian

Indikator	No. Butir	Jumlah
Rasa percaya diri	1,2,3	3
Rasa tanggung jawab	4,5,6	3
Menentukan dan mengambil Keputusan sendiri	7,8,9	3
Mengendalikan emosi	10,11,12	3

(Diadaptasi dari Astati, 2020)

Hasil

Tahap analisis *(analysis),* pada tahap ini dilakukan analisis situasi melalui wawancara pada guru kelas I dan kelas II di SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo terkait pelaksanaan pembelajara bina diri *self care*. Aspek yang dianalisis yakni: pertama kemampuan awal siswa disabilitas intelektual dalam pembelajaran bina diri *c* masih tergolong minim, hal tersebut dikarenakan para siswa belum mendapatkan pembelajaran *self care* secara sistematis atau belum sesuai dengan langkah-langkah kegiatan pembelajaran *self care* berdasarkan analisis tugas (*task analysis*). Kegiatan bina diri *self care* dibelajarkan hanya sebatas kebiasaan yang dilakukan setiap hari tanpa memperhatikan prosedur atau sistematika yang ada. Kedua menganalisis kurikulum pembelajaran bina diri, hasil wawancara dari guru, menjelaskan bahwa pembelajaran bina diri dilaksanakan sesuai Kurikulum Merdeka Belajar Fase A, Capaian Pembelajaran merawat diri dan mengurus diri di kelas I dan kelas II Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB). Capaian Pembelajaran merawat diri adalah: Peserta didik mampu mengenal alat makan dan minum, mengenal cara menggunakan alat makan dan minum, makan dan minum dengan bantuan, mengenal anggota tubuh, mengenal peralatan mandi, mengenal cara mencuci tangan, dan mengenal cara penggunaan toilet. Sedangkan Capaian Pembelajaran Mengurus Diri adalah:

Copyright © 2025 The Author(s)

Peserta didik mampu menanggalkan pakaian dalam, mengenakan pakaian dalam, mengenal peralatan merias diri (sisir dan cermin), dan mengenal cara penggunaan peralatan merias diri (sisir dan cermin). Ketiga analisis kebutuhan, dengan adanya permasalahan yang terdapat dalam kegiatan pembelajaran bina diri, baik dari faktor internal maupun eksternal, maka dibutuhkan sebuah alat atau media yang bisa digunakan untuk mendukung pelaksanaan kegiatan pembelajaran bina diri *self care* melalui pengembangan media yang inovatif, kreatif sehingga siswa disabilitas intelektual dapat belajar dengan senang, penuh semangat, menarik perhatian, tidak bosan dan menumbuhkan rasa keingintahuan serta menumbuhkan minat belajar mereka. Dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan perkembangan teknologi yang sangat pesat di saat ini, maka disusunlah sebuah media video pembelajaran bina diri *self care* dengan harapan untuk dapat meningkatkan kemandirian siswa disabilitas intelektual.

Tahap desain *(design)*, meliputi desain materi yaitu merancang modul ajar pembelajaran bina diri *self care* sesuai capaian pembelajaran Fase A klas I dan kelas II SDLB tentang merawat diri dan mengurus diri. Selanjutnya desain produk berupa sebuah media video pembelajaran bina diri *self care* yang terdiri dari langkah-langkah mencuci tangan, langkah-langkah menggosok gigi dan langkah-langkah menyisir rambut.

Tahap pengembangan (*development)* tahap pengembangan merupakan tahap yang dilaksanakan untuk menghasilkan dan memvalidasi produk yang diciptakan.

Validasi materi didapatkan hasil uji kelayakan dari ahli materi tertera pada tabel 4.

Tabel 4 Hasil Validasi Ahli Materi

Aspek	£ Skor	£ Skor Max
Materi	25	30
Kebahasaan	17	20
Keterlaksanaan	10	10
Jumlah	52	60

Hasil skor 52 dari 60 skor maksimal. 52 dibagi 60 kali 100 %= 86%. Berdasarkan hasil tersebut dapat dihitung prosentase antara 86% sampai 100% dikategorikan sangat baik, dan dilihat dari kelayakan antara 80% sampai dengan 100% dinyatakan sangat valid atau sangat layak.

Validasi media didapatkan dari hasil uji kelayakan ahli media tertera pada tabel 5.

Tabel 5 Hasil Validasi Ahli Media

Aspek	£ Skor	£ Skor Max
Aspek visual	49	75
Aspek audio	17	20
Jumlah	66	75

Hasil skor 66 dari 75 skor maksimal. 66 dibagi 75 kali 100%= 88% menurut Arikunto (2012), dari hasil prosentase antara 86% sampai 100% dikategorikan sangat baik, dan dilihat dari kelayakan produk antara 80% sampai dengan 100% dinyatakan sangat valid atau sangat layak. Validasi praktisi didapatkan dari guru siswa disabilitas intelektual di SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo. Hasil uji kelayakan praktisi tertera pada tabel 6.

Tabel 6 Hasil Validasi Praktisi

Aspek	£ Skor	£ Skor Max
Rasa percaya diri	14	60
Rasa tanggung jawab	12	60
Menentukan dan mengambil Keputusan sendiri	13	60
Mengendalikan emosi	13	60
Jumlah	52	60

Hasil dari validasi praktisi diperoleh skor 52 dari 60 skor maksimal. 52 dibagi 60 kali 100 %= 86%. Berdasarkan hasil tersebut dapat dihitung prosentase antara 86% sampai 100% dikategorikan sangat baik, dan dilihat dari kelayakan antara 80% sampai dengan 100% dinyatakan sangat valid/layak. Dapat dinyatakan bahwa aspek kemandirian dalam pembelajaran bina diri *self care* (mencuci tangan, menggosok gigi dan menyisir rambut) sangat valid/layak, terbatas di SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo.

Tahap penerapan *(implementation),* tahap penerapan dilakukan dengan uji coba terbatas terhadap 6 siswa disabilitas intelektual kelas I dan kelas II di SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo. Dalam uji coba produk media video pembelajaran bina diri *self care* tersebut siswa diberikan pre tes dan pos tes. Hasil pre tes dan pos tes tertera pada tabel 7.

Tabel 7 Hasil Pre Tes dan Pos Tes

No	Nama	Jenis kelamin	Nilai rata-rata pre tes	Nilai rata-rata pos tes
1	AYF	Laki2	63.0	65.0
2	SW	Laki2	73.3	95,0
3	MRZ	Laki2	74,0	89,0
4	MFR	Laki2	91.0	95.0
5	NAP	Perempuan	89.8	96.0
6	FN	Perempuan	73,5	93.0
		Jumlah	464.6	533,0
		Nilai rata-rata	464.6/6=77,40	533,0/6=88.80

Hasil nilai rata-rata pre tes= 77,40 dan nilai rata-rata pos tes= 88.80.

Data pre tes dan pos tes dimasukan dalam rumus: *Gain Scor* dengan hasil 0,30. Menurut tabel *Gain-Score* 0,30 < g < 0,70 dikategorikan rata-rata. Sehingga hasil pre tes dan pos tes pembelajaran bina diri *self care* tersebut termasuk kategori rata-rata dapat diartikan bahwa media video pembelajaran bina diri *self care* mempunyai tingkat efektifitas rata-rata. belum mencapai tingkat efektifitas tinggi, namun demikian media video pembelajaran bina diri *self care* tetap dinyatakan efektif digunakan dalam peningkatan kemandirian siswa disabilitas intelektual di SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo.

Tahap evaluasi *(evaluation)*, setelah adanya penerapan produk media video pembelajaran bina diri *self care* secara terbatas, selanjutnya dievaluasi untuk melihat hasil dari ujicoba produk yang telah dilaksanakan. Hasil dari ujicoba terhadap siswa disabilitas intelektual bahwasanya media video pembelajaran bina diri *self care* telah efektif digunakan dalam meningkatkan kemandirian siswa disabilitas intelektual dengan hasil pre tes dan pos tes didapatkan sekor yang dihitung menggunakan rumus *N- Gain score* menurut Hake (1998) yaitu: g= 0,3 (rata-rata**)**

Copyright © 2025 The Author(s)

menunjukkan bahwa media video pembelajaran bina diri *self care* memiliki nilai efektifitas dan efisiensi kategori rata – rata. Dari hasil tersebut masih perlu ditinjau ulang, diperbaiki dan ditingkatkan dari kategori rata-rata menjadi kategori tinggi.

Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dijelaskan di atas sejalan dengan penelitian terdahulu yang membuktikan bahwa media video tutorial efektif digunakan untuk meningkatkan kemampuan perawatan diri dalam menggosok gigi. Hal ini juga diperkuat dengan data pendukung dari hasil analisis data terdahulu yaitu hasil penelitian pada siklus 1 hasil secara klasikal saat post test siswa adalah 61% dan hasil secara klasikal keaktifan belajar siswa adalah 83,74%. Pada siklus 2 hasil presentase 84% dan nilai prosentase keaktifan belajar siswa secara klasikal pada siklus 2 adalah 95, 31%. Temuan penelitian pengembangan ini menjelaskan bahwa: Tahap analisis yaitu melakukan wawancara terhadap guru kelas dengan hasil berdasarkan wawancara dengan guru kelas I dan II SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo mengenai pembelajaran bina diri (pengembangan diri) bahwasanya Capaian Pembelajaran Merawat Diri adalah: Peserta didik mampu mengenal alat makan dan minum, mengenal cara menggunakan alat makan dan minum, makan dan minum dengan bantuan, mengenal anggota tubuh, mengenal peralatan mandi, menggosok gigi, mengenal cara mencuci tangan, dan mengenal cara penggunaan toilet. Sedangkan Capaian Pembelajaran Mengurus Diri adalah: Peserta didik mampu menanggalkan pakaian dalam, mengenakan pakaian dalam, mengenal peralatan merias diri (sisir dan cermin), dan mengenal cara penggunaan peralatan merias diri (sisir dan cermin). Tahap desain *(design)*, meliputi desain materi yaitu merancang modul ajar pembelajaran bina diri *self care* sesuai capaian pembelajaran Fase A klas I dan kelas II SDLB tentang merawat diri dan mengurus diri. Selanjutnya desain produk berupa sebuah media video pembelajaran bina diri *self care* yang terdiri dari langkah-langkah mencuci tangan, langkah-langkah menggosok gigi dan langkah-langkah menyisir rambut.

Pada tahap penelitian pengembangan ini dilakukan pembuatan produk sesuai dengan rancangan yang telah disusun pada tahap desain atau perancangan. Media pembelajaran adalah suatu alat peraga atau perantara yang difungsikan dalam proses penyampaian informasi sebagai penunjang kegiatan belajar dan meningkatkan motivasi belajar pada peserta didik sehingga proses penyampaian informasi atau pengetahuan dapat diterima dan dipahami oleh peserta didik. Video merupakan sebuah alat yang dapat digunakan untuk memaparkan materi pelajaran dengan menampilkan kumpulan gambar bergerak dengan cara diproyeksikan membentuk karakter yang sama menyerupai objek aslinya (Johari, 2014). Media yang dikembangkan dalam penelitian ini yaitu media pembelajaran berupa video yang ditujukan untuk siswa disabilitas intelektual khususnya pada jenjang Sekolah Dasar Luar Biasa, dan dikembangkan sesuai dengan kebutuhan, karakteristik serta kondisi siswa disabilitas intelektual tersebut. Media video pembelajaran bina diri *self care.* telah berhasil dikembangkan dan layak untuk digunakan dan diterapkan pada proses pembelajaran bina diri dengan penjelasan sebagai berikut: Berdasarkan data hasil validasi ahli materi, ahli media dan praktisi, maka media video pembelajaran bina diri *self care* dinyatakan layak digunakan sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan kemandirian siswa disabilitas intelektual kelas I dan II hal ini dapat dilihat dengan hasil perhitungan skor dari ahli materi, ahli media dan praktisi menggunakan rumus prosentase. Menurut Arikunto (2012) menyatakan data hasil validasi termasuk kategori sangat baik. Astati (2020) menyatakan bahwa disabilitas intelektual memiliki kapasitas belajar yang sangat terbatas terutama dalam hal yang bersifat abstrak, kesulitan dalam menangkap informasi, mudah lupa, kesulitan dalam hal

pemusatan perhatian serta membutuhkan waktu yang lebih lama dalam mengingat dan menyelesaikan tugas. Kemandirian diartikan sebagai suatu sikap yang ditandai dengan adanya kepercayaan diri dan terlepas dari kebergantungan (Chaplin, 1995), selanjutnya Benson dan Grove (2000) menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan kemandirian adalah kemampuan individu untuk memutuskan sendiri dan tidak terus menerus berada di bawah kontrol orang lain. Berdasarkan pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa siswa yang mandiri adalah siswa yang mampu melakukan aktivitasnya sendiri tanpa banyak bergantung kepada orang lain.

Hasil penelitian terhadap siswa disabilitas intelektual kelas I dan II di SLB/B-C Sidoarjo menunjukkan adanya peningkatan kemandirian setelah penggunaan media video pembelajaran bina diri self care. Peningkatan tersebut terlihat dari nilai rata-rata pretest sebesar 77,40 dan posttest sebesar 88,80. Ketika dianalisis menggunakan rumus N-Gain Score menurut Hake (1998), media video ini berada pada kategori efektivitas dan efisiensi "rata-rata". Dengan demikian, media video pembelajaran bina diri self care dinyatakan layak dan dapat digunakan sebagai pendukung kegiatan pembelajaran bina diri pada siswa disabilitas intelektual, serta terbukti mampu meningkatkan kemandirian belajar mereka.

Media video sebagai alat pembelajaran semakin diakui keefektifannya karena mampu menyajikan materi secara lebih menarik, interaktif, dan mudah dipahami, terutama bagi siswa dengan kebutuhan khusus. Pemanfaatan elemen audio-visual dalam video pembelajaran dapat menghidupkan pesan yang disampaikan dan membantu meningkatkan pemahaman konsep. Namun, penelitian ini juga menemukan beberapa kelemahan penggunaan media video self care, seperti siswa yang berebut saat menonton, mudah bosan, berteriak, tidak fokus, hingga mencoba memegang dan mematikan laptop. Gejala tersebut selaras dengan karakteristik umum siswa disabilitas intelektual yang mudah terdistraksi, memiliki emosi kurang stabil, kurang percaya diri, serta cepat merasa jenuh. Karena itu, meskipun video efektif, tingkat efektivitasnya masih berada pada kategori "cukup" dan belum mencapai kategori "tinggi".

Secara praktis, media video pembelajaran bina diri self care memberikan dampak positif terhadap pembelajaran bina diri dan dapat menjadi sarana pendukung dalam mengembangkan kemandirian siswa disabilitas intelektual. Bagi guru, media ini dapat menjadi tambahan wawasan untuk meningkatkan kompetensi profesional dan pedagogik, terutama dalam merancang media pembelajaran elektronik yang sesuai kebutuhan siswa berkebutuhan khusus. Bagi institusi pendidikan, media video ini dapat dijadikan acuan pengembangan produk video pembelajaran lainnya untuk materi bina diri pada pokok bahasan berbeda yang disesuaikan dengan asesmen diagnostik dan kemampuan awal siswa. Dengan produk video yang lebih kreatif dan inovatif, diharapkan proses pembelajaran bagi siswa disabilitas intelektual dapat semakin optimal di berbagai konteks pendidikan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan setelah dilakukan uji validasi oleh ahli materi maka modul ajar bina diri *self care* layak digunakan dengan kategori sangat baik dengan nilai 86%. Hasil validasi ahli media kategori sangat baik dengan nilai 88%, maka dapat dinyatakan bahwa media video pembelajaran bina diri *self care* layak digunakan, uji validasi kepraktisan hasil dinyatakan sangat baik dengan nilai 86%, maka dapat dinyatakan bahwa media video pembelajaran bina diri *self care* yang dikembangkan layak digunakan pada siswa disabilitas intelektual. Hasil uji efektifitas media video pembelajaran bina diri *self care* sesuai hasil pre tes dan pos tes dengan nilai efektivitas 0.3 (kategori rata-rata) maka media video pembelajaran bina diri *self care* layak digunakan sebagai salah satu media pembelajaran yang efektif dan efisien bagi siswa disabilitas intelektual kelas I dan II di SLB/B-C Siti Hajar Sidoarjo. Perlu peninjauan ulang atau

Copyright © 2025 The Author(s)

perbaikan ulang media video pembelajaran bina diri *self care* merujuk pada hasil pre tes dan pos tes pembelajaran bina diri *self care* masih dikategorikan rata-rata, belum mencapai kategori tinggi.

Bagi pengembang produk lebih lanjut dapat dilaksanakan dengan mengembangkan atau memperluas materi bina diri dan dapat menambahkan animasi-animasi yang menarik perhatian siswa disabilitas, khususnya disabilitas intelektual baik yang tergolong disabilitas intelektual ringan maupun disabilitas intelektual sedang.

References

Arikunto, S. (2020). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.

Astati. (2020). *Ortopedagogik anak tunagrahita*. Depdiknas.

Benson, N. C., & Grove, S. (2000). *Mengenal psikologi for beginners* (Medina Chodijah, Trans.). Mizan.

Bouck, E. C. (2012). Secondary students with moderate/severe intellectual disability: Considerations of curriculum and post-school outcomes from the National Longitudinal Transition Study-2. *Journal of Intellectual Disability Research, 56*, 1175–1186. https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2011.01517.x

Bourke, J., Nembhard, W. N., Wong, K., et al. (2017). Twenty-five year survival of children with intellectual disability in Western Australia. *The Journal of Pediatrics, 188*, 232–239.e2.

Branch, R. M. (2009). *Instructional design: The ADDIE approach*. Springer Science & Business Media.

Busyaeri, A., Udin, T., & Zaenudin, A. (2016). Pengaruh penggunaan video pembelajaran terhadap peningkatan hasil belajar mapel IPA di MIN Kroya Cirebon. *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI, 3*(1).

Cankaya, S., & Kuzu, A. (2018). Effectiveness of mobile skill teaching software for parents of individuals with intellectual disability. *International Education Studies, 11*(3), 1–11. https://doi.org/10.5539/ies.v11n3p1

Chaplin, C. P. (1995). *Kamus lengkap psikologi* (Kartini Kartono, Trans.). Raja Grafindo Persada.

Chipu, M., & Downing, C. (2020). Professional nurses' facilitation of self-care in intensive care units: A concept analysis. *International Journal of Nursing Sciences, 7*(4), 446–452.

Dairo, Y. M., Collett, J., Dawes, H., & Oskrochi, G. R. (2016). Physical activity levels in adults with intellectual disabilities: A systematic review. *Preventive Medicine Reports, 4*, 209–219.

Dari, W., & Irdamurni, I. (2019). Visualisasi video pembelajaran dalam melatih kemampuan mencuci tangan bagi anak tunagrahita kategori sedang di SLB Negeri 2 Padang. *Early Childhood Education, 4*(2), 155–164.

Febriani, S., & Irdamurni, I. (2019). Video tutorial dapat meningkatkan keterampilan menggosok gigi anak tunagrahita kategori sedang. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development, 1*(4), 991–997. https://jurnal.ranahresearch.com/index.php/R2J/article/view/161

Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2003). *Educational research*. Pearson Education.

Horn, A. L. (2018). Examining the effectiveness of video instruction on teaching daily living skills to adolescents and young adults with intellectual disability. *International Research in Higher Education, 3*(2), 6. https://doi.org/10.5430/irhe.v3n2p6

Johari, A., et al. (2014). Penerapan media video dan animasi pada materi memvakum dan mengisi refrigeran terhadap hasil belajar siswa. *Journal of Mechanical Engineering Education*, 8–15. https://ejournal.upi.edu/index.php/article/view/3731

Kalgotra, R., & Warwal, J. S. (2017). Intellectual disability in India: An overview. *Journal of Disability Studies, 3*(1), 29–36. http://pubs.iscience.in/journal/index.php/jds/article/view/607

Kustandi, C., & Darmawan, D. (2020). *Pengembangan media pembelajaran: Konsep & aplikasi pengembangan media pembelajaran bagi pendidik di sekolah dan masyarakat*. Prenada Media.

Mardiawati, D. (2019). The relationship between knowledge and parent care patterns with mental retardation children ability in self-care. *Jurnal Endurance, 4*(1), 34–44. https://doi.org/10.22216/jen.v4i1.3167

Maulidiyah, F. N. (2020). Media pembelajaran multimedia interaktif untuk anak tunagrahita ringan. *Jurnal Pendidikan, 29*(2), 93–100. https://doi.org/10.32585/jp.v29i2.647

McKenzie, K., Milton, M., Smith, G., & Ouellette-Kuntz, H. (2016). Systematic review of the prevalence and incidence of intellectual disabilities: Current trends and issues. *Current Developmental Disorders Reports, 3*, 104–115. https://doi.org/10.1007/s40474-016-0085-

Muhtar, A. H. (2016). Penerapan asuhan keperawatan keluarga dalam meningkatkan self care behavior penderita tuberkulosis paru di Kota Bima Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kesehatan Prima, 10*(1), 1579–1587.

Mumpuniarti. (2011). *Penanganan anak tunagrahita: Kajian dari segi pendidikan, sosial-psikologis dan tindak lanjut usia dewasa*. FIP UNY.

Munir. (2014). *Multimedia: Konsep dan aplikasi dalam pendidikan*. https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14

Purwanti, R., & Natanael, R. (2016). Video animasi stop motion sebagai media pembelajaran pada kampanye pengenalan tertib berlalu lintas bagi remaja pengendara sepeda motor. *Widyakala, 3*, 1–8.

Sediyani, T., & Prayitno, E. H. (2018). Media pembelajaran bina diri siswa tunagrahita ringan berbasis multimedia. https://eproceeding.undiksha.ac.id/index.php/senapati/article/download/1185/889

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Team, L. T. C., & World Health Organization. (2002). *Current and future long-term care needs*. World Health Organization.

Tork, H., Lohrmann, C., & Dassen, T. (2007). Care dependency among school-aged children: Literature review. *Nursing & Health Sciences, 9*(2), 142–149. https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2007.00313.x

Trihantoyo, D. (2023). Peningkatan kompetensi digital guru dalam mewujudkan inovasi pembelajaran di era Revolusi Industri 4.0. *Jurnal Inspirasi Manajemen Pendidikan, 10*(4), 757–770.

Zarchi, M. S., Bushehri, S. F., & Dehghanizadeh, M. (2018). SCADI: A standard dataset for self-care problems classification of children with physical and motor disability. *International Journal of Medical Informatics, 114*, 81–87.