

Penerapan Teknik *Assertive Training* Bagi ABK Tunagrahita di SKH Aditya Silih Asih

Klaudia Sartika Dabur¹, Setia Riyani², Tyas Nurmaya Dewi³, Muawanah⁴, Tri Amiro⁵, Ahsanul Khair Asdar⁶

STABN Sriwijaya Tangerang Banten¹²³⁴⁵⁶

klaudia.sartika.dabur@sekha.kemenag.go.id¹, setiariyani123@gmail.com²,

dewityasnurmaya@gmail.com³, muawanah@stabsn-sriwijaya.ac.id⁴, triamiro@stabsn-

sriwijaya.ac.id⁵, ahsanul.khair@stabsn-sriwijaya.ac.id⁶

ABSTRACT

This dedication is motivated by the existence of less assertive behaviour in children with mental disability, so that children with special needs (ABK) with mental disability need special guidance so that they can behave more assertively through self-care independence programs. The purpose of this service is to find out the effectiveness of applying assertive training techniques to mentally retarded ABK at SKH Aditya Silih Asih, Tangerang Regency. This program is assigned to 4 mild mentally retarded crew members run by the PKM-Community Service Team in collaboration with SKH educator Aditya Silih Asih and parents with ABK with mental retardation. Based on the results of observations and interviews, ABK has low behavioral control, tends to be annoying, and difficult to advise. In addition, at SKH Aditya Silih Asih there are still no educators with a background in Guidance and Counseling, and there are only three educators with special educational backgrounds, so that the provision of treatment for ABK is still not entirely appropriate. The method used to achieve program success is by observing, interviewing, and questionnaires. The results obtained from filling out the questionnaire were 91%, which is high. This can be seen from the enthusiasm of ABK in participating in the program, as well as parents and educators, when participating in Sharing Session activities.

Keywords:

Assertive,
Independence, Children
with Mental Disability

PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami oleh anak. Berkaitan dengan istilah disability, maka anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan di salah satu atau beberapa kemampuan baik itu bersifat fisik seperti tunanetra dan tunarungu, maupun bersifat psikologis seperti autisme dan ADHD (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder). Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (2013), menjelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan atau kelainan baik secara fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak normal lain yang seusia dengannya. Jumlah anak berkebutuhan khusus (ABK) di Indonesia dari tahun ke tahun terus meningkat. Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) memperkirakan bahwa paling sedikit ada 10% anak usia sekolah yang memiliki kebutuhan khusus. Di Indonesia anak usia sekolah yaitu 5-14 tahun, ada sebanyak 42,8 juta jiwa. Jika mengikuti perkiraan tersebut, maka diperkirakan ada kurang lebih 4,2 juta anak Indonesia yang berkebutuhan khusus.

AAMD (American Association On Mental Deficiency) dalam Apriyatno (2012) klasifikasi anak tunagrahita, yaitu (1) tunagrahita ringan IQ 70-55; (2) tunagrahita sedang IQ 55-40; (3) tunagrahita berat IQ 40-25; (4) tunagrahita sangat berat IQ 25 ke bawah. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Munzayanah (2000) bahwa anak tunagrahita ringan adalah mereka yang masih mempunyai kemungkinan memperoleh pendidikan dalam bidang

membaca, menulis, dan berhitung. Pada suatu tingkat pendidikan tertentu di sekolah khusus biasanya kelompok itu dapat mencapai tingkat tertentu, setingkat dengan kelas IV Sekolah Dasar serta dapat mempelajari keterampilan-keterampilan yang sederhana. Keterampilan dasar sederhana meliputi mengenakan pakaian, makan, minum, dan mengenakan sepatu yang dilakukan secara mandiri.

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki ciri khusus yang tidak selaras dengan anak pada umumnya yang ditunjukkan dengan ketidakmampuan mental, emosi, maupun fisik. Anak berkebutuhan khusus juga diartikan sebagai anak yang mengalami gangguan fisik, mental, intelegensi, dan emosi sehingga membutuhkan pembelajaran secara khusus (Kosasih, 2010:1). Lingkungan sangat mempengaruhi perkembangan anak berkebutuhan khusus karena dengan lingkungan yang tepat dan pola asuh yang tepat maka mereka akan tumbuh dengan baik dan maksimal. Akan tetapi kebanyakan anak berkebutuhan khusus tidak mengalami perlakuan yang baik dari lingkungannya. Misalnya, terdapat tindakan diskriminatif yang diterimanya sehingga membuat mereka kurang percaya diri dan menutup dirinya untuk berinteraksi dengan dunia luar, hal ini berakibat pada perkembangan sosio-emosional anak. Tidak jarang pula ABK rentan mengalami kekerasan baik fisik, psikis, seksual, stigma, bullying, hingga pemasungan. Berdasarkan data yang diperoleh dari biro hukum dan humas Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) yang didasarkan dari data BPS dalam profil anak Indonesia pada tahun 2021 diketahui sebanyak 110 anak penyandang disabilitas dari total 1355 ABK mengalami kekerasan.

SKH merupakan singkatan dari Sekolah Khusus, yang sebelumnya disebut sebagai Sekolah Luar Biasa (SLB). SKH Aditiya Silih Asih merupakan sekolah yang dikhususkan bagi ABK. Adapun peserta didik di SKH Aditiya Silih Asih berjumlah 30 peserta didik dengan kekhususan 11 anak tunagrahita ringan, 5 anak tunagrahita sedang, 8 anak tunarungu, 1 anak tunadaksa ringan, dan 5 anak autisme. Subjek dari pengabdian ini adalah ABK dengan kekhususan tunagrahita ringan sejumlah 4 anak.

ABK tunagrahita adalah sebutan pada anak yang memiliki kemampuan intelektual di bawah rata-rata (Soemantri, 2007). Berdasarkan hal tersebut terdapat indikasi penyebab gangguan penyesuaian diri dan sosial anak. ABK tunagrahita juga memiliki keterlambatan intelektual yang menghambat perkembangan perilaku dan emosional. Kesulitan mengelola emosi pada ABK tunagrahita menyebabkan masalah baru yakni timbulnya perilaku agresif.

Perilaku agresif merupakan segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang dan cenderung menyerang baik secara fisik maupun mental yang merugikan orang lain dan diri sendiri menurut Nugraheni (2013). Perilaku ini sering ditunjukkan dengan marah, mengamuk, atau menyerang sesuatu apabila keinginannya tidak terpenuhi. Keadaan tersebut membuat ABK tunagrahita dijauhi oleh teman sebayanya karena dianggap akan membahayakan. Sangat disayangkan karena ABK tunagrahita sangat jarang mendapatkan penanganan perilaku agresif yang tepat di sekolah. Biasanya sekolah cenderung berfokus pada pengembangan minat, bakat, kemampuan akademik, dan keterampilan peserta didik. Jika ada hanya sebatas pembentukan karakter dan moral, sedangkan program penanganan dan intervensi perilaku agresif kurang diberikan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka ABK tunagrahita memerlukan penanganan dan pembinaan khusus agar ABK tunagrahita mampu berinteraksi secara optimal dan mampu diterima oleh lingkungannya. Penanganan yang diberikan berupa modifikasi perilaku. Modifikasi perilaku merupakan suatu usaha untuk mengubah perilaku serta emosi seseorang dengan serangkaian prosedur yang bermanfaat berdasarkan hukum dan teknik dari teori proses belajar. Dalam hal ini teknik modifikasi yang diberikan berupa teknik asertive training atau

pelatihan asertivitas. Assertive training merupakan teknik perubahan perilaku yang tujuan utamanya untuk membimbing, melatih, serta mendorong seseorang untuk dapat berperilaku asertif dalam keadaan tertentu (Walter, 2012) yang mana teknik assertive training yang diberikan adalah berupa kemandirian merawat diri. Kemandirian merawat diri meliputi makan, minum, dan menjaga kebersihan tubuh. Hasil penelitian Yuke Hasnabuana dan Dian Ratna Sawitri menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara kemandirian dengan asertivitas. Artinya semakin tinggi kemandirian yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi juga asertivitas yang dimilikinya.

METHODE

SKH Aditya Silih Asih, berlokasi di Jalan AMD Serdang Kulon Kp. Serdang RT 06 RW 02, Serdang Kulon, Kecamatan Panongan, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten, adalah lembaga pendidikan yang menyediakan sarana belajar bagi anak berkebutuhan khusus (ABK) dengan 9 pendidik dan 30 siswa. Sekolah ini dikelilingi oleh lingkungan yang asri dengan banyak pepohonan hijau, menjadikannya tempat yang ideal untuk kegiatan belajar mengajar. Meskipun memiliki lingkungan yang mendukung, sekolah ini menghadapi tantangan seperti kurangnya tenaga pendidik dan fasilitas yang memadai, yang berpotensi menghambat efektivitas proses pembelajaran (Arroja et al., 2024; , (Fahmi & Tarsidi, 2025; , Misnaini & Lestari, 2024).

Program pengabdian masyarakat dilaksanakan selama enam bulan, dengan fokus pada 4 anak tunagrahita ringan. Proses dimulai dengan pengumpulan informasi dan observasi yang diarahkan untuk menentukan kebutuhan serta tantangan yang dihadapi oleh siswa di SKH Aditya Silih Asih. Metode strategi yang dirumuskan berdasarkan identifikasi masalah dan kebutuhan merupakan langkah krusial dalam perencanaan. Melalui pendekatan ini, tim pengabdian juga melakukan interaksi langsung dengan pendidik dan orang tua siswa, yang diperkuat oleh keterlibatan semua pihak dalam penyusunan program (Fahmi & Tarsidi, 2025; , (Djonler, 2025; .

Setelah tahap perencanaan dilakukan, program dilaksanakan dengan perkenalan kepada pendidik, wali murid, dan siswa. Program mencakup pelatihan kemandirian yang dirancang untuk meningkatkan kepercayaan diri ABK, serta melibatkan bermain dan aktivitas fisik yang menyenangkan untuk membangun interaksi sosial. Pendekatan ini sesuai dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan pentingnya pelibatan orang tua dan interaksi sosial dalam mendukung perkembangan anak berkebutuhan khusus (Djonler, 2025; , Misnaini & Lestari, 2024). Terdapat berbagai media pembelajaran yang digunakan, termasuk poster edukatif dan alat permainan, yang dirancang untuk menambah pengalaman belajar siswa secara interaktif (Solikah et al., 2025; , Putri et al., 2025).

Evaluasi setelah program dilakukan untuk mengukur efektivitas pelaksanaan program dalam membantu ABK tunagrahita. Proses evaluasi ini mencakup observasi dan penggunaan angket yang dirancang untuk mendapatkan umpan balik dari pendidik dan orang tua, sehingga dapat menilai kebermanfaatan program secara menyeluruh. Aktivitas ini sejalan dengan pendekatan evaluasi yang direkomendasikan dalam penelitian mengenai pemantauan perjalanan pendidikan anak berkebutuhan khusus (Rabbani et al., 2025; , Nisa & Oktavia, 2024). Kesimpulan dari evaluasi ini akan digunakan untuk memperbaiki program di masa mendatang dan memastikan bahwa setiap kegiatan pendidikan memberikan kontribusi positif

terhadap pertumbuhan kemandirian dan keterampilan sosial siswa (Laila & Damri, 2023; , Sandjaja, 2022).

Dengan demikian, pengabdian kepada masyarakat di SKH Aditya Silih Asih bukan hanya berfokus pada peningkatan aspek akademik, tetapi juga pada pengembangan keterampilan hidup yang lebih luas, mencakup kolaborasi antara pendidik, orang tua, serta siswa untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif dan responsif dalam pendidikan anak berkebutuhan khusus (Purwati et al., 2025; , Awaliyyah, 2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Wujud dari program penerapan teknik assertive training bagi ABK tunagrahita yakni berupa pelatihan dalam rangka peningkatan perilaku asertif dan kemandirian yang ditujukan kepada ABK tunagrahita di SKH Aditya Silih Asih. Selain itu program sharing session yang kami berikan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pendidik dan orang tua dalam menangani ABK tunagrahita. Pemilihan sekolah tersebut didasarkan pada kondisi sekolah yang mana masih kekurangan tenaga pendidik yang pendidikannya berlatar belakang bimbingan dan konseling, juga pendidikan khusus serta kurangnya perilaku asertif dan mandiri sehingga perlu adanya bimbingan dari psikolog kepada pendidik di sekolah tersebut dan perlunya pendampingan kepada ABK untuk meningkatkan perilaku asertif dan mandiri.

Program penerapan teknik assertive training bagi ABK tunagrahita terbukti mampu meningkatkan sikap asertif dan kemandirian ABK. Hal ini dapat dilihat dari perkembangan ABK di setiap pertemuannya, ABK yang awalnya bersikap pasif dan selalu bergantung dengan orang lain kini secara perlahan mereka berani untuk bersifat asertif misalnya berani dalam menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim. Kemudian kemandirian ABK semakin berkembang. ABK pada awalnya belum mampu untuk bersikap mandiri namun setelah pelaksanaan program dari tim mereka sudah mulai menunjukkan sikap yang mandiri. Misalnya mampu mengenal jenis sayuran dan buah-buahan, dapat mencuci tangan tanpa bantuan dari orang lain, mampu membuang sampah atas inisiatif sendiri, mampu menyiapkan makanan dan minuman sehat, dan mampu mencuci alat makan. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi juga diperoleh informasi bahwa antusias ABK dalam mengikuti setiap program sangat tinggi. Hal ini dibuktikan dengan semangat ABK dalam bertanya dan menjawab setiap instruksi yang tim berikan serta antusias dalam menggunakan media bermain dan belajar yang telah tim siapkan.

Bukti keberhasilan terkait dengan program sharing session terlihat dari antusias pendidik dan orang tua dalam mendengarkan pemaparan materi mengenai cara pendidik dan orang tua dalam menangani ABK tunagrahita dari narasumber. Mereka juga aktif dalam bertanya serta membagikan cerita mengenai kondisi ABK tunagrahita di SKH Aditya Silih Asih. Berdasarkan observasi menunjukkan bahwa pendidik dan orang tua mulai menerapkan ilmu yang telah diberikan oleh narasumber yang dilihat dari tindakan nyata seperti memberikan pujian (reinforcement) secara spesifik ketika ABK berhasil melakukan sesuatu, dan memberi punishment ketika ABK melakukan tindakan agresif.

Melihat penghitungan angket keberhasilan terhadap pelaksanaan program penerapan teknik assertive training terhadap ABK tunagrahita yang memperoleh nilai 91% atau berada pada kategori tinggi. Melalui program penerapan teknik assertive training terhadap ABK tunagrahita diharapkan dapat membantu ABK dalam meningkatkan sikap asertif dan kemandirian. Dalam kegiatan ini terjalin pula hubungan antara orang tua dengan pendidik, yang mana dengan hal ini orang tua menjadi paham akan pola asuh yang harus diterapkan pada anak

5 Dabur, Penerapan Teknik Assertive Training Bagi ABK Tunagrahita 6 anaknya. Kemudian pendidik dan orang tua harus berkomitmen untuk menjalankan program yang telah disepakati agar perkembangan ABK dapat berkembang dengan baik, misalnya materi yang diberikan di sekolah dipelajari kembali di rumah agar ABK dapat mengingat apa yang telah dipelajarinya.

KESIMPULAN

Selama 11 kali pertemuan dalam setiap kegiatan penerapan teknik assertive training bagi ABK tunagrahita minat dan antusias ABK terlihat sangat tinggi. Keberhasilan program juga dapat dilihat dari hasil observasi. Berdasarkan hasil observasi peningkatan sikap asertif dan mandiri terlihat dari perilaku ABK selama mengikuti kegiatan. Hal ini dilihat dari kepercayaan diri ABK ketika mengungkapkan pendapat maupun menyampaikan pertanyaan serta kemandirian dalam menjaga kebersihan kelas, kebersihan diri, dan menyiapkan makanan serta minuman.

Respon pendidik dan orang tua dalam penerapan teknik assertive training bagi ABK tunagrahita mendapatkan tanggapan yang baik. Hal ini dapat dilihat dari adanya pengambilan data melalui angket dan diperdalam melalui observasi. Berdasarkan hasil perhitungan angket diperoleh nilai 91% yang artinya keberhasilan program penerapan teknik assertive training bagi ABK tunagrahita termasuk dalam kategori tinggi. Serta berdasarkan hasil observasi, pendidik dan orang tua nampak antusias dalam mengikuti sharing session dan mendukung setiap program yang dijalankan oleh tim.

Program Teknik Assertive Training bagi 4 orang anak berkebutuhan khusus tunagrahita ringan terbukti 91% berhasil dalam melatih kemandirian anak agar mampu membina diri dengan berperilaku asertif. Bukti keberhasilan program Penerapan Teknik Assertive Training bagi ABK tunagrahita dalam melatih kemandirian membina diri atau merawat diri dengan berperilaku asertif dilihat dari hasil perhitungan angket dengan tingkat keberhasilan program yang berada pada kategori tinggi. Bukti keberhasilan program juga dilihat dari persentase kehadiran anak yang selalu lebih dari 75% dan hasil observasi juga refleksi yang menunjukkan adanya peningkatan kemandirian dari dilaksanakannya program Penerapan Teknik Assertive Training bagi Anak Berkebutuhan Khusus Tunagrahita di SKH Aditiya Silih Asih. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut disimpulkan semakin tinggi kemandirian ABK tunagrahita maka semakin tinggi juga kemampuan asertif ABK.

Referensi

- Arroja, H., Ali, M., & Saleh, N. (2024). Penggunaan media visual pada pembelajaran huruf hijaiyah bagi anak tunagrahita ringan. *Edukatif Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(4), 3990-3999. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i4.7467>
- Awaliyyah, U. (2025). Kebugaran jasmani anak tunagrahita ringan: peran penting aktivitas fisik. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 13(1), 73-80. <https://doi.org/10.23887/jiku.v13i1.92762>
- Djonler, H. (2025). Peran pengasuh dalam mendukung perkembangan anak tunagrahita ringan di bhakti luhur malang. *InTheos*, 5(3), 108-119. <https://doi.org/10.56393/intheos.v5i3.2679>
- Fahmi, H. and Tarsidi, I. (2025). Kolaborasi antara guru dan orangtua untuk meningkatkan interaksi sosial anak tunagrahita ringan melalui aspek ekologi. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(7), 7329-7333. <https://doi.org/10.54371/jiip.v8i7.8488>
- Hasnabuana, Yuke., dan Sawitri, Dian Ratna. (2015). Asertivitas Ditinjau dari Kemandirian dan Jenis Kelamin Pada Remaja Awal Kelas VIII di SMPN 1 Semarang. *Jurnal Empati*, Vol. 4,

- Nomor 2. Diakses dari <https://media.neliti.com/media/publications/70369-ID-asertivitas-ditinjau-dari-kemandirian-da.pdf>
- Laila, S. and Damri, D. (2023). Meningkatkan kemampuan mengenal huruf abjad menggunakan media tiga dimensi pada anak tunagrahita ringan. *Edukatif Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5(2), 1735-1744. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v5i2.5543>
- Misnaini, M. and Lestari, Y. (2024). Psikologi pendidikan anak berkebutuhan khusus: membangun lingkungan belajar yang responsif. *Indonesian Journal of Education and Development Research*, 3(1), 281-292. <https://doi.org/10.57235/ijedr.v3i1.4598>
- Nisa, C. and Oktavia, L. (2024). Pengembangan desain stretegi pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus di yayasan putra idhata kabupaten madiun. *LOKAKARYA*, 3(2), 151. <https://doi.org/10.30821/lokakarya.v3i2.3542>
- Purwati, D., Hendrawati, H., Setyorini, D., Maryam, N., & Hernawaty, T. (2025). Tingkat kecemasan orang tua yang memiliki anak tunagrahita di slb bc multahada. *Jurnal Sehat Indonesia (Jusindo)*, 7(2), 1111-1123. <https://doi.org/10.59141/.v7i2.353>
- Putri, H., Putri, W., & Setyo, B. (2025). Pendidikan inklusi yang berkeadilan: studi kasus pemenuhan hak anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (Jppi)*, 5(2), 762-773. <https://doi.org/10.53299/jppi.v5i2.1144>
- Rabbani, M., Rimaningrum, A., Jannah, A., & Anbiya, B. (2025). Transformasi metode ceramah untuk anak berkebutuhan khusus (abk): studi kasus di sdlb negeri semarang kampus 2. *JCP*, 2(3), 1721-1734. <https://doi.org/10.60145/jcp.v2i3.390>
- Ratnawulan, Teti., Effendi, Zulfa Rahma., & Lestari, Poppy Dwi. (2020). Pelaksanaan Pengembangan Diri Makan Makanan Panas bagi Anak Tunagrahita Ringan Kelas IV di SLB Amalia Bhakti, SLB YPBD Buahdua dan SLB Miroojuttaqwa. *Journal of Special Education*, Vol. VI, Nomor 2. <http://ojs.uninus.ac.id/index.php/Inklusi/article/view/1118>
- Riadi, Muchlisin. (2020). Anak Tunagrahita (Pengertian, Karakteristik, Klasifikasi, Penyebab dan Permasalahan). Diambil dari <https://www.kajianpustaka.com/2020/07/anak-tunagrahita.html>
- Sandjaja, M. (2022). Pengaruh metode fernald terhadap kemampuan membaca permulaan dan menulis anak tuna grahita ringan. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 6(1), 11-18. <https://doi.org/10.24036/jpkk.v6i1.613>
- Solikah, N., Agustin, A., Destiana, R., Yulianti, L., & Darmadi, D. (2025). Stimulasi kognitif dengan media ular tangga untuk meningkatkan kemampuan penjumlahan dan pengurangan pada anak tunagrahita. *MJPM*, 3(2), 828-834. <https://doi.org/10.60126/maras.v3i2.1043>
- Sudjiono, Anas. (2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Zulfah, Rischa Hudzaimi. (2019). Assertive Training untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa Tunagrahita SMALB. *Jurnal Pendidikan Khusus*. Diambil dari <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-khusus/article/view/27919>