

**PENGARUH MEDIA *ACTIVITY BOOK* TERHADAP
KETERAMPILAN HIDUP PADA ANAK TUNAGRAHITA KELAS VII
DI SLB-B NEGERI PEMBINA PALEMBANG**

KARYA AKHIR

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Mencapai
Derajat Sarjana Strata-1 Psikologi



Disusun Oleh :

**Annisa Ayu Lestari
191810103**

**FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BINA DARMA
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH MEDIA *ACTIVITY BOOK* TERHADAP
KETERAMPILAN HIDUP PADA ANAK TUNAGRAHITA KELAS VII
DI SLB-B NEGERI PEMBINA PALEMBANG**

KARYA AKHIR

Diajukan Oleh :

Annisa Ayu Lestari

191810103

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pada Tanggal 03 Februari 2024

Pembimbing



Mutia Mawardah, S.Psi., M.A

NIDN. 0214068702

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH MEDIA *ACTIVITY BOOK* TERHADAP
KETERAMPILAN HIDUP PADA ANAK TUNAGRAHITA KELAS VII
DI SLB-B NEGERI PEMBINA PALEMBANG

Telah disusun dan dipersiapkan oleh :
Annisa Ayu Lestari
191810103

Telah dipertahankan di depan Penguji Karya Akhir
Pada Tanggal 22 Februari 2024

Mutia Mawardah, S.Psi., M.A
NIDN. 0214068702


.....

Dr. Itryah, S.Psi., M.A
NIDN. 0228098001


.....

Rina Oktaviana, S.Psi., M.M
NIDN. 0216107703


.....

Mengetahui,

Dekan Fakultas Sosial Humaniora

Ketua Program Studi Psikologi







Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIDN.0012097607

Dr. Itryah, S.Psi., M.A
NIDN. 0228098001

SURAT PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Annisa Ayu Lestari

NIM :191810103

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh *Activity book* Terhadap Keterampilan Hidup
Pada Anak Tunagrahita Ringan Kelas VII di SLB-B
Negeri Pembina Palembang

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan karya akhir saya tidak melakukan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti pembuatan karya akhir oleh orang lain.
2. Apabila dalam ujian karya akhir saya terbukti melanggar etika akademik, maka siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Bina Darma.
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma ditemukan bukti secara menyakinkan bahwa karya akhir ini karya jiplakan atau orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Bina Darma
4. Karena yakin akan hasil karya tulis ini saya bersedia bahwa tugas akhir ini diunggah dan dipublikasikan dalam internet.
5. Surat pernyataan ini saya tulis dengan sungguh-sungguh dan apabila terbukti melakukan penyimpangan atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan kode etik psikologi dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagai mana sesuainya

Palembang, 18 Maret 2024

Menyatakan,



Annisa Ayu Lestari

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur saya haturkan kepada Allah SWT. atas segala berkat dan rahmat hidayah-Nya dan juga atas pertolongan dari-Nya dan dari do'a kedua orang tua saya, saya bisa menyelesaikan karya akhir ini.

Karya akhir ini saya persembahkan kepada Almamater kebanggan saya Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma.

Dosen pembimbing saya, Ibu Mutia Mawardah, S.Psi., M.A. dengan bimbingan, motivasi, segala arahan dan dukungannya saya dapat menyelesaikan karya akhir ini yang mengantarkan saya untuk mendapatkan gelar sarjana psikologi, saya ucapkan terimakasih banyak atas kebaikan yang tiada terbalas dan supportnya yang luar biasa.

Kedua orang tua saya, terimakasih yang tiada hentinya kepada ebok yang selalu mendukung dan tidak ada kata lelah berusaha memberikan yang terbaik untuk saya, serta ayah terimakasih atas segala dukungannya, terimakasih atas pengalaman yang membuatku menjadi perempuan yang kuat, belajar mandiri dan tidak menyerah untuk meraih masa depanku.

Kakak-kakakku, teteh neng, ayuk lisa, serta keponakanku yang telah memberikan support, selalu memberikan masukan dan membantu saya dalam menyelesaikan pendidikan, ponakan yang lucu yang menghiburku dikala gundah dalam menghadapi proses menjadi dewasa ini.

Dosen-Dosen Psikologi Universitas Bina Darma yang telah memberikan pembelajaran selama perkuliahan ini, saya ucapkan terimakasih karena jika bukan dengan kebaikan bapak dan ibu, saya tentunya tidak bisa sampai pada tahap ini.

Dan teman-teman yang memberikan dukungan dengan memberikan masukan, menghibur agar mental tetap terjaga, terimakasih.

Pada selembarnya ini tertulis orang-orang yang menjadi alasan saya untuk kuat dan segera menyelesaikan karya akhir ini.

MOTTO

“Apa yang terjadi, terima dengan ikhlas dan dihadapi. Jangan menghindar, urusan akan selesai jika diselesaikan.”

(Annisa Ayu Lestari)

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya."

(Q.S. Al-Baqarah, 2 : 286)

"Believe in yourself and all that you are. Know that there is something inside you that is greater than any obstacle."

(Christian D. Larson)

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alamin puji syukur kita haturkan kepada Allah SWT atas rahmat, limpahan berkah serta karunianya penulis mendapatkan pertolongan dan kemudahan dalam berfikir dan bertindak sehingga dapat menyelesaikan karya akhir ini dengan baik meskipun masih terdapat banyak sekali hambatan dan rintangan dalam menyelesaikannya. Penyusunan karya akhir ini merupakan syarat dalam memenuhi tugas akhir untuk menempuh gelar Strata-1 di Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma Palembang dengan judul **“Pengaruh *Activity book* Terhadap Keterampilan Hidup Pada Anak Tunagrahita Ringan Kelas VII Di SLB-B Negeri Pembina Palembang”**

Dalam kesempatan ini penulis, dengan segala kerendahan hati ingin menyampaikan banyak terimakasih kepada pihak yang memberikan dorongan dan bantuan, khususnya kepada :

1. Prof. Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M. selaku Rektor Universitas Bina Darma Palembang.
2. Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D Selaku Dekan Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma Palembang.
3. Dr. Itryah, S.Psi., M.A. Selaku Kaprodi Psikologi Universitas Bina Darma Palembang.

4. Ibu Mutia Mawardah, S.Psi., M.A. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak sekali ilmu pengetahuan, masukan, motivasi, meluangkan waktu serta pikirannya untuk memberikan bimbingan kepada peneliti.
5. Kepada Dosen-Dosen Program Studi Psikologi atas ilmu dan bimbingannya yang tanpa batas.
6. Kedua orangtua yang sangat saya cintai Ibunda Pauziah dan Ayahanda Poniman yang selalu memberikan dukungan, nasihat dan selalu mendoakan yang terbaik kepada saya.
7. Kepada saudara/i saya Kak Sigit, Kak Rangga, Kak Wahyu, Tete Neng, dan Mbak Lisa yang saya sayangi dan yang selalu mendukung saya dalam semua kegiatan yang saya lakukan.
8. Kepada Bapak Jumingan, S.Pd. selaku Kepala SLB-B Negeri Pembina Palembang yang telah memberikan kesempatan dan izin untuk melakukan penelitian.
9. Kepada Ibu Deri Novita, M.Pd., Ibu Khaironnisa, S.Pd., Bapak Mingguan Disembri, S.Pd., Bapak Putrawan, S.Pd., dan Ibu Dalimah, S.Ag. selaku guru-guru SLB-B Negeri Pembina Palembang yang senantiasa membantu dan memberikan arahnya selama penelitian.
10. Kepada Kak Fadly Al Rasyid, Amalia Fadilah, Inne Nurjannah, Adieska Yuni Wardhani, Rosela Iftita, Waliyah Wasih, Agnes Moneta, Hardiansyah, Agnesia Tamarani, Risqika Lailati Fitri, Ryas Alfawaz dan teman yang lainnya yang selalu mendengarkan keluh kesah, membantu mengarahkan,

membimbing, memberi semangat, kebaikan, menjadi *support system* dan memberikan bantuan dalam banyak hal yang tidak dapat saya sebutkan secara satu persatu pada saat melakukan penelitian ataupun diluar proses melakukan penelitian.

Peneliti menyadari bahwa karya akhir ini masih banyak sekali kekurangan dalam penulisannya. Oleh karena itu, peneliti menerima kritik dan saran yang dapat membantu dari pembaca.

Palembang, 18 Maret 2024

Annisa Ayu Lestari

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	14
C. Manfaat Penelitian	14
D. Keaslian Penelitian.....	15
BAB II.....	19
TINJAUAN PUSTAKA.....	19
A. Keterampilan Hidup	19
1. Pengertian Keterampilan Hidup.....	19
2. Ciri-Ciri Keterampilan Hidup.....	20
3. Aspek-Aspek Keterampilan hidup	22

4. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Keterampilan Hidup	24
B. Activity book	27
1. Pengertian <i>Activity book</i>	27
2. Karakteristik dan Klasifikasi <i>Activity book</i>	28
3. Kelebihan dan Kekurangan <i>Activity book</i>	32
4. Langkah-Langkah Pembuatan Media <i>Activity book</i>	33
5. Langkah Penerapan Media <i>Activity book</i>	36
C. Anak Tunagrahita.....	36
1. Pengertian Anak Tunagrahita	36
2. Klasifikasi Anak Tunagrahita	38
3. Karakteristik Anak Tunagrahita.....	40
D. Pengaruh Media <i>Activity book</i> Terhadap Keterampilan Hidup Anak Tunagrahita Ringan.....	42
E. Hipotesis.....	47
BAB III.....	48
METODE PENELITIAN.....	48
A. Identifikasi Variabel Penelitian	48
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	48
C. Subjek Penelitian.....	49
D. Pengumpulan Data	52
E. Metode Pengumpulan Data.....	54
F. Desain Penelitian.....	58
G. Validitas dan Realibilitas	59
H. Metode Analisis Data	61
I. Jadwal Penelitian.....	62

BAB IV	64
PEMBAHASAN.....	64
A. Orientasi Kancah Dan Persiapan	64
1. Orientasi Kancah	64
2. Persiapan.....	70
B. Laporan Hasil Penelitian.....	90
1. Pre-test.....	90
2. Treatment.....	91
3. Post-test	91
4. Hasil Penelitian.....	92
C. Pembahasan.....	95
BAB V.....	106
KESIMPULAN DAN SARAN.....	106
A. Kesimpulan.....	106
B. Saran	106
DAFTAR PUSTAKA.....	107
LOA ARTIKEL DAN ARTIKEL JURNAL	112
LAMPIRAN.....	121

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1. Contoh <i>activity book</i>	13
Gambar 2. 1. Bentuk Fisik <i>Activity book</i>	35
Gambar 2. 2. Desain <i>activity book</i> menggunakan website canva	36
Gambar 2. 3. Outline kerangka berfikir.....	46



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Variabel Kontrol.....	48
Tabel 3. 2. Populasi jumlah siswa tunagrahita kelas VII SLB-B Negeri Pembina Palembang	50
Tabel 3. 3. Sampel jumlah siswa tunagrahita ringan SLB-B Negeri Pembina Palembang	51
Tabel 3. 4. Alternatif Penilaian Jawaban Alat Ukur	56
Tabel 3. 5. Blue print Aspek Keterampilan Hidup.....	56
Tabel 3. 6. Klasifikasi Koefisien Validitas Aiken's v	60
Tabel 3.7. Rincian dan Tahap Kegiatan	63
Tabel 4.1. Identitas Tempat Penelitian	64
Tabel 4.2. Klasifikasi Hasil Uji Validitas Alat Ukur Keterampilan Hidup	72
Tabel 4. 3. Jadwal Kegiatan <i>Pre-test</i>	73
Tabel 4. 4. Jadwal Kegiatan Pemberian <i>Treatment</i>	74
Tabel 4. 5. Jadwal Kegiatan <i>Post-test</i>	89
Tabel 4. 6. Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	92
Tabel 4. 7. Skor Akhir <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	93
Tabel 4. 8. Hasil Uji Normalitas	94
Tabel 4. 9. Hasil Uji Hipotesis	95

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Populasi Penelitian	122
Lampiran 2. Angket Asesmen Awal	123
Lampiran 3. Data Hasil Asesmen Awal	125
Lampiran 4. Blue Print Alat Ukur Keterampilan Hidup	126
Lampiran 5. Alat Ukur <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	128
Lampiran 6.. Hasil Uji Validitas Alat Ukur	130
Lampiran 7. Hasil Uji Realibilitas Alat Ukur	131
Lampiran 8. Hasil Skor <i>Pre-test</i>	132
Lampiran 9. Hasil Skor <i>Post-test</i>	133
Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas.....	134
Lampiran 11. Hasil Uji Hipotesis	135
Lampiran 12. Log Book Kegiatan Penelitian	136
Lampiran 13. Lembar Konsultasi	145
Lampiran 14. Lampiran Surat Balasan Tempat Penelitian	146
Lampiran 15. Lampiran SK Pembimbing.....	147
Lampiran 16. Hasil Turnitin	148
Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian	149
Lampiran 18. Permohonan Surat Pengantar	152
Lampiran 19. Surat Pengantar Penelitian	153
Lampiran 20. Surat Keterangan Lulus Seminar Proposal.....	154
Lampiran 21. Formulir Perbaikan Proposal Penelitian.....	155
Lampiran 22. Surat Keterangan Lulus Seminar Hasil	156
Lampiran 23. Formulir Perbaikan Karya Akhir	157
Lampiran 24. Kelayakan Jilid.....	158

ABSTRAK

Pengaruh Media *Activity Book* Terhadap Keterampilan Hidup Pada Anak Tunagrahita Kelas VII di SLB-B Negeri Pembina Palembang

Annisa Ayu Lestari

191810103

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *activity book* terhadap keterampilan hidup pada anak tunagrahita kelas VII di SLB-B Negeri Pembina Palembang. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan metode *one group pretest-posttest design*. Subjek pada penelitian ini yaitu lima siswa tunagrahita kelas VII di SLB-B Negeri Pembina Palembang yang masih kurang dalam keterampilan hidup. Peneliti menggunakan soal *pre-test* dan *post-test* sebanyak 20 soal yang dinilai oleh wali kelas dengan menggunakan angket yang telah dibuat peneliti dan telah divalidasi oleh tiga orang *expert*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan keterampilan hidup siswa yang ditandai dengan kenaikan rerata hasil *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil uji hipotesis (*paired sample t-test*) diperoleh mean (rata-rata) = -25,400, $t = -15,019$ dan $p = 0,000$ sehingga $p \text{ (sig)} < 0,05$. Terdapat perbedaan rata-rata pada data *pre-test* yaitu 37,60 dan rata-rata pada data *post-test* yaitu 63,00 kemudian perbedaan rata-rata keduanya yaitu -25,400 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh media *activity book* terhadap keterampilan hidup siswa kelas VII. Hal ini dapat dijadikan sebagai intervensi untuk meningkatkan kecakapan hidup siswa yang dapat diterapkan di sekolah maupun di rumah sebagai penunjang penerapan gambar ke dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci : keterampilan hidup, *activity book*, dan tunagrahita

ABSTRACT

The Influence of Media Activity Book on Life Skills in Class VII Mental Retardation in SLB-B Negeri Pembina Palembang

Annisa Ayu Lestari

191810103

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma

This study aims to see the effect of activity books on life skills in seventh-grade mental retardation at SLB-B Negeri Pembina Palembang. This study used a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest design method. The subjects in this study were five seventh-grade mental retardation students at SLB-B Negeri Pembina Palembang who were still lacking in life skills. Researchers used pre-test and post-test questions, totaling 20 questions, which were assessed by homeroom teachers using a questionnaire made by researchers and have been validated by three expert judgments. The results showed an increase in the ability of students' life skills, which was marked by the rise in the average pre-test and post-test results. Based on the study's results, it can be concluded that activity book media affects the life skills of seventh-grade students. This can be used as an intervention to improve students' life skills that can be applied at school and home as a support for applying images to everyday life.

Keywords : *Life skills, activity book, and mental retardation*