



EKSPLORASI KETERAMPILAN MENJAHIT DAN *BUTTERFLY HUG* PADA PESERTA DIDIK TUNA RUNGU: STUDI DI SMALB DI BANYUMAS

Hawina Mafazati¹, Matsnain Nafiatur Rahmadhani², Fawwaz Adzansyah Islamy³

¹UIN K.H Saifuddin Zuhri, Purwokerto, Jawa Tengah, Indonesia

²UIN K.H Saifuddin Zuhri, Purwokerto, Jawa Tengah, Indonesia

³UIN K.H Saifuddin Zuhri, Purwokerto, Jawa Tengah, Indonesia

Correspondent Email : hmafazati2108@gmail.com Authors Email: matsanainnafiatu@gmail.com,
fawwazislamy@gmail.com

ABSTRACT. *This study aims to explore the impact of sewing activities on vocational skills and the application of the Butterfly Hug technique in supporting emotional regulation among deaf students at SMALB A, B, C, D Kuncup Mas Banyumas. The background of the study highlights the importance of integrating technical and emotional skills development for students with special needs. This is a descriptive qualitative study using observation and psychoeducational intervention techniques. The subjects were four deaf students from grades X and XI. Observations were conducted on April 29, 2025, and the Butterfly Hug intervention on May 26, 2025. Results show that sewing activities improved motor skills, perseverance, and independence. However, students still experienced negative emotions such as sadness and low self-confidence. The Butterfly Hug technique was effective in calming emotions, enhancing focus, and building self-confidence. In conclusion, integrating vocational skills training with emotional regulation is essential in special education settings. The Butterfly Hug is recommended for broader application in other special schools as an effective psychoeducational approach.*

Keywords: *Vocational Skills, Deaf Students, Butterfly Hug, Emotional Regulation, Special School*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh aktivitas menjahit terhadap keterampilan vokasional dan penerapan teknik *Butterfly Hug* dalam membantu regulasi emosi siswa tuna rungu di SMALB A, B, C, D Kuncup Mas Banyumas. Latar belakang penelitian didasarkan pada pentingnya pengembangan keterampilan teknis dan emosional secara terpadu bagi peserta didik berkebutuhan khusus. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik observasi dan intervensi psikoedukatif. Subjek terdiri dari empat siswa tuna rungu kelas X dan XI. Observasi dilakukan pada 29 April 2025 dan intervensi *Butterfly Hug* pada 26 Mei 2025. Hasil menunjukkan bahwa kegiatan menjahit membantu meningkatkan keterampilan motorik, ketekunan, dan kemandirian. Namun, peserta masih menghadapi emosi negatif seperti sedih dan rendah diri. Intervensi *Butterfly Hug* terbukti membantu menenangkan emosi, meningkatkan fokus, dan rasa percaya diri. Simpulannya, integrasi keterampilan vokasional dan regulasi emosi sangat penting dalam pembelajaran di SLB. Teknik *Butterfly Hug* direkomendasikan untuk diterapkan di SLB lain sebagai pendekatan psikoedukatif yang efektif.

Kata kunci: Keterampilan Vokasional, Tuna Rungu, *Butterfly Hug*, Regulasi Emosi, SLB

Article History

Submission: 01-02-2026

Revised: 10-02-2026

Accepted: 02-03-2026

Published: 31-03-2026

PENDAHULUAN

Di Indonesia, prevalensi anak tuna rungu cukup signifikan, dengan data Kementerian Pendidikan mencatat sekitar 27.983-28.579 siswa tuna rungu terdaftar di SLB pada tahun ajaran 2019/2020, menjadikannya salah satu kelompok ABK terbesar setelah tunagrahita. Namun, tantangan akses pendidikan masih tinggi, terutama di daerah terpencil, di mana banyak anak tuna rungu tidak bersekolah atau kesulitan transisi ke dunia kerja akibat keterbatasan program vokasional. Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas menegaskan hak ABK atas pendidikan inklusif dan vokasional untuk kemandirian, sementara Kurikulum Merdeka 2022 menekankan diferensiasi pembelajaran life skills seperti menjahit,

pertanian, atau kerajinan untuk memenuhi kebutuhan unik siswa tuna rungu (Utami & Chamidi, 2020). Pendidikan bagi siswa tuna rungu di Sekolah Luar Biasa (SLB) tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pada penguasaan keterampilan vokasional yang fungsional. Program ini berperan strategis dalam membentuk kemandirian, produktivitas, serta kesiapan kerja peserta didik, yang pada akhirnya meningkatkan harga diri mereka di tengah masyarakat (Selviani et al., 2024). Dalam konteks ketunaan, pengembangan vokasional menjadi bagian integral dari proses pendidikan karena memberikan peluang bagi peserta didik untuk mengasah potensi diri, meningkatkan kemandirian finansial, serta memperkuat harga diri mereka sebagai individu yang mampu berkarya (Saleh, 2023).

Hambatan komunikasi merupakan karakteristik utama yang dialami oleh peserta didik tuna rungu dan berpengaruh signifikan terhadap perkembangan psikologis mereka. Keterbatasan dalam menerima dan mengekspresikan pesan verbal seringkali menyebabkan peserta didik mengalami kesulitan dalam membangun pemahaman diri secara utuh (Mawardah & Gustriani, 2025). Dalam perspektif psikologi perkembangan, konsep diri terbentuk melalui interaksi sosial dan umpan balik dari lingkungan (Hurlock, 1971). Ketika peserta didik tuna rungu mengalami keterbatasan komunikasi dengan guru maupun teman sebaya, proses internalisasi penilaian sosial menjadi terhambat. Kondisi ini dapat memunculkan konsep diri negatif, seperti perasaan tidak mampu, rendah diri, dan ketergantungan, terutama dalam konteks pembelajaran keterampilan vokasional yang menuntut ketelitian dan kepercayaan diri.

Secara teoretis, hambatan komunikasi ini berdampak langsung pada regulasi emosi. Berdasarkan teori proses regulasi emosi Gross, langkah mengenali, menamai, dan mengekspresikan emosi secara verbal sangat krusial untuk pengelolaan emosi yang efektif (Mirza et al., 2021). Akibat minimnya akses bahasa lisan, peserta didik tuna rungu sering kesulitan mengomunikasikan emosi seperti sedih atau frustrasi, sehingga emosi negatif tersebut cenderung dipendam atau diekspresikan melalui perilaku non-verbal seperti menarik diri dan kehilangan fokus belajar. Selain itu, berdasarkan teori motivasi *Self-Determination*, motivasi intrinsik berkembang ketika individu merasa kompeten dan didukung secara sosial. Peserta didik yang sulit memahami instruksi sering kali merasa gagal, sehingga kebutuhan akan rasa kompeten tidak terpenuhi, yang pada akhirnya menurunkan ketekunan dan kualitas hasil karya mereka (Fitria et al., 2024).

Keterampilan menjahit dipilih sebagai fokus vokasional karena melatih motorik halus yang sering menjadi tantangan utama bagi siswa tuna rungu, sekaligus membangun ketekunan dan

kemandirian melalui proses bertahap dari memotong pola hingga menyelesaikan produk jadi. Menjahit bersifat terapeutik karena memberikan rasa pencapaian visual saat melihat hasil jari, yang meningkatkan harga diri siswa yang kerap merasa rendah akibat keterbatasan komunikasi (Darmawanti et al., 2023). Teknik *Butterfly Hug* merupakan intervensi psikoedukatif non-verbal dari pendekatan EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), di mana individu menyilangkan lengan di dada seperti memeluk diri sendiri, lalu menepuk bahu bergantian secara ritmis sambil bernapas dalam. Gerakan bilateral ini menstimulasi otak untuk memproses emosi negatif seperti sedih atau cemas menjadi keadaan tenang, efektif untuk tuna rungu karena tidak bergantung kata-kata melainkan sensasi fisik (Andini et al., 2024).

Terdapat celah penelitian yang signifikan dalam literatur saat ini. Penelitian terdahulu umumnya berfokus pada peningkatan kemampuan teknis menjahit melalui metode *explicit instruction* atau demonstrasi. (Apriliana et al., 2024) menunjukkan pelatihan menjahit di SLB Insan Mulia Payakumbuh meningkatkan kemampuan teknis dan kepercayaan diri siswa tuna rungu melalui praktik langsung. (Febiyola & Ardisal, 2024) membuktikan model *explicit instruction* efektif naikan keterampilan menjahit daster pada siswa SLB Muhammadiyah Padang dari kategori kurang terampil menjadi terampil setelah dua siklus PTK. (Aswita et al., 2024) . Mengeksplorasi pelatihan menjahit untuk kesiapan transisi kerja, dengan hasil produk dijual masyarakat sekitar. Penelitian lain seperti di SLB GNN Makassar menggunakan *explicit instruction* untuk totebag menjahit, menekankan fokus dan ketelitian sebagai tantangan utama anak tunarungu. Namun, minim penelitian yang mengintegrasikan intervensi regulasi emosi untuk mengatasi hambatan psikologis selama proses vokasional berlangsung.

Literatur vokasional sering kali terpisah dari aspek psikoedukatif emosi, padahal kestabilan emosional sangat menentukan fokus dan keberhasilan belajar siswa tuna rungu.. Dalam praktiknya, pembelajaran menjahit bagi siswa tuna rungu sering kali terhambat oleh kendala emosional, seperti rasa sedih dan rendah diri akibat kesulitan tugas atau perbandingan sosial. Hambatan komunikasi yang dialami peserta didik memperumit proses ekspresi dan pengelolaan emosi secara adaptif. Jika tidak tertangani, masalah regulasi emosi ini tidak hanya menghambat penguasaan keterampilan teknis, tetapi juga memperburuk kualitas interaksi sosial mereka.

Selain aspek teknis, penguasaan regulasi emosi melalui teknik *Butterfly Hug* sangat diperlukan. Metode ini terbukti efektif sebagai sarana psikoedukasi untuk membantu individu mengendalikan emosi, meraih ketenangan, dan memproses pengalaman perasaan dengan lebih

baik. (Novalia & Agustina, 2024) Teknik yang sederhana dan mudah disesuaikan ini membantu siswa tuna rungu melakukan refleksi diri untuk mengenali emosi mereka. Hal ini krusial agar peserta didik mampu mengendalikan perasaan negatif yang muncul ketika menemui tantangan teknis dalam pelatihan keterampilan (Kurniawan & Ngapiyem, 2023).

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengintegrasian teknik *Butterfly Hug* sebagai intervensi psikoedukatif non-verbal dalam pelatihan menjahit. Teknik ini merupakan bagian dari pendekatan EMDR yang menstimulasi otak melalui gerakan bilateral untuk memproses emosi negatif menjadi tenang. Keunggulan utama teknik ini bagi tuna rungu adalah sifatnya yang tidak bergantung pada kemampuan bahasa lisan yang kompleks. Dibandingkan teknik relaksasi verbal yang mengharuskan pemahaman instruksi abstrak, *Butterfly Hug* mengandalkan stimulasi sensorimotor melalui sentuhan ritmis dan kesadaran napas, sehingga proses regulasi emosi terjadi secara langsung melalui pengalaman tubuh (*body-based regulation*).

Secara lebih mendalam, pendekatan non-verbal ini sangat sesuai dengan karakteristik perkembangan remaja tuna rungu yang lebih mudah memahami pengalaman melalui aktivitas nyata daripada penjelasan abstrak. Teknik ini juga mendorong kemandirian emosional karena tidak menstimulasi ketergantungan pada pendamping. Dengan demikian, integrasi ini menawarkan model holistik yang mengatasi kendala emosional sekaligus meningkatkan kompetensi teknis, sebuah pendekatan yang belum dieksplorasi secara spesifik dalam studi sebelumnya di lingkungan SLB.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana pelaksanaan program keterampilan menjahit bagi peserta didik tuna rungu di SMALB A, B, C, D Kuncup Mas Banyumas, mengidentifikasi kendala emosional yang mereka alami, serta menganalisis efektivitas teknik *Butterfly Hug* dalam membantu peserta didik meregulasi emosi sedih dan meningkatkan kepercayaan diri mereka selama proses pembelajaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif adalah mengumpulkan data dan sumber-sumber data yang menghasilkan hasil penelitian yang bersifat deskriptif. Data deskriptif adalah data yang ditulis dengan menggunakan kata-kata secara mendetail dengan metode observasi dan intervensi psikoedukatif (Nurrissaa et al., 2025). Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai proses

pengembangan keterampilan vokasional dan regulasi emosi pada peserta didik tuna rungu di lingkungan pembelajaran nyata karena memungkinkan pengamatan perilaku alami seperti motorik halus saat menjahit (memotong pola, tusuk dasar), ketekunan kerja, serta perubahan emosi pra-pasca *Butterfly Hug* (dari sedih/enggan menjadi fokus/mandiri) tanpa generalisasi statistik, sesuai karakteristik non-verbal siswa tuna rungu serta konteks autentik SLB yang menekankan proses pembelajaran holistic.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara langsung selama proses pembelajaran keterampilan vokasional menjahit untuk mengamati keterlibatan peserta didik, ketekunan, serta respons emosional sebelum dan sesudah penerapan teknik *Butterfly Hug*. Dokumentasi berupa catatan lapangan dan foto kegiatan pembelajaran digunakan untuk mendukung dan memperkuat hasil observasi.

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan menggunakan model analisis interaktif yang meliputi tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data hasil observasi dan dokumentasi direduksi dengan memilih informasi yang relevan dengan fokus penelitian, kemudian disajikan dalam bentuk deskriptif naratif. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan pola perubahan keterampilan vokasional dan respons emosional peserta didik setelah penerapan teknik *Butterfly Hug*.

Subjek Penelitian

Pemilihan subjek penelitian didasarkan pada hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di SMALB A, B, C, D Kuncup Mas Banyumas. Dari keseluruhan siswa tuna rungu di tingkat SMA, keempat subjek (AY, FBC, ADZ, dan MYP) menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang relatif lebih rendah dibandingkan siswa lainnya. Hal tersebut tampak dari perilaku seperti kurang berani mengungkapkan pendapat, cenderung pasif dalam interaksi sosial, serta menghindari keterlibatan aktif dalam kegiatan pembelajaran.

Selain itu, keempat subjek berada pada rentang usia remaja (16–20 tahun) yang merupakan fase perkembangan penting dalam pembentukan konsep diri dan kepercayaan diri. Perbedaan tingkat kelas (X dan XI) juga memberikan variasi pengalaman akademik dan sosial yang relevan untuk memperkaya data penelitian. Oleh karena itu, keempat siswa tersebut dipandang sesuai dan representatif sebagai subjek penelitian untuk mengkaji fenomena kepercayaan diri pada siswa tuna rungu di tingkat SMALB.

Lokasi & Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dilaksanakan di SMALB A, B, C, D Kuncup Mas Banyumas, yang merupakan klaster sekolah luar biasa terpadu yang melayani pendidikan vokasional bagi siswa tuna rungu dari kelas X hingga XI.

Penelitian dilaksanakan secara rutin pada ;

1. Selasa, 29 April 2025 (Observasi Keterampilan Menjahit)
2. Senin, 26 Mei 2025 (Pelatihan Regulasi Emosi dan *Butterfly Hug* sebagai Psikoedukasi)

Prosedur Penelitian

Pada sesi pertama, peneliti melakukan observasi langsung terhadap peserta didik selama kegiatan praktik menjahit. Observasi ini difokuskan pada aspek kemampuan teknis (seperti memotong dan menjahit tusuk dasar), ketekunan dalam menyelesaikan tugas, kemandirian, serta ekspresi dan respons emosional peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung. Observasi dibantu dengan lembar observasi yang dibuat sendiri oleh peneliti menggunakan acuan teori Taksonomi Bloom (revisi) yang berisikan tentang kemampuan psikomotor dan kognitif (Lactona & Cahyono, 2024) dan Prinsip Pendidikan Inklusif oleh UNESCO.

Pada pertemuan kedua, peneliti melaksanakan kegiatan psikoedukatif berupa refleksi emosi dan praktik teknik *Butterfly Hug*. Kegiatan dimulai dengan penjelasan sederhana mengenai pentingnya mengenali dan mengelola emosi, khususnya emosi sedih dan rasa kurang percaya diri yang kerap muncul saat menghadapi kesulitan dalam belajar. Setelah itu, peneliti memperkenalkan dan memandu peserta didik melakukan teknik *Butterfly Hug* sebuah teknik menenangkan diri yang melibatkan gerakan menyilangkan tangan di dada dan menepuk perlahan secara bergantian sambil menarik napas dalam dan memusatkan perhatian pada perasaan yang sedang dirasakan.

Deskriptif naratif digunakan untuk mengubah lembar observasi yang berisi catatan singkat menjadi sebuah uraian yang lebih lengkap dan terstruktur dalam bentuk cerita. Proses ini melibatkan pengembangan data observasi menjadi narasi yang menggambarkan kejadian secara detail, runtut, dan hidup sehingga memudahkan pembaca memahami konteks dan situasi secara menyeluruh. (Purwantiasning, 2021) Dengan pendekatan ini, informasi yang awalnya bersifat faktual dan ringkas dapat disajikan secara lebih bermakna dan menarik.

HASIL

Hasil observasi awal terhadap empat peserta didik tuna rungu di SMALB Kuncup Mas Banyumas menunjukkan adanya perbedaan yang cukup mencolok dalam kemampuan teknis menjahit serta respons emosional yang menyertai proses pembelajaran vokasional. Variasi ini tidak hanya mencerminkan perbedaan keterampilan motorik, tetapi juga mengindikasikan kondisi psikologis dan kesiapan emosional masing-masing peserta didik dalam menghadapi tuntutan tugas vokasional. Kondisi tersebut menegaskan bahwa proses belajar keterampilan pada peserta didik tuna rungu tidak dapat dilepaskan dari aspek emosional yang melatarbelakanginya.



Gambar 1. Observasi pertama, saat pelatihan keterampilan vokasi, yaitu menjahit.

MYP, pada tahap awal pembelajaran, tampak mengalami kesulitan dalam mengikuti tahapan menjahit dan menunjukkan semangat belajar yang rendah. Perilaku ini ditunjukkan melalui gerakan yang ragu-ragu, sering berhenti di tengah aktivitas, serta minimnya inisiatif untuk melanjutkan tugas tanpa dorongan eksternal. Secara psikologis, kondisi ini dapat dikaitkan dengan rendahnya persepsi kompetensi diri, di mana peserta didik belum memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas yang diberikan. Hambatan ini berpotensi menurunkan fokus dan ketekunan dalam proses pembelajaran vokasional.

AY menunjukkan hambatan emosional yang lebih menonjol dibandingkan peserta didik lainnya. Pada observasi awal, AY bahkan tidak menyentuh jarum dan benang sama sekali serta menghindari kontak saat diberikan pertanyaan. Sikap ini mencerminkan adanya kecemasan dan rasa kurang percaya diri yang cukup kuat, yang kemungkinan dipengaruhi oleh pengalaman kegagalan sebelumnya atau ketakutan melakukan kesalahan. Dalam konteks psikologi

pendidikan ABK, perilaku menghindar seperti ini sering menjadi bentuk ekspresi emosi negatif yang tidak terverbaliskan akibat keterbatasan komunikasi, sehingga berdampak langsung pada keterlibatan belajar.

Berbeda dengan AY dan MYP, FBC menunjukkan kemampuan teknis menjahit yang relatif baik dengan hasil jahitan yang rapi dan terstruktur. Namun demikian, keberhasilan teknis ini tidak serta-merta menghilangkan dinamika emosional dalam kelas, karena keberadaan peserta didik dengan performa lebih baik dapat memunculkan proses perbandingan sosial secara tidak langsung. ADZ, misalnya, meskipun mampu mengikuti pembelajaran, tampak kurang percaya diri dan sering meminta validasi dari FBC untuk memastikan kebenaran pekerjaannya. Perilaku ini mengindikasikan ketergantungan emosional dan kebutuhan akan penguatan eksternal, yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri ADZ belum berkembang secara optimal.



Gambar 2. Observasi Kedua, Penyampaian Materi Mengenai Regulasi Emosi (Sedih, Percaya Diri) dan Teknik Refleksi Psikoedukatif *Butterfly Hug* .

Perubahan positif mulai terlihat setelah penerapan intervensi teknik *Butterfly Hug* pada tanggal 26 Mei 2025. Teknik ini bertujuan membantu peserta didik mengelola emosi dengan stimulasi bilateral dan pernapasan yang sederhana namun efektif. Pada observasi kedua, MYP menunjukkan peningkatan semangat meskipun masih menghadapi beberapa kendala teknis, sedangkan AY yang sebelumnya enggan memegang jarum dan benang mulai mencoba melakukan jahitan dengan bimbingan. Secara khusus, respons AY setelah intervensi direkam dalam catatan observasi, “AY terlihat menarik napas panjang dan melanjutkan menjahit tanpa menoleh ke kanan kiri seperti biasanya,” yang menunjukkan peningkatan fokus dan penurunan kecemasan. FBC juga tampak lebih teliti dan konsentrasi meningkat pasca intervensi.

LEMBAR OBSERVASI HASIL BELAJAR DAN KEMAMPUAN BERKAWAL

Nama Peserta Didik: MYP 1017
 Kelas: 10
 Tanggal: 07 Mei 2025
 Pengamat: Nurul Hudaqul

Subjek: Bahasa Indonesia

No.	Indikator	Hasil (%)
1	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	5
2	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	2
3	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	2
4	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	2
5	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	2
6	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	1
7	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	1
8	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	1

Catatan: Momen Hug spontanitas dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.

No.	Indikator	Hasil (%)
1	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	2
2	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	5
3	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	2
4	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	2
5	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	5
6	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	5
7	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	5
8	Menyebutkan Momen Hug secara spontan dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.	5

Catatan: Momen Hug spontanitas dan spontanitas dalam situasi yang sesuai.

Gambar 6. Hasil Observasi MYP Sebelum dan Setelah Penyampaian Materi

PEMBAHASAN

Temuan dalam penelitian ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Aulia et al., 2024) dari ITS PKU Muhammadiyah Surakarta yang membuktikan bahwa terapi *Butterfly Hug* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada remaja. Dalam penelitian tersebut, *Butterfly Hug* digunakan sebagai teknik regulasi emosi berbasis stimulasi bilateral dan pernapasan sadar, yang membantu individu mencapai kondisi emosional yang lebih stabil. Efektivitas teknik ini menunjukkan bahwa regulasi emosi tidak selalu harus dilakukan melalui pendekatan verbal atau kognitif yang kompleks, melainkan dapat dicapai melalui pengalaman sensorimotor yang sederhana namun terstruktur. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian ini, di mana peserta didik tuna rungu menunjukkan peningkatan ketenangan dan fokus setelah melakukan *Butterfly Hug* meskipun tanpa instruksi verbal yang panjang.

Selain itu, penelitian oleh (Arianie et al., 2025) pada mahasiswa keperawatan juga memperkuat efektivitas *Butterfly Hug* dalam konteks yang berbeda, yaitu kecemasan akademik. Hasil penelitian tersebut menunjukkan penurunan kecemasan yang signifikan secara statistik dengan nilai p-value < 0.05 dan effect size yang besar, yang mengindikasikan bahwa *Butterfly Hug* memiliki dampak intervensi yang kuat dan konsisten. Temuan ini penting karena menunjukkan bahwa *Butterfly Hug* bersifat lintas konteks dan lintas usia, mulai dari remaja hingga dewasa muda, serta dapat diterapkan dalam situasi akademik yang menuntut konsentrasi dan pengelolaan emosi.

Dalam konteks pendidikan khusus, kesesuaian temuan-temuan tersebut dengan hasil penelitian ini semakin menegaskan bahwa *Butterfly Hug* merupakan metode psikoedukatif yang aplikatif dan inklusif. Bagi peserta didik tuna rungu yang mengalami keterbatasan dalam komunikasi verbal, teknik ini menjadi alternatif intervensi yang efektif karena tidak bergantung pada

kemampuan bahasa lisan, melainkan pada kesadaran tubuh dan ritme gerakan. Dengan demikian, dukungan empiris dari penelitian sebelumnya memperkuat posisi *Butterfly Hug* sebagai pendekatan regulasi emosi yang relevan untuk diintegrasikan dalam pembelajaran vokasional di SLB, khususnya untuk membantu peserta didik mengelola kecemasan, meningkatkan fokus, dan membangun kepercayaan diri selama proses belajar.

Secara teoritis, hasil ini juga mendukung pendekatan humanistik dalam pendidikan dan terapi Gestalt yang menekankan kesadaran diri dan penerimaan emosi sebagai bagian dari perkembangan individu (Maulita et al., 2024). Integrasi pelatihan keterampilan menjahit dengan dukungan psikososial melalui *Butterfly Hug* memberikan manfaat holistik yang tidak hanya meningkatkan keterampilan vokasional, tetapi juga membangun kepercayaan diri dan ketahanan emosional peserta didik. Pendekatan ini juga sesuai dengan prinsip Kurikulum Merdeka yang menekankan pengembangan life skills dan pembelajaran berdiferensiasi untuk memenuhi kebutuhan individu peserta didik berkebutuhan khusus (Imran et al., 2025). Dengan demikian, intervensi *Butterfly Hug* terbukti memberikan kontribusi signifikan dalam membantu peserta didik tuna rungu mengatasi hambatan emosional dan meningkatkan fokus dalam pembelajaran vokasional, sehingga mendukung pencapaian tujuan pendidikan yang menyeluruh dan inklusif.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa program keterampilan menjahit sebagai bagian dari pendidikan vokasional memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan peserta didik tuna rungu di SMALB A, B, C, D Kuncup Mas Banyumas. Peningkatan keterampilan teknis, seperti kemampuan menyusun pola, menguasai tusuk dasar, serta menghasilkan jahitan yang lebih rapi, menunjukkan bahwa pembelajaran vokasional mampu menjadi sarana pengembangan kompetensi fungsional yang relevan dengan kebutuhan kehidupan sehari-hari. Selain itu, keterlibatan peserta didik dalam proses menjahit secara bertahap turut membentuk sikap kerja positif, seperti ketekunan, ketelitian, dan kemandirian, yang merupakan aspek penting dalam kesiapan kerja dan kemandirian sosial peserta didik tuna rungu.

Namun demikian, temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa keberhasilan penguasaan keterampilan teknis tidak sepenuhnya terlepas dari dinamika emosional peserta didik. Hambatan komunikasi yang dialami peserta didik tuna rungu, ditambah dengan perbedaan

kemampuan individual, masih memunculkan emosi negatif seperti rasa sedih, kurang percaya diri, dan perasaan tidak mampu saat menghadapi tugas vokasional yang menantang. Kondisi ini menegaskan bahwa pembelajaran keterampilan yang berfokus semata pada aspek teknis berpotensi kurang optimal apabila tidak disertai dengan dukungan psikososial yang memadai.

Penerapan intervensi psikoedukatif melalui teknik *Butterfly Hug* terbukti memberikan kontribusi positif dalam membantu peserta didik meregulasi emosi secara lebih adaptif. Teknik ini memungkinkan peserta didik menenangkan diri, mengurangi ketegangan emosional, serta meningkatkan fokus dan kesiapan belajar selama kegiatan vokasional. Karakteristik *Butterfly Hug* yang bersifat non-verbal, sederhana, dan mudah dipraktikkan menjadikannya sangat sesuai dengan kebutuhan peserta didik tuna rungu, baik untuk digunakan secara mandiri maupun dalam konteks kelompok. Temuan ini menunjukkan bahwa regulasi emosi berbasis pengalaman tubuh dapat menjadi pendekatan efektif dalam pendidikan khusus.

Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya integrasi antara pengembangan keterampilan vokasional dan pendekatan psikososial dalam praktik pembelajaran di SLB. Guru keterampilan dan guru pendamping diharapkan tidak hanya berperan sebagai fasilitator teknis, tetapi juga sebagai pendukung perkembangan emosional peserta didik. Integrasi teknik reflektif sederhana seperti *Butterfly Hug* ke dalam rutinitas pembelajaran vokasional dapat menjadi bentuk dukungan psikologis yang konkret dan berkelanjutan. Sebagai rekomendasi lebih lanjut, penelitian ini membuka peluang untuk pengembangan program pelatihan psikoedukatif berbasis regulasi emosi yang dirancang secara sistematis dan terintegrasi dalam kurikulum pendidikan khusus. Dengan demikian, pembelajaran vokasional di SLB diharapkan dapat berlangsung secara lebih inklusif, holistik, dan berdaya guna dalam mendukung kemandirian serta kesejahteraan psikologis peserta didik berkebutuhan khusus.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, I., Wardany, O. F., & Herlina, H. (2024). Metode – Metode dalam Pembelajaran Keterampilan Vokasional pada Siswa Tunarungu. *JURNAL BASICEDU*, 8(1), 860–870.
- Apriliana, Hendratno, Kurniawan, R. D., Hamzah, Jufrinaldi, Irja, Hanafi, & Sumadi. (2024). Pelatihan Menjahit Kepada Siswa SLB Insan Mulia Kota Payakumbuh. *JURNAL ABDIDAS*, 5(6), 935–942. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v5i6.1071>
- Arianie, R. P., Dekawati, A., Suzanna, & Romiko. (2025). Pengaruh Teknik *Butterfly Hug* Terhadap Kecemasan Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang. *JURNAL NERS*, 9(3), 4309–4319.
- Aswita, Sulasminah, D., & Musfata. (2024). Keterampilan Membuat Totebag Menggunakan

- Explicit Instruction Pada Siswa Tunarungu. *PINISI JOURNAL OF ART, HUMANITY & SOCIAL STUDIES*, 4(3), 374–388.
- Aulia, A. W. Z., Yuliastuti, E., & Suyatno. (2024). Pengaruh Terapi *Butterfly Hug* terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja Azka. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal Of Nursing)*, 5(1), 1–8.
- Darmawanti, A., Vernanda, G., & Rusnaili. (2023). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Tunarungu Kelas III SDLB Melalui Teknik Jelujur Di Sekolah Luar Biasa Kurnia Poncowati. *SNEED: Jurnal Pendidikan Khusus*, 3(1), 5–13.
- Febiyola, L., & Ardisal. (2024). Meningkatkan Keterampilan Menjahit Daster Menggunakan Model Pembelajaran Explicit Instruction pada Anak Tunarungu di SLB Muhammadiyah Pauh IX Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 10286–10291.
- Fitria, M., Ariyati, I., & MABA, A. P. (2024). Peran Program Vocasioal Terhadap Sikap dan Kompetensi Karier Siswa Tunarungu SLB Negeri Kotagajah Dalam Prespektif Kematangan Karier Super. *Jurnal J-BKPI*, 03(02), 1–8.
- Hurlock, E. B. (1971). Adolescent Development. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 5(4), 1971.
- Imran, Ruslan, & Nasaruddin. (2025). Pembelajaran Berdiferensiasi Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Pada Kurikulum Merdeka di SDN INPRES 2 Ngali. *Jurnal Pedagogos : Jurnal Pendidikan STKIP Bima*, 7(1), 8–16.
- Kurniawan, E. A. P. B., & Ngapiyem, R. (2023). EFEKTIFITAS TERAPI *BUTTERFLY HUG* TERHADAP KESEHATAN MENTAL: STRES ORANG TUA DENGAN ANAK KEBUTUHAN KHUSUS DI SLB YOGYAKARTA. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 1–8.
- Lactona, I. D., & Cahyono, E. A. (2024). KONSEP PENGETAHUAN ; REVISI TAKSONOMI BLOOM. *Enfermeria Ciencia*, 2(4), 241–257.
- Maulita, R., Ubaidillah, M., & Aghniarramah, C. (2024). “ Here and Now ”: Integrasi Pendekatan Psikologi Gestalt dalam Memahami Karakteristik Anak Usia Dini. *Jurnal Caksana : Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2).
- Mawardah, M., & Gustriani, Y. (2025). Studi Kasus Pengembangan Emosional Dan Komunikasi Pada Penyandang Tunarungu Wicara Di Sentra Budi Perkasa Palembang Mutia. *Communnity Development Journal*, 6(3), 4541–4545.
- Mirza, R., Lubis, A. F., Siagian, S. F., Simamora, S. S., Jessica, Y., Sitohang, E., & Claudia, C. (2021). Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Pada Penyandang Tunarungu di Kota Binjai. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(1), 21–30. <https://doi.org/10.23887/XXXXXX-XX-0000-00>
- Novalia, & Agustina, J. (2024). Penerapan Teknik *Butterfly Hug* Untuk Meredakan Kecemasan Dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia Pada Siswa Kelas IX.8 Di Smp Negeri 7 Palembang. *Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, 1(5), 403–410.
- Nurrisaa, F., Herminab, D., & Norlaila. (2025). Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian : Strategi , Tahapan , dan Analisis Data. *Jurnal Teknologi Pendidikan Dan Pembelajaran (JTPP)*, 02(03), 793.
- Purwantiasning, A. W. (2021). Bahasa Naratif dalam Komunikasi Arsitektur. *Jurnal Arsitektur NALARs*, 20(1), 21–28.
- Saleh, W. A. (2023). Analisis Keterampilan Vokasional Siswa Tunarungu di SLB YPPLB Pangkep. *Maccayya Journal : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(2), 116–120.
- Selviani, M., Ariyati, I., & Ari, A. S. (2024). Peran Program Keterampilan Bagi Remaja Tunarungu dalam Penentuan Karier. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 32–40.
- Utami, A., & Chamidi, A. S. (2020). Manajemen Life Skill Untuk Membentuk Kemandirian Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Slb Negeri Tamanwinangun Kebumen. *An-Nidzam: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 7(1), 34–43.