

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Tunarungu

2.1.1 Pengertian

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, tunarungu adalah istilah lain dari tuli yaitu tidak dapat mendengar karena rusak pendengaran secara etimologi, tunarungu bersala dari kata “tuna” dan “rungu”. Tuna artinya kurang dan rungung artinya pendengaran. Jadi, orang dikatakan tunarungu apabila dia tidak mampu mendengar atau kurang mampu mendengar suara. Hal ini juga ditambahkan oleh Haenudin (2013), Tunarungu berasal dari kata “tuna” dan “rungu”, tuna artinya kurang dan rungung artinya pendengaran.

Sedangkan menurut Hallahan dan Kauffman dalam Wardani(2015), tunarungu (hearing impairment) ialah ketidakmampuan mendengar dari yang ringan sampai yang berat sekali yang digolongkan kepada tuli (deaf) dan kurang dengar (hard of hearing) .

Menurut Arifin (2015) anak tunarungu adalah seorang anak yang mengalami kerusakan pada satu atau lebih pada organ telinga luar, organ telinga bagian tengah, dan organ telinga bagian dalam sehingga organ tersebut tidak dapat menjalankan fungsinya dengan baik.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa tunarungu merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami ketidakmampuan mendengar karena adanya kerusakan pada organ telinga.

2.1.2 Jenis-Jenis Tunarungu

Klasifikasi menurut tarafnya dapat diketahui dengan tes audiometris. Dwidjosumarto dalam Putri (2018) mengemukakan bahawa klasifikasi tunarungu berdasarkan kepentingan pendidikan ketunarunguan diklasifikasikan sebagai berikut :

1. Tingkat I, Kehilangan kemampuan mendengar antara 35 sampai 54 dB. Penderita hanya memerlukan latihan berbicara dan bantuan mendengar secara khusus.
2. Tingkat II, Kehilangan kemampuan mendengar antara 55 sampai 69 dB, penderita kadang-kadang memerlukan penempatan sekolah secara khusus, dalam kebiasaan sehari-hari memerlukan latihan berbicara dan bantuan latihan berbahasa secara khusus.
3. Tingkat III, Kehilangan kemampuan mendengar antara 70 sampai 89 dB
4. Tingkat IV, Kehilangan kemampuan mendengar 90 dB ke atas.

Penderita dari tingkat I dan II dikatakan mengalami ketulian. Dalam kebiasaan sehari-hari mereka sesekali latihan berbicara, mendengar berbahasa, dan memerlukan pelayanan

pendidikan secara khusus. Anak yang kehilangan kemampuan mendengar dari tingkat III dan IV pada hakekatnya memerlukan pelayanan pendidikan khusus.

Sedangkan, Winarsih dalam Putri (2018) membagi klasifikasi ketunarunguan menjadi tiga, yakni berdasar saat terjadinya ketunarunguan, berdasarkan tempat kerusakan pada organ pendengarannya, dan berdasar pada taraf penguasaan bahasa.

1. Berdasarkan sifat terjadinya

- a. Ketunarunguan bawaan, artinya ketika lahir anak sudah mengalami/menyandang tunarungu dan indera pendengarannya sudah tidak berfungsi lagi.
- b. Ketunarunguan setelah lahir, artinya terjadinya tunarungu setelah anak lahir diakibatkan oleh kecelakaan atau suatu penyakit.

2. Berdasarkan tempat kerusakan

- a. Kerusakan pada bagian telinga luar dan tengah, sehingga menghambat bunyi-bunyian yang akan masuk ke dalam telinga disebut Tuli Konduktif.
- b. Kerusakan pada telinga bagian dalam sehingga tidak dapat mendengar bunyi/suara, disebut Tuli Sensoris.

3. Berdasarkan taraf penguasaan bahasa

- a. Tuli pra bahasa (prelingually deaf) adalah mereka yang menjadi tuli sebelum dikuasainya suatu bahasa (usia 1,6 tahun) artinya anak menyamakan tanda (signal) tertentu

seperti mengamati, menunjuk, meraih dan sebagainya namun belum membentuk system lambang.

- b. Tuli purna bahasa (post linguallly deaf) adalah mereka yang menjadi tuli setelah menguasai bahasa, yaitu telah menerapkan dan memahami system lambang yang berlaku dilingkungan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa klasifikasi dalam dunia pendidikan diperlukan untuk menentukan bagaimana intervensi yang akan dilakukan lembaga terkait. Ada banyak jenis klasifikasi termasuk yang sudah dipaparkan di atas. Klasifikasi di atas merupakan jenis klasifikasi yang membagi tunarungu menjadi beberapa kelompok sesuai dengan tingkat kehilangan kemampuan pendengarannya, sifat terjadi kerusakan, tempat terjadi kerusakan, dan taraf penguasaan bahasa.

2.1.3 Karakteristik Tunarungu

Menurut Apriana (2017), Karakteristik yang dimiliki penyandang tunarungu :

1. Karakteristik dalam aspek bahasa dan bicara

Kemampuan berbahasa memerlukan ketajaman pendengaran. Hal ini dikarenakan melalui pendengaran seseorang dapat meniru berbagai suara di sekitarnya. Bagi penyandang tunarungu, mereka memiliki hambatan pendengaran yang berdampak pada kemampuan berbahasa dan berbicara. Akibatnya, perkembangan bahasa dan bicaranya

menjadi berbeda dengan perkembangan bahasa dan bicara anak normal.

Berikut adalah karakteristik segi bahasa dari anak tunarungu:

- a. Miskin dalam perbendaharaan kata, sehingga kesulitan pula bagi dirinya untuk mengekspresikan bahasa dan bicaranya.
- b. Penggunaan bahasa isyarat atau berbicara verbal tergantung dari kebiasaan di lingkungan anak
- c. Keterbatasan untuk membentuk ucapan dengan baik, oleh karena berbicara lisan (verbal) diperlukan sejumlah kata-kata
- d. Irama dan gaya bahasanya monoton
- e. Sulit memahami kata-kata yang bersifat abstrak
- f. Sulit memahami kata yang mengandung kiasan
- g. Bahasatulisannya terlihat pendek-pendek, sederhana, dan menggunakan bahasa yang diingatkannya saja
- h. Seringkali menggunakan kalimat tunggal, tidak menggunakan kata-kata yang banyak oleh karena keterbatasan dalam mengingat kata-kata yang rumit (Tanjung, 2014).

Sedangkan menurut Atmaja (2018) mengatakan, karakteristik anak tunarungu dalam segi bahasa dan bicara adalah sebagai berikut: (1) Miskin Kosakata, (2) Mengalami kesulitan dalam mengerti ungkapan bahasa yang mengandung arti kiasan dan kata-kata abstrak, (3) kurang menguasai irama

dan gaya bahasa, (4) Sulit memahami kalimat-kalimat kompleks atau kalimat-kalimat yang panjang serta bentuk kiasan.

2. Karakteristik dalam aspek emosi- sosial

Anak tunarungu pada dasarnya juga memiliki keinginan untuk mengetahui dunia di sekitarnya. Namun, karena kemampuan mendengarnya terhambat, segala hal yang terjadi di sekelilingnya seperti terkesan tiba-tiba. Hal ini tentu mempengaruhi perkembangan emosi dan sosialnya. Perasaan bingung dan tidak mengerti mewarnai perkembangan emosinya pada tahap awal ketika anak tidak/ belum menyadari keberadaannya pada dunia yang berbeda dengannya.

Anak tunarungu memiliki keterbatasan dalam berbahasa-bicara yang merupakan alat untuk melakukan kontak sosial dan mengekspresikan emosinya. Sudah menjadi kejelasan bahwa hubungan sosial banyak ditentukan oleh komunikasi antara seseorang dengan orang lain. Keterbatasan dalam mendengar atau menggunakan bahasa-bicara dalam mengadakan kontak sosial tadi berdampak pula padanya untuk menarik diri dari lingkungan (terisolir), ditambah sekelilingnya kurang peduli terhadap keberadaannya

3. Karakteristik dalam aspek motorik

Anak dengan gangguan pendengaran tidak ketinggalan oleh anak normal dalam perkembangan bidang motorik. Bahkan tidak jarang anak tunarungu baru dapat dikenali ketika mereka diajak berkomunikasi. Perkembangan motorik kasar anak tunarungu tidak banyak mengalami hambatan, terlihat otot-otot tubuh mereka cukup kekar, mereka memperlihatkan gerak motorik yang kuat dan lincah.

4. Karakteristik dalam aspek kepribadian

Anak tunarungu memiliki keterbatasan dalam merangsang emosi. Ini yang menyebabkan anak tunarungu memiliki pola khusus dalam kepribadiannya. Mereka memiliki sifat ingin tahu yang tinggi, agresif, mementingkan diri sendiri dan kurang mampu dalam mengontrol diri sendiri (impulsif), kurang kreatif, kurang mempunyai empati, emosinya kurang stabil bahkan memiliki kecemasan yang tinggi.

Jika dilihat secara fisik, anak tunarungu memang tidak jauh berbeda dengan anak normal lainnya. Namun, kecacatan yang diderita oleh anak dengan gangguan pendengaran menampakkan sesuatu karakteristik/ sifat yang khas atau berbeda dari anak normal, yaitu:

Anak tunarungu memiliki sifat egosentris yang tinggi, yaitu :

- a. Memiliki perasaan takut akan hidup yang lebih luas selain keluarganya

- b. Memiliki sifat ketergantungan pada orang lain (keluarganya). Kurang mandiri, senang bergaul dengan orang yang dekat saja.
- c. Perhatian pada sesuatu yang terpusat, sulit untuk dialihkan apalagi disenangi dan sudah dikuasainya
- d. Memiliki imajinasi yang rendah
- e. Memiliki sifat yang polos, sederhana tanpa nuansa

Memiliki sifat yang ekstrim atau bertahan pada sesuatu yang dianggapnya benar sering dikatakan sebagai anak yang keras kepala

2.1.4 Keterbatasan Tunarungu

Kekurangan akan pemahaman bahasa lisan atau tulisan sering kali menyebabkan anak tunarungu menafsirkan sesuatu secara negatif atau salah dan ini sering menjadi tekanan bagi emosinya. Tekanan pada emosinya itu dapat menghambat perkembangan pribadinya dengan menampilkan sikap menutup diri, bertindak agresif atau sebaliknya menampakkan kebimbangan. Pengaruh lingkungan atau pengaruh kondisi luar dirinya juga sering menimbulkan emosi negatif pada anak tunarungu.

Ketunarunguan yang diderita sejak lahir akan menimbulkan berbagai permasalahan yang menyangkut seluruh hidup dan kehidupan penyandanginya. Boothroyd dalam Wasita (2012) memprediksikan bahwa masalah yang akan muncul akibat ketunarunguan tersebut antara lain :

1. Masalah dalam bidang kognitif

Pada umumnya intelegensi penyandang tunarungu secara potensial sama dengan anak normal. Namun, akibat dari keterbatasan kemampuan berbahasanya, keterbatasan informasi, dan daya abstraksi dari penyandang tunarungu sebagai dampak dari kehilangan pendengaran tersebut menyebabkan proses pencapaian yang lebih luas terkendala atau terhambat.

Kerendahan tingkat intelegensi anak tunarungu bukan berasal dari hambatan intelektualnya yang rendah melainkan secara umum karena intelegensinya tidak mendapat kesempatan untuk berkembang. Tidak semua aspek intelegensi menjadi terhambat. Aspek intelegensi yang terhambat perkembangannya adalah yang bersifat verbal, misalnya merumuskan pengertian hubungan, menarik kesimpulan, dan meramalkan kejadian.

2. Masalah dalam bidang emosi

Kekurangan akan pemahaman bahasa lisan atau tulisan sering kali menyebabkan anak tunarungu menafsirkan sesuatu secara negatif atau salah. Hal ini sering menjadi tekanan bagi emosinya. Tekanan pada emosinya itu dapat menghambat perkembangan pribadinya dengan menampilkan sikap sikap menutup diri, bertindak agresif ataupun menunjukkan sikap menampakkan kebimbangan.

Pengaruh lingkungan atau pengaruh kondisi luar dirinya juga sering menimbulkan emosi negatif pada anak tunarungu. Sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Marlina (2010) di asrama anak tunarungu muncul akibat factor eksternal. Emosi negatif tersebut antara lain:

1. Bosan. Karena tidak dapat melakukan banyak aktivitas seperti ketika berada di lingkungan rumah
2. Kecewa dan sedih. Karena iri melihat teman lain dikunjungi orang tua atau sudaranya
3. Kesepian. Karena mereka dikumpulkan dan dikondisikan dengan anak-anak yang memiliki kondisi yang sama
4. Perasaan tidak berdaya. Karena rutinitas di asrama yang monoton
5. Perasaan cemas dan takut. dengan anak-anak yang memiliki kondisi yang sama
6. Perasaan tidak berdaya. Karena rutinitas di asrama yang monoton
7. Perasaan cemas dan takut. Karena diharuskan melakukan aktivitas yang tidak disukainya seperti membersihkan kamar mandi
8. Perasaan iri hati. Karena harus tinggal di asrama

3. Masalah sosial

Kehilangan pendengaran yang menyebabkan miskinnya kebahasaan yang dimiliki menghambat komunikasi penyandang tunarungu secara nyata. Akibatnya, mereka akan kesulitan dalam berkomunikasi dengan lingkungannya, terutama dalam hal menyesuaikan diri dengan kondisi yang belum lazim dialaminya. Akibat berikutnya yang muncul adalah emosi negatif seperti kecemasan karena menghadapi lingkungan yang beraneka ragam komunikasinya. Penyandang tunarungu sering mengalami berbagai konflik, kebingungan, dan ketakutan karena mereka sebenarnya hidup dalam lingkungan yang bermacam-macam.

Hal ini juga dikatakan oleh Sary (2014), ketunarunguan dapat mengakibatkan adanya hambatan dalam perolehan bahasa, sehingga hal ini akan berdampak pada kemampuan berinteraksi maupun berkomunikasi serta pemahaman individu terhadap kejadian sosial disekitarnya.

Efendi dalam Lelyana (2017), menambahkan bahwa dampak dari ketunarunguan salah satunya adalah lebih menampakkan sikap asosial. Penyandang tunarungu juga lebih menunjukkan sikap bermusuhan dan menarik diri dari lingkungan, lebih sensitif dikarenakan munculnya perasaan terasing dan mengakibatkan munculnya banyak emosi negatif pada remaja tunarungu.

4. Masalah bagi orang tua dan masyarakat

Bagi orang tua tidak mudah untuk menerima kenyataan bahwa anaknya menderita kelainan atau cacat. Reaksi orang tua mengetahui bahwa anaknya menderita tunarungu adalah merasa terpukul dan bingung hingga timbulnya rasa bersalah.

Sedangkan bagi masyarakat, pada umumnya orang masih berpendapat bahwa penyandang tunarungu tidak dapat berbuat apa pun, terbelakang, dan sulit mendapatkan lapangan kerja dan sebagainya.

Masalah-masalah yang muncul tersebut didasarkan pada suatu pemikiran bahwa anak tunarungu yang kehilangan sebagian atau seluruh pendengarannya mengakibatkan bunyi atau suara yang dihasilkan oleh sumber bunyi menjadi kurang dan atau tidak berarti. Terutama bunyi bahasa yang dapat mengantarkan seseorang dalam jajaran manusia intelektual. Sejalan dengan pemikiran ini Helen Keller dalam Wasita (2012) mengemukakan bahwa ketunarungan merupakan musibah yang lebih buruk daripada ketunanetraan. Hal ini karena hilangnya rangsangan yang paling vital, yaitu suara manusia yang membawa bahasa, yang dapat mengubah pikiran dan menempatkan seseorang dalam jajaran manusia intelektual. Oleh karena itu, anak penyandang tunarungu disebut sebagai *children with problem in learning* (anak

dengan problema dalam belajar), yang berkonsekuensi pada *children with special needs* (anak dengan berkebutuhan khusus).

Ketunarunguan yang berdampak pada kemiskinan bahasa dan hambatan dalam berkomunikasi dianggap menyulitkan orang lain termasuk dalam layanan pendidikannya. Hal ini dapat dibuktikan terutama di Indonesia hingga kini layanan pendidikan bagi anak tunarungu sebagian besar bersifat segregatif, yaitu pelayanan pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus yang terpisah dari satuan pendidikan pada umumnya. Wujud pendidikan segregatif ini lazim dikenal dengan Sekolah Luar Biasa (SLB). Keseluruhan layanan pendidikan segregatif ini adalah anak kehilangan haknya untuk belajar, bersosialisasi, dan berkomunikasi dengan teman sebayanya yang mendengar.

2.2 Konsep Dasar Harga Diri

Menurut Baron dan Byrne (2012), harga diri adalah evaluasi terhadap diri sendiri yang dibuat oleh setiap individu, sikap orang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif hingga negatif. Sedangkan menurut Maslow dalam Feist dan Feist (2010) mengungkapkan bahwa harga diri adalah perasaan seseorang dimana dirinya merasa bernilai, bermanfaat, dan percaya diri.

Sedangkan menurut Stuart dan Sudden dalam Bahari (2012) harga diri merupakan penilaian individu tentang pencapaian diri dengan

menganalisa seberapa jauh perilaku sesuai dengan ideal diri. Harga diri juga merupakan penilaian individu tentang nilai personal yang diperoleh dengan menganalisis seberapa sesuai perilaku dirinya dengan ideal diri.

Harga diri mulai terbentuk setelah anak lahir, ketika anak berhadapan dengan dunia luar dan berinteraksi dengan orang-orang di lingkungannya. Interaksi menimbulkan pengertian tentang kesadaran diri, identitas, dan pemahaman tentang diri. Hal ini akan membentuk penilaian individu terhadap dirinya sebagai orang yang berarti, berharga, dan menerima keadaan diri apa adanya sehingga individu mempunyai perasaan harga diri. (Burn dalam Nisak, 2016).

Harga diri terdiri dari empat aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith (dalam Tyas, 2010;33-35) : (1) kekuatan, menunjuk pada adanya kemampuan seseorang untuk mengontrol tingkah laku dan mendapat pengakuan dari tingkah laku tersebut dari orang lain. (2) keberartian, menunjuk pada kepedulian, perhatian, afeksi. (3) kebajikan, menunjuk pada adanya suatu ketaatan untuk mengikuti suatu standar moral dan etika serta agama dimana individu akan melakukan hal yang diperbolehkan dan sebaliknya. (4) kemampuan, menunjuk pada adanya performansi yang tinggi untuk memenuhi ketuhanan mencapai prestasi.

2.2.1 Karakteristik Harga Diri

1. Karakteristik Harga Diri Tinggi

Menurut Coopersmith dalam Nisak (2016), tingkat harga diri dibagi menjadi dua kategori, yaitu :

- 1) Harga Diri Tinggi

Menurut Kisah Bahari (2012) Harga diri yang tinggi adalah perasaan yang berasal dari penerimaan diri sendiri tanpasyarat, walaupun melakukan kesalahan, kekalahan, dan kegagalan, tetap merasa sebagai seorang yang penting dan berharga.

Harga diri dibentuk sejak kecil dan akan meningkat sesuai dengan peningkatan usia seseorang. Harga diri berasal dari dua sumber, yaitu diri sendiri dan orang lain. Harga diri bergantung pada kasih sayang dan penerimaan diri sendiri karena nilai dasar, meski lemah dan terbatas (Potter dan Perry dalam Bahari, 2012).

Harga diri tinggi memiliki tanda dan gejala sebagai berikut:

- a. Menerima kekalahan, kegagalan, dan kesalahan
- b. Dicintai dan menerima penghargaan diri orang lain
- c. Kecemasan rendah
- d. Efektif dalam berkelompok
- e. Percaya diri yang kuat

Karakteristik harga diri tinggi menurut Clemes dan Bean dalam Freist Jess&Feist Gregory (2011), antara lain :

- a. Bangga dengan hasil kerjanya
- b. Bertindak mandiri
- c. Mudah menerima tanggungjawab

- d. Mengatasi prestasi dengan baik
- e. Menanggapi tantangan baru dengan antusiasme
- f. Merasa sanggup mempengaruhi orang lain
- g. Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas

2) Harga diri rendah

Menurut Harna dalam Bahari (2012), gangguan harga diri rendah dapat digambarkan sebagai perasaan yang negatif terhadap diri sendiri, hilang kepercayaan diri, merasa gagal mencapai keinginan, harga diri rendah ini dapat terjadi secara situasional dan kronik.

Harga diri situasional yaitu terjadi trauma yang tiba-tiba, misalnya harus operasi, kecelakaan, diceraikan suami/istri, putus sekolah, putus hubungan kerja, perasaan malu karena terjadi sesuatu (korban pemerkosaan, dituduh KKN, dipenjara tiba-tiba)

Harga diri kronik yaitu perasaan negatif terhadap diri telah berlangsung lama, yaitu sebelum sakit/ dirawat klien ini mempunyai cara berpikir yang negatif.

Tanda dan gejala dari harga diri rendah adalah:

- a. Perasaan malu terhadap dirinya sendiri
- b. Rasa bersalah terhadap dirinya sendiri
- c. Merendahkan martabat

- d. Gangguan hubungan sosial seperti menarik diri, klien tidak ingin bertemu dengan orang lain, lebih suka sendiri
- e. Kurang percaya diri
- f. Mencederai diri

Karakteristik harga diri rendah menurut Clemes dan Bean dalam Freist Jess&Feist Gregory (2011), adalah :

- a. Menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan
- b. Merendahkan bakat dirinya
- c. Merasa tak ada seorangpun yang menghargainya
- d. Menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri
- e. Mudah dipengaruhi orang lain
- f. Bersikap defensif dan mudah frustrasi
- g. Merasa tidak berdaya
- h. Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit

2.2.2 Skala Pengukuran Harga Diri

Salah satu skala pengukuran harga diri yaitu menggunakan self esteem inventory yang dikembangkan oleh Coopersmith dalam Nisak (2016). alat ukur ini mengukur harga diri secara global dari empat domain yang ada:

1. Domain harga diri akademis : mengukur rasa percaya diri, kemampuan dalam belajar dan kepatuhan individu pada setiap kegiatan di sekolah
2. Domain harga diri keluarga : mengukur seberapa besar kedekatan anak dengan orang tua kepada anak dan penerimaan orang tua terhadap anak.
3. Domain harga diri sosial : mengukur kemampuan individu untuk berhubungna deangna orang lain
4. Domain *general self* : mengukur penilaian individu terhadap kemampuannya secara umum.

Skala ini menilai empat aspek pembentukan harga diri meliputi:

1. Kekuatan (power)

Indikator power adalah: adanya rasa hormat dari orang lain, mampu mengontrol perilaku sendiri, mampu mengontrol perilaku orang lain

2. Keberartian (signifiance)

Indikator dari signifiance adalah: adanya penerimaan diri, adanya kesukaan orang lain terhadap dirinya, adanya perhatian dan pengakuan orang lain

3. Kebajikan (virtue)

Indikator virtue adalah taat pada peraturan yang berlaku sesuai moral dan etika

4. Kemampuan (competence)

Indikator dari competence adalah mampu menyelesaikan tugas yang diberikan dan mencapai cita-cita

Rosenberg (1965) dalam Maulita (2018) menyatakan bahwa harga diri memiliki 2 aspek yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua aspek tersebut memiliki lima dimensi, yaitu : dimensi akademik, sosial, emosional, keluarga, dan fisik.

- a. Dimensi akademik mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas pendidikan individu.
- b. Dimensi sosial mengacu pada persepsi individu terhadap hubungan sosial individu
- c. Dimensi emosional merupakan hubungan keterlibatan individu terhadap emosi individu
- d. Dimensi keluarga mengacu pada persepsi individu dalam partisipasi dan integrasi di dalam keluarga
- e. Dimensi fisik yang mengacu pada persepsi individu terhadap kondisi fisik individu

Skala pengukuran harga diri menurut Rosenberg (1965) yang dijawab dengan 4 jawaban yaitu sangat setuju, setuju, kurang setuju dan tidak setuju dari 10 item pertanyaan sebagai berikut :

1. Secara keseluruhan, saya merasa puas dengan diri saya sendiri
2. Kadang-kadang saya merasa bahwa diri saya tidak baik

3. Saya merasa bahwa saya memiliki sejumlah kualitas yang baik dari diri saya
4. Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain
5. Saya merasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya
6. Saya merasa tidak berguna
7. Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain
8. Saya berharap saya dapat lebih dihargai
9. Saya merasa saya adalah orang yang gagal
10. Saya menerima keadaan diri saya seperti apa adanya

Untuk item 1,2,4,6, dan 7. Sangat setuju = 3, setuju = 2, Tidak Setuju = 1, dan Sangat Tidak Setuju = 0. Sedangkan untuk item 3, 5, 8, 9, dan 10. Sangat Setuju = 0, setuju = 1, Tidak Setuju = 2, dan Sangat Tidak Setuju = 3. Jika skor 15-30 = normal dan <15 = harga diri rendah.

2.2.3 Cara Meningkatkan Harga Diri

Menurut Bahari(2012), cara meningkatkan harga diri sebagai berikut:

1. Membantu klien untuk mengurangi ketergantungan dengan bersikap mendukung dan menerima. Memberi kesadaran pada klien akan pentingnya keinginan atau semangat hidup yang tinggi.

2. Meningkatkan sensitivitas klien terhadap dirinya dengan memberi perhatian, membangun harga diri dengan memberi umpan balik positif terhadap penyelesaian yang dicapai dan mendorong klien untuk melakukan latihan yang membangkitkan harga dirinya.
3. Membantu klien mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan mendorong pengungkapan perasaan.

2.3 Konsep Dasar *Writing Therapy*

Terapi menulis adalah sebuah terapi yang menggunakan penulisan yang bersifat ekspresif untuk mengungkapkan sesuatu perkara yang terpendam. Menulis ekspresif merupakan ungkapan terdalam dari pikiran dan perasaan atau kegiatan menuliskan pikiran dan perasaan terdalam tentang suatu peristiwa traumatis atau pengalaman emosi yang pernah dialami (Pennebaker dalam Samsuddin, 2018).

Terapi menulis ini juga biasa dikenal dengan sebutan *expressive writing*. Karena dalam penulisannya individu menulis mengenai suatu hal yang bersifat emosional, yaitu menuliskan ungkapan yang menggambarkan perasaannya tanpa memperhatikan tata bahasa yang ada.

Dalam penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terapi menulis merupakan terapi yang menggunakan sebuah pengalaman ataupun hal yang berkesan, dan sesuai dengan perasaan terdalam sehingga dituangkan dalam bentuk tulisan tanpa keterikatan ketentuan penulisan yang bertujuan untuk melepaskan emosi dan menjadikan perasaan lega.

2.3.1 Tujuan *writing therapy*

Menurut Pennebaker dan Chung yang dikutip Marieta, *expressive writing therapy* ini memiliki beberapa tujuan yaitu:

- a. Merubah sikap dan perilaku, meningkatkan kreatifitas, memori, motivasi, dan berbagai hubungan antara kesehatan dan perilaku
- b. Membantu mengurangi penggunaan obat-obatan yang mengandung bahan kimia
- c. Mengurangi intensitas untuk pergi ke dokter atau tempat terapi
- d. Hubungan sosial semakin baik dengan masyarakat

2.3.2 Manfaat *writing therapy* terhadap peningkatan harga diri

Menurut Qanitatin (2011), *Expressive Writing* merupakan sebuah proses terapi dengan menggunakan metode menulis ekspresif untuk mengungkapkan pengalaman emosional dan mengurangi stress yang dirasakan individu sehingga dapat membantu memperbaiki kesehatan fisik, menjernihkan pikiran, memperbaiki perilaku dan menstabilkan emosi.

Dengan melakukan terapi menulis ini dapat meningkatkan rasa percaya diri. Karena memungkinkan individu tersebut untuk menilai kekurangan mereka dan memotivasi. Sehingga jika rasa percaya diri mereka meningkat, maka mereka juga memiliki penilaian yang baik terhadap diri mereka. Hal itu berarti individu tersebut memiliki harga diri yang tinggi.

Hal ini sepadan dengan yang dikatakan oleh Fikri (2012), dengan *Expressive Writing* dapat dijadikan sebagai media

penyembuhan dan peningkatan kesehatan mental. Secara umum, manfaat diantaranya ialah:

- a. Meningkatkan pemahaman bagi diri sendiri maupun orang lain dalam bentuk tulisan dan literatur lain.
- b. Meningkatkan kreatifitas, ekspresi dan harga diri.
- c. Memperkuat kemampuan komunikasi dan interpersonal.
- d. Mengekspresikan emosi yang berlebihan (katarsis) yang menurunkan ketegangan.
- e. Meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi masalah dan beradaptasi

2.3.3 Prosedur menulis pengalaman emosional

Menulis pengalaman emosional dapat diartikan dengan melahirkan pikiran atau perasaan yang pernah dialami yang menyentuh perasaan dengan tulisan. Hynes & Hynes, dan Thompson (dalam Susanti dan Supriyantini, 2013) membagi expressive writing therapy ke dalam empat tahap, yakni:

- a. Recognition/Initial write

Merupakan tahap pembuka menuju sesi menulis. Tahap ini bertujuan untuk membuka imajinasi, memfokuskan pikiran, relaksasi dan menghilangkan ketakutan yang mungkin muncul pada diri klien, serta mengevaluasi kondisi mood atau konsentrasi klien. Klien diberi kesempatan untuk menulis kata-kata, frase, atau mengungkapkan hal lain yang muncul dalam pikiran tanpa perencanaan dan arahan. Selain menulis, sesi ini

juga dapat dimulai dengan pemanasan, gerakan sederhana, atau memutar suatu instrumen. Tahap ini berlangsung selama 6 menit.

b. Examination/writing exercise

Tahap ini bertujuan untuk mengeksplor reaksi klien terhadap situasi presentasi tertentu. Merupakan tahap dimana proses menulis dilakukan. Instruksi yang diberikan adalah seperti instruksi yang digunakan. Waktu yang diberikan untuk menulis bervariasi, 10-30 menit setiap sesi. Setelah menulis klien juga diberi kesempatan untuk membaca kembali tulisannya dan menyempurnakannya.

c. Juxtaposition/Feedback

Tahapan ini merupakan sarana refleksi yang mendorong pemerolehan kesadaran baru dan menginspirasi perilaku, sikap, atau nilai yang baru, serta membuat individu memperoleh pemahaman yang lebih tentang dirinya. Tulisan yang sudah dibuat klien dapat dibaca, direfleksikan, atau dapat juga dikembangkan, disempurnakan, dan didiskusikan dengan orang lain atau kelompok yang dapat dipercaya oleh klien. Hal pokok yang digali pada tahap ini adalah bagaimana perasaan penulis saat menyelesaikan tugas menulis dan atau saat membaca.

d. Application to the self

Pada tahap terakhir ini, klien didorong untuk mengaplikasikan pengetahuan baru dalam dunia nyata.

Konselor atau terapis membantu klien mengintegrasikan apa yang telah dipelajari selama sesi menulis dengan merefleksikan kembali apa yang mesti diubah atau diperbaiki dan mana yang perlu di pertahankan. Selain itu juga dilakukan refleksi tentang manfaat menulis bagi klien. Konselor juga perlu menanyakan apakah klien mengalami ketidaknyamanan atau bantuan tambahan untuk mengatasi masalah sebagai akibat dari proses menulis yang mereka ikuti.

2.4 *Jourty Application*

Pada dasarnya *writing therapy* merupakan terapi menulis yang dilakukan secara manual. Agar penyandang tunarungu dapat berperan serta dalam revolusi industry 4.0 sekaligus melakukan sebuah terapi, terdapat suatu aplikasi yang dapat dimanfaatkan oleh penyandang tunarungu, yaitu *Jourty Application*.

Jourty Application merupakan aplikasi yang ditujukan kepada penyandang tunarungu untuk mengekspresikan perasaannya melalui sebuah kata-kata dan gambar. Pada aplikasi ini hanya penyandang tunarungu yang dapat mengunggah karyanya dan masyarakat umum yang terdaftar dalam aplikasi yang dapat melihat dan memberikan penilaian. Aplikasi ini dilengkapi beberapa fitur, sehingga penyandang tunarungu dapat berkomunikasi dan dapat mengunggah tulisannya agar dapat dinikmati oleh masyarakat umum yang terdaftar. Berikut adalah beberapa fitur yang terdapat pada *Jourty Application* (tampilan terlampir).

1. Bersifat umum

a. *List of my story*

Berupa fitur yang berisi karya-karya berupa cerita pendek dari penyandang tunarungu

b. *Write new story*

Berupa fitur yang berfungsi untuk menulis karya atau cerita pendek yang akan dibuat

c. *List of my post*

Berupa fitur yang berisi file yang pernah diunggah di *jourty application*

d. *Galery*

Berupa fitur yang berfungsi untuk mengunggah gambar

e. *List of my galery*

Berupa fitur yang berisi gambar-gambar yang pernah diunggah

2. Bersifat khusus (pribadi)

Pada fitur yang bersifat khusus (pribadi) ini penyandang tunarungu dapat mengungkapkan perasaannya secara bebas tanpa diketahui siapapun, terkecuali dirinya sendiri.

a. *List of my diary*

Berupa fitur yang berisi catatan harian yang menggambarkan keadaan emosi

b. *Write new diary*

Berupa fitur yang berfungsi untuk menulis catatan harian yang menggambarkan keadaan emosi

Selain itu juga terdapat fitur yang dapat menunjukkan nilai psikologisnya. Dalam laman karya yang diunggah terdapat fitur like dan kolom komentar sehingga penyandang tunarungu dapat mengetahui penilaian masyarakat terhadap karyanya. Dikutip dari Risdianto, 2019 bahwa, Pada Era Revolusi industri 4.0 beberapa hal terjadi menjadi tanpa batas melalui teknologi komputasi dan data yang tidak terbatas, hal ini terjadi karena dipengaruhi oleh perkembangan internet dan teknologi digital yang masif sebagai tulang punggung pergerakan dan konektivitas manusia dan mesin. Era ini juga akan mendisrupsi berbagai aktivitas manusia, termasuk di dalamnya bidang ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek) serta pendidikan tinggi. Dalam hal ini, kami sebagai mahasiswa ingin mengembangkan teknologi komputasi dan melibatkan teman tuli sebagai penggerak dan pengguna teknologi komputasi dalam bidang pendidikan sesuai dengan revolusi industri 4.0.

2.5 Kerangka Konsep

