

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 rungu artinya pendengaran. Jadi, orang dikatakan tunarungu apabila dia tidak mampu mendengar atau kurang mampu mendengar suara.

Orang tuli (*a deaf person*) adalah orang yang mengalami ketidakmampuan mendengar, sehingga mengalami hambatan dalam memproses informasi bahasa melalui pendengarannya dengan atau tanpa menggunakan alat bantu dengar (*hearing aid*). (Hallahan Kauffman (1991) dan Hardman, et al (1990).

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 Tunarungu

Klasifikasi menurut tarafnya dapat diketahui dengan tes audiometris. Dwidjosumarto dalam Putri (2018) mengemukakan bahwa 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. Bahasa tulisan terlihat pendek-pendek, sederhana, dan menggunakan bahasa yang diingatnya 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 Jati (2017) 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 motoric

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 menampilkan 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

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. (Jati, 2017).

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 penghidupan penyandanginya. Boothroyd dalam Wasita (2012) memprediksikan bahwa masalah yang akan muncul akibat ketunarunguan tersebut antara lain:

1. Masalah dalam hal perceptual
2. Masalah dalam hal komunikasi dan Bahasa
3. Masalah dalam hal kognitif
4. Masalah dalam hal pendidikan
5. Masalah dalam hal emosi
6. Masalah dalam hal social
7. Masalah dalam hal memperoleh pekerjaan atau vokasional
8. Masalah bagi orang tua dan masyarakat

2.1.5 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.

2.1.6 Masalah dalam Bidang Emosi

Menurut Chaplin (1989) dalam *Dictionary of Psychology* emosi adalah sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku.

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 menutup diri, bertindak agresif ataupun menunjukkan sikap menampakkan kebingungan. 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

2.1.7 Masalah dalam Bidang 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.

2.1.8 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).

Ketunarungan 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 Emosional

2.2.1 Pengertian

Daniel Goleman (2002) mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak.

Menurut Chaplin (1989) dalam *Dictionary of Psychology*, emosi adalah sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku.

Para ahli mendefinisikan teori sehingga didapat tiga *grand theory* mengenai emosi, yaitu: (dalam Syarif, 2016)

a. Teori James-Lange

Emosi yang dirasakan adalah persepsi tentang perubahan tubuh. Salah satu teori paling awal dalam emosi dengan ringkas dinyatakan oleh Psikolog Amerika William James. James mengusulkan serangkaian kejadian dalam keadaan emosi yaitu kita menerima situasi yang akan menghasilkan emosi, kita bereaksi ke situasi tersebut dan kita

memperhatikan reaksi kita. Persepsi kita terhadap reaksi itu adalah dasar untuk emosi yang kita alami. Sehingga pengalaman emosi atau emosi yang dirasakan terjadi setelah perubahan tubuh memunculkan pengalaman emosional.

b. Teori Cannon-Bard

Teori ini menyatakan bahwa emosi yang dirasakan dan respon tubuh adalah kejadian yang berdiri sendiri. Menurut teori ini, kita pertama kali menerima emosi potensial yang dihasilkan dari dunia luar, kemudian ke daerah otak yang lebih rendah, seperti hipotalamus diaktifkan. Otak yang lebih rendah ini kemudian mengirim output dalam 2 arah yaitu pertama ke organ tubuh dalam dan otot-otot eksternal untuk menghasilkan ekspresi emosi tubuh, kedua ke korteks cerebral dimana pola buangan dari daerah otak yang lebih rendah diterima sebagai emosi yang dirasakan.

c. Teori Schachter-Singer (interpretasi tentang pembangkitan tubuh)

Teori kontemporer ini menyatakan bahwa emosi yang kita rasakan adalah benar dari interpretasi kita tentang sesuatu yang membangkitkan keadaan tubuh. Schachter dan Singer berpendapat bahwa keadaan tubuh dari keterbangkitan emosional adalah sama pada hampir semua emosi yang kita rasakan dan itu terjadi jika perbedaan psikologis dalam pola respon tubuh.

2.2.2 Bentuk Emosi

Daniel Goleman (2009) dalam Syarif (2016) telah menggolongkan bentuk emosi sebagai berikut:

- a. Amarah yaitu beringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, tersinggung, bermusuhan, hingga tindakan kekerasan dan kebencian patologis.
- b. Kesedihan yaitu pedih, muram, suram, melankolis, mengasihi diri, kesedihan, ditolak, dan depresi berat.
- c. Rasa takut yaitu takut, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada, tidak senang, ngeri, takut sekali, fobia, dan panic.
- d. Kenikmatan yaitu bahagia, gembira, puas, terhibur, bangga, takjub, terpesona, senang sekali dan manis
- e. Cinta yaitu persahabatan, penerimaan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, dan hormat.
- f. Terkejut yaitu terpana dan takjub.
- g. Jengkel yaitu hina, jijik, muak, dan benci.
- h. Malu yaitu rasa bersalah, malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib, dan hati yang hancur lebur.

Sedangkan menurut Descartes (dalam Gunarsa 2003), ada 6 emosi dasar pada setiap individu, terbagi atas:

1. Desire (hasrat)
2. Hate (benci)
3. Sorrow (sedih/duka)

4. Wonder (heran atau ingin tahu)
5. Love (cinta)
6. Joy (kegembiraan).

2.3 Konsep Adaptasi

Adaptasi adalah suatu penyesuaian pribadi terhadap lingkungan, penyesuaian ini dapat berarti mengubah diri pribadi sesuai dengan keadaan lingkungan, juga dapat berarti mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan pribadi. Menurut Karta Sapoetra adaptasi mempunyai dua arti. Adaptasi yang pertama disebut penyesuaian diri yang autoplastis (auto artinya sendiri, plastis artinya bentuk), sedangkan pengertian yang kedua penyesuaian diri yang alloplastis (allo artinya yang lain, plastis artinya bentuk). Jadi adaptasi ada yang artinya “pasif” yang mana kegiatan pribadi di tentukan oleh lingkungan. Dan ada yang artinya “aktif” yang mana pribadi mempengaruhi lingkungan.

Adaptasi adalah penyesuaian terhadap lingkungan, pekerjaan dan pelajaran (Tim Penyusun KBBI, 1997: 6). Menurut Eko A. Meinarno dkk, adaptasi adalah proses penyesuaian diri terhadap lingkungan dan keadaan sekitar (Eko A. Meinarno dkk, 2011: 66).

Menurut Soerjono Soekanto memberikan beberapa batasan pengertian dari adaptasi, yakni:

2. Proses mengatasi halangan-halangan dari lingkungan.
3. Penyesuaian terhadap norma-norma untuk menyalurkan
4. Proses perubahan untuk menyesuaikan dengan situasi yang berubah.

5. Mengubah agar sesuai dengan kondisi yang diciptakan
6. Memanfaatkan sumber-sumber yang terbatas untuk kepentingan lingkungan dan sistem.
7. Penyesuaian budaya dan aspek lainnya sebagai hasil seleksi alamiah.

Dari batasan-batasan tersebut dapat disimpulkan bahwa adaptasi merupakan proses penyesuaian. Penyesuaian dari individu, kelompok, maupun unit sosial terhadap norma-norma, proses perubahan ataupun suatu kondisi yang diciptakan. Lebih lanjut tentang proses penyesuaian tersebut. Aminuddin menyebutkan bahwa penyesuaian dengan tujuan-tujuan tertentu, di antaranya:

- a. Mengatasi halangan-halangan dari lingkungan.
- b. Menyalurkan ketegangan social.
- c. Mempertahankan kelanggengan kelompok atau unit sosial.
- d. Bertahan hidup.

2.4 Konsep Dasar Harga Diri

Menurut Myers (2012) harga diri adalah keseluruhan rasa akan nilai diri yang digunakan untuk menilai sifat dan kemampuan seseorang. Harga diri adalah penilaian individu tentang pencapaian diri dengan menganalisa seberapa jauh perilaku sesuai dengan ideal diri. Pencapaian ideal diri atau cita-cita/harapan langsung menghasilkan perasaan berharga (Ernawati dkk, 2009)

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. Pencapaian ideal diri? Cita-cita/ harapan langsung menghasilkan perasaan berharga. 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 lingkungan sekitarnya. 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, 1988 dalam Nisak, 2016).

2.4.1 Karakteristik Harga Diri

2.4.1.1 Karakteristik Harga Diri Rendah

Karakteristik anak dengan harga diri yang rendah menurut Clemes dan Bean (2001) diantaranya:

- 1) Menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan
- 2) Merendahkan bakat dirinya
- 3) Merasa tak ada seorangpun yang menghargainya

- 4) Menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri
- 5) Mudah dipengaruhi oleh orang lain
- 6) Bersikap defensif dan mudah frustrasi
- 7) Merasa tidak berdaya
- 8) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit

Akibat memiliki harga diri yang negatif, yaitu:

- 1) Mudah merasa cemas, stress, merasa kesepian dan mudah terjangkit depresi
- 2) Dapat menyebabkan masalah dengan teman baik dan social
- 3) Dapat merusak secara serius, akademik dan penampilan kerja
- 4) Membuat underchiver dan meningkatkan penggunaan obat-obat dan alkohol (Utexas. Edu, 2001).

2.4.1.2 Karakteristik Harga Diri Tinggi

Menurut Oktavianti dkk, 2008 mengatakan bahwa Harga diri yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan didalam dunia ini.

Karakteristik anak yang memiliki harga diri yang tinggi menurut Clemes dan Bean (2001), antara lain:

- 1) Bangga dengan hasil kerjanya
- 2) Bertindak mandiri
- 3) Mudah menerima tanggung jawab
- 4) Mengatasi prestasi dengan baik

- 5) Menanggapi tantangan baru dengan antusiasme
- 6) Merasa sanggup mempengaruhi orang lain
- 7) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas

Manfaat dari dimilikinya harga diri yang tinggi (Branden, 1999), diantaranya:

- 1) Individu akan semakin kuat dalam menghadapi penderitaanpenderitaan hidup, semakin tabah, dan semakin tahan dalam menghadapi tekana- tekanan kehidupan, serta tidak mudah menyerah dan putus asa.
- 2) Individu semakin kreatif dalam bekerja
- 3) Individu semakin ambisius, tidak hanya dalam karier dan urusan financial, tetapi dalam hal-hal yang ditemui dalam kehidupan baik secara emisional, kreatif maupun spiritual.
- 4) Individu akan memilki harapan yang besar dalam membangun hubungan yang baik dan konstruktif.
- 5) Individu akan semakin hormat dan bijak dalam memperlakukan orang lain, karena tidak memandang orang lain sebagai ancaman.

2.4.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

Adapun fakto-faktor yang mempengaruhi harga diri antara lain:

(dalam Ermanza, 2008)

- a. Jenis kelamin

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja putri mudah terkena gangguan citra diri dibandingkan dengan remaja putra. Secara khusus, harga diri remaja putri rendah, tingkat kesadaran diri mereka tinggi dan citra diri mereka mudah terganggu dibandingkan dengan remaja putra (Rosenberg & Simmons dalam Steinberg, 1999).

b. Kelas sosial

Kelas sosial mempengaruhi perkembangan harga diri seseorang. secara umum, remaja dari sosek bawah mempunyai harga diri yang rendah dibandingkan dengan yang berasal dari sosek atas (Rice, 1993). Penelitian menunjukkan bahwa sosek (pekerjaan, pendidikan, dan penghasilan) orang tua dari remaja merupakan penentu paling penting dari harga diri remaja tersebut.

c. Lingkungan

Lingkungan juga sangat berpengaruh pada perkembangan harga diri individu. Dalam penjelasan ini, lingkungan terbagi dua yaitu, lingkungan rumah dan lingkungan pergaulan. Notman dalam Frey & Carlock (1987) mengatakan bahwa lingkungan perhualan mendorong remaja putri untuk menekan/ menyembunyikan perasaan, agresi dan mengakibatkan kepasifan sehingga harga diri rendah.

2.4.3 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.

Bentuk asli pertanyaan skala pengukuran harga diri terdiri dari 58 butir soal yang dijawab dengan like me atau unlike me dalam bahasa inggris. 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 (*Sigmifiance*)

Indikator dari signifiante 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 Ariska (2015) 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 1,3,4,7, dan 10 merupakan pernyataan *favorable* dengan skoring sebagai berikut, Sangat setuju = 3, setuju = 2, Tidak Setuju = 1, dan Sangat Tidak Setuju= 0. Sedangkan untuk item 2, 5, 6, 8, dan 9 merupakan pernyataan *unfavorable* dengan skoring sebagai berikut, Sangat Setuju = 0, setuju = 1, Tidak Setuju = 2, dan Sangat Tidak Setuju = 3. Jika skor 15-35 = normal dan <15 = harga diri rendah.

2.5 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, 2008).

Dalam penjelasan diatas 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.

2.5.1 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

2.5.2 Manfaat *Writing Therapy*

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.

Menurut Fikri, 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.

2.5.3 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 Pennebaker (2007). 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.

Tabel 2.1 *SOP Writing Therapy*

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR EXPRESSIVE WRITING THERAPY
--	--

Pengertian	Menulis pengalaman emosional dapat diartikan dengan melahirkan pikiran atau perasaan yang pernah dialami yang menyentuh perasaan dengan tulisan.
Tujuan	1. Meningkatkan kesehatan psikologis
PROSEDUR	<p>PERSIAPAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Salam 2. perkenalkan diri 3. Sampaikan maksud dan tujuan 4. Alat <ul style="list-style-type: none"> Kertas HVS Alat tulis (Bolpoint) <p>Bila diinginkan, dapat dilakukan sambil mendengarkan musik ringan.</p> 5. Lingkungan <ul style="list-style-type: none"> Atur lingkungan nyaman dan setenang mungkin agar klien mudah berkonsentrasi. <p>PELAKSANAAN</p> <p>Tahap Recognition/Initial write</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Instruksikan klien untuk duduk dengan tenang dan rileks 7. Instruksikan klien untuk memfokuskan pikiran dan membayangkan apa saja hal yang muncul di pikirannya

	<p>8. Anjurkan klien untuk menuliskan kata-kata atau frasa apa saja yang muncul dalam pikirannya</p> <p>9. Bantu klien lebih rileks lagi (rilekskan pikiran dengan latihan nafas dalam, gerakan sederhana, atau memutar instrumen)</p> <p>10. Beri waktu klien untuk merilekskan kurg lebih selama 6 menit.</p> <p>Tahap Examination/writing exercise</p> <p>11. Instruksikan klien untuk mulai menulis pengalaman emosionalnya (tulisan dapat berupa peristiwa emosional, peristiwa masa lalu, maupun peristiwa yang mendatang).</p> <p>Contoh kalimat instruksi</p> <p>12. Beri waktu selama 10-30 menit untuk klien menulis</p> <p>13. Menjelang akhir waktu, anjurkan klien membaca kembali tulisannya (klien dapat mengoreksi, ataupun menyempurnakannya).</p> <p>Tahap Juxtaposition/Feedback</p> <p>14. Anjurkan klien membaca kembali tulisannya bila perlu disempurnakan dan didiskusikan dengan orang terdekat.</p> <p>15. Tanyakan perasaan klien setelah sesi menulis</p> <p>Tahap Application to the self</p>
--	---

	<p>16. Tanyakan kepada klien tentang kesulitan dan hambatan yang dirasakan klien selama sesi menulis.</p> <p>Perhatian :</p> <p>17. Untuk mencapai hasil yang optimal dibutuhkan konsentrasi yang penuh</p> <p>18. Selama terapi, usahakan tetap menulis sampai waktu yang disediakan habis.</p> <p>19. Lakukan prosedur ini minimal 3 sesi</p>
TERMINASI	Ucapkan salam

2.6 *Jourty Application*

Jourty Application merupakan aplikasi yang ditujukan kepada penyandang tunarungu untuk mengekspresikan perasaannya melalui sebuah kata-kata dan gambar. Aplikasi ini merupakan model aplikasi penerapan *writing therapy*. Pada aplikasi ini hanya tunarungu yang dapat mengunggah karyanya dan masyarakat umum hanya dapat melihat dan memberikan penilaian. Aplikasi ini dilengkapi beberapa *fiture*, sehingga penyandang tunarungu dapat berkomunikasi dan dapat mengunggah tulisannya agar dapat dinikmati oleh masyarakat umum. Salah satu contoh fitur di aplikasi ini adalah *my diary*, dalam *fiture* ini penyandang tunarungu dapat mengungkapkan perasaannya secara bebas tanpa diketahui siapapun, terkecuali dirinya sendiri. Selain itu juga terdapat *fiture* yang dapat menunjukkan nilai psikologisnya.

Dalam laman karya yang diunggah terdapat *fiture 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. Berikut adalah beberapa fitur yang terdapat pada *Jourty Application*.

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