

## MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA DOWN SYNDROME MELALUI MEDIA BERMAIN PERAN DI SLB NEGERI SEKAYU

Mulia Marita Lasutri Tama<sup>1</sup>, Kartika<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas Bina Darma  
e-mail : kartikadarno7@gmail.com

### Abstrak

Permasalahan pada anak down syndrome adalah kesulitan pada kepercayaan diri, terdapat 63,3% anak down syndrome mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan sosial sehingga hal ini mempengaruhi cara bersosialisasi dan keterbatasan pada lingkungan sosial. Penelitian ini berfokus pada meningkatkan dan membantu perkembangan kepercayaan diri pada anak down syndrome Metode yang digunakan adalah metode bermain peran dengan beberapa tahapan yaitu siklus 1 tahap 1, siklus 1 tahap 2, dan siklus 2. Setelah dilakukannya uji coba siklus 1 tahapan 1, siklus 1 tahapan 2, dan siklus 2, mendapatkan perbandingan yang sangat signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri. Pada siklus 1 tahapan 1 subjek sama sekali belum memiliki rasa kepercayaan diri, pada siklus 1 tahapan 2 subjek mulai dapat meningkatkan kepercayaan diri, dan pada siklus ke 2 sangat terlihat bahwa peningkatan kepercayaan diri sangat baik setelah melakukan uji coba bermain peran. Berdasarkan hasil kegiatan pembelajaran dengan menggunakan media bermain peran dapat meningkatkan kepercayaan diri anak di lingkungan sekolah.

**Kata kunci :** Down Syndrome, Bermain Peran, Kepercayaan Diri

### Abstract

The problem with children with Down syndrome is difficulties in self-confidence, there are 63.3% of children with Down syndrome who experience difficulties in interacting socially, so this affects the way they socialize and limitations in the social environment. This research focuses on increasing and helping the development of self-confidence in children with Down syndrome. The method used is a role-playing method with several stages, namely cycle 1, stage 1, cycle 1, stage 2, and cycle 2. After testing, cycle 1, stage 1, cycle 1 stage 2, and cycle 2, obtained a very significant comparison in increasing self-confidence. In cycle 1, stage 1, the subject did not have any sense of self-confidence at all, in cycle 1, stage 2, the subject began to increase his self-confidence, and in the second cycle, it was very clear that the increase in self-confidence was very good after carrying out role-playing trials. Based on the results of learning activities using role-playing media, it can increase children's self-confidence in the school environment.

**Keywords :** Down Syndrome, Role Playing Method, Self-Confidence

### PENDAHULUAN

Pendidikan luar biasa, biasa dikenal dengan sebutan sakolah luar biasa. Sekolah Luar Biasa adalah sebuah lembaga pendidikan formal yang melayani pendidikan bagi anak-anak berkebutuhan khusus. Sebagai lembaga pendidikan SLB dibentuk oleh banyak unsur yang diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan, yang proses intinya adalah pembelajaran bagi peserta didik. Jadi SLB merupakan lembaga pendidikan khusus yang menyelenggarakan program pendidikan bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) yaitu sekolah yang diperuntukkan bagi anak yang berkebutuhan khusus agar bisa mendapatkan layanan untuk akses pendidikan.

Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak yang mempunyai kelainan/penyimpangan dari kondisi rata rata anak normal baik secara fisik, mental, sosial, maupun emosional. Di dunia Pendidikan, ABK diklasifikasikan menjadi beberapa kelompok sesuai dengan jenis kelamin anak meliputi, antara lain gangguan pengelihatn (tunanetra), ganggua kecerdasan intelektual dan adaptasi terhadap lingkungan (tunagharita), gangguan pendengaran (tunarungu), gangguan motorik (tunadaksa), gangguan emosional (tunalaras), kesulitan belajar, gangguan perilaku, dan gangguan kesehatan. Karena keterbatasan itulah, ABK memerlukan perhatian, perilaku, metode belajar yang berbeda dengan anak normal pada umumnya serta rancangan pembelajaran.

Salah satu dari banyak nya anak berkebutuhan khusus yaini anak Down Syndrome Jumlah penyandang Down Syndrome di Indonesia ada sekitar 300 ribu lebih. Down Syndrome adalah suatu

kelainan genetik yang terjadi pada manusia yang menyebabkan mereka yang mengidapnya memiliki kelainan baik fisik maupun psikis Down Syndrome merupakan abnormalitas kromosom yang berdampak pada perkembangan fisik dan mental. Abnormalitas kromosom karena adanya jumlah kromosom ke 21 yang berlebihan yakni berjumlah 2 (trisomy). Anak Down Syndrome memiliki tingkat kecerdasan yang rendah dan memiliki masa pertumbuhan yang lambat dibandingkan anak normal pada umumnya.

Pada penelitian lain menunjukkan bahwa anak Down Syndrome yang memiliki kelainan fisik memiliki kepercayaan diri rendah. Perbedaan yang ada pada anak Down Syndrome dapat membuat mereka kurang percaya diri untuk berinteraksi dengan dunia luar, takut akan ditolak secara sosial dimana lingkungan tidak dapat menerima keberadaan mereka sehingga anak tidak dapat berbaur dalam masyarakat.

Menurut penelitian sebelumnya terdapat 63,3% anak Down Syndrome tidak dapat berinteraksi dengan siswa lainnya. Hal ini dapat menyebabkan anak-anak Down Syndrome belum memiliki kepercayaan diri untuk melakukan interaksi dengan anak-anak lainnya. Anak Down Syndrome memerlukan dukungan sosial agar memiliki keyakinan dalam bersosialisasi walaupun anak tersebut memiliki kekurangan, sehingga anak dapat bermain dan tidak menyendiri (Mengsitu, dkk, 2014).

Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi penulis selama di SLB Negeri Sekayu, penulis mendapati kelas anak Tunagrahita dengan tipe anak Down Syndrome, salah satu anak Down Syndrome berinisial N dikelas memiliki rasa percaya diri yang rendah, insecure, sering kali merasa malu, dan tidak mudah untuk berinteraksi terhadap anak lainnya.

Selain itu, berdasarkan dari pengamatan penulis, guru yang mengajar tidak memberikan metode yang tepat untuk meningkatkan rasa percaya diri anak *down syndrome*. Hal tersebut menyebabkan anak *down syndrome* memiliki rasa percaya diri yang rendah dan tidak memiliki keinginan untuk berinteraksi sosial kepada anak lainnya. Berdasarkan analisis diatas, dapat disimpulkan bahwa masalah anak *down syndrome* tersebut ialah mendapati kesulitan pada rasa kepercayaan diri, sehingga mempengaruhi cara bersosialisasi dan keterbatasan pada lingkungan sosial disekitarnya

Dengan pernyataan diatas, penulis ingin memberikan metode kepada subjek N berupa metode bermain peran atau *role playing*.

## METODE

Metode yang digunakan adalah metode bermain peran. Metode bermain peran atau *role playing* adalah suatu cara mengajar yang memberikan kesempatan kepada para anak untuk meningkatkan kepercayaan diri dengan cara mendramatisasikan sikap, tingkah laku atau penghayatan seseorang, seperti yang dilakukan dalam hubungan social sehari-hari. Dengan kata lain, melalui metode bermain peran anak akan belajar untuk menghargai perasaan orang lain dan belajar untuk bekerjasama dengan orang lain.

Tahapan-tahapan dalam metode bermain peran adalah siklus 1 tahapan ke-1: dengan meminta subjek untuk memperkenalkan didepan kelas hal ini bertujuan untuk dapat mengukur sejauh mana rasa kepercayaan diri subjek, siklus 1 tahapan ke-2: penulis mengajak subjek dengan media bermain peran menggunakan potongan gambar cerita fiksi kancil dan buaya kemudian di tempel dengan menggunakan kardus bekas. Pada tahapan ini, subjek terlihat lebih ceria, percaya diri dan bersemangat. Dalam perbandingan dengan siklus 1 tahapan ke-1 pada mulanya subjek sama sekali tidak ingin berbicara dan berkenalan dengan orang lain, namun dengan kegiatan siklus 1 tahapan ke-2 subjek mengalami kemajuan dalam kepercayaan diri. Siklus 2: subjek diberikan kegiatan *outdoor learning*, pada tahap ini subjek menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dalam berinteraksi dengan baik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian menggunakan metode bermain peran atau *role playing*. Metode ini merupakan suatu cara mengajar yang memberikan kesempatan kepada para anak untuk meningkatkan kepercayaan diri dengan mendramatisasikan sikap, tingkah laku atau penghayatan seseorang, seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial sehari-hari. Penelitian ini dilakukan di SLB Negeri Sekayu. Subjek penelitian adalah seorang siswi *down syndrome* berinisial N kelas VIII SMPLB di SLB Negeri Sekayu dengan subjek yang memiliki kepercayaan dirinya rendah serta keterbatasan subjek dalam bersosialisasi

dengan lingkungan menyebabkan kurangnya rasa kepercayaan diri, sehingga dilakukan metode bermain peran atau *role playing*.

Pada siklus 1 tahapan 1 subjek N masih belum memiliki keterampilan kepercayaan diri terlihat dari hasil siklus 1 tahapan 1 subjek N masih terlihat bingung dan cemas saat dilakukannya pengetesan pengukuran kepercayaan diri. Setelah melakukan siklus 1 tahapan 1 peneliti melakukan siklus 1 tahapan 2 yaitu permainan peran, pada siklus 1 tahapan 2 N sudah mulai menunjukkan peningkatan kepercayaan diri yang mana terlihat dari hasil akhir siklus 1 tahapan 2 N mulai antusias dalam permainan peran, dan mulai berani beradaptasi terhadap teman temannya. Setelah dilakukan siklus 1 tahapan 2 dapat dibandingkan dengan siklus sebelumnya bahwa N menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dibandingkan dengan siklus 1 tahapan 1 yang mana N sama sekali belum meningkatkan kepercayaan diri.

Tahapan terakhir adalah siklus 2 yaitu *outdoor learning* pengulangan materi untuk mengukur perkembangan kepercayaan diri setelah dilakukannya siklus 1 tahapan 1 dan siklus 1 tahapan 2, untuk siklus 2 subjek N sama sekali tidak dibantu oleh peneliti dan guru pada siklus 2 dalam peningkatan kepercayaan diri mendapatkan perbandingan yang sangat baik pada siklus 2 N mulai menunjukkan rasa kepercayaan diri yang meningkat terlihat dari N sudah bisa dan berinteraksi kepada teman temannya, mulai membuka diri dan berani akan lingkungan sosial. Setelah dilakukannya uji coba siklus 1 tahapan 1, siklus 1 tahapan 2, dan siklus 2, mendapatkan perbandingan yang sangat signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri. Pada siklus 1 tahapan 1 N sama sekali belum memiliki rasa kepercayaan diri, pada siklus 1 tahapan 2 N mulai dapat meningkatkan kepercayaan diri, dan pada siklus ke 2 sangat terlihat bahwa peningkatan kepercayaan diri sangat baik setelah melakukan uji coba bermain peran.

Hasil penelitian menunjukkan penggunaan media bermain peran atau *role play* ini dapat meningkatkan kepercayaan diri anak di lingkungan sekolah.



Gambar 1. Foto Kegiatan

## SIMPULAN

Dari metode bermain peran dengan subjek anak down syndrome berinisial N, terjadi peningkatan kepercayaan diri pada subjek, hal ini terbukti dari siklus 2 yang menunjukkan bahwa N sudah mengalami peningkatan kepercayaan diri yang telah diberikan oleh penulis setelah melakukan tahapan ke-2 dan tahapan pengenalan kepercayaan diri anak down syndrome. Pada awalnya, subjek N sama sekali mengalami krisis kepercayaan diri sehingga berdampak pada penurunan akademik, rasa ketertarikan akan sekolah, dan kurangnya bersosialisasi pada lingkungan sekitar. Melalui metode bermain peran yang diberikan, subjek N yang mengalami krisis kepercayaan diri dapat meningkatkan kepercayaan pada dirinya. Data tersebut didapatkan dari lapangan langsung oleh penulis selama kurang lebih 4 bulan melaksanakan magang mandiri MBKM di SLB Negeri Sekayu.

## SARAN

Saran untuk peneliti selanjutnya sebelum memberikan metode bermain peran, terlebih dahulu harus bisa memahami anak-anak *down syndrome* dan membangun *good rapport* kepada anak *down syndrome*, karena anak down syndrome merasa kurang nyaman dengan kedatangan orang baru sebelum mereka betul betul mengenal individu tersebut.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi yang telah memberi dukungan terhadap pengabdian ini.

1. Dr. Sunda Ariana, M.Pd, M.M selaku Rektor Universitas Bina Darma
2. Bapak Nuszep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Sosial dan Humaniora Universitas Bina Darma
3. Ibu Dr. Itryah., S.Psi., M.A. selaku Kaprodi Psikologi Universitas Bina Darma
4. Ibu Mulia Marita Lasutri Tama, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku dosen pembimbing
5. Bapak Amirigo Puspusi, S.Pd selaku Kepala Sekolah SLB Negeri Sekayu
6. Ibu Lisma Elfah, S.Pd. selaku Pembimbing Lapangan SLB Negeri Sekayu
7. Para guru dan staff SLB Negeri Sekayu

**DAFTAR PUSTAKA**

- Husnul Khaatimah Dan Restu Wibawa, Kurikulum Dan Teknologi Pendidikan, Fip Ikip Mataram. Efektivitas Model Pembelajaran Cooperative Integrated Reading And Composition Terhadap Hasil Belajar. Jurnal Teknologi Pendidikan Oktober 2017 Volume 2 Nomor 2.
- Elizabeth Santoso & Jenny Lukito Setiawan Fakultas Psikologi Psikologi Universitas Ciputar Surabaya. Peran Dukungan Ssosial Keluarga, Atasan, Dan Rekan Kerja Terhadap Resilient Self Efficacy Guru Sekolah Luar Biasa. Jurnal Psikologi Tahun 2018: 27-39 Volume 24, Nomor 1.
- Renawati<sup>1</sup> Rudi Saprudin Darwis<sup>2</sup> , Hery Wibowo<sup>3</sup> Interaksi Sosial Anak Down Syndrome Dengan Lingkungan Sosial (Studi Kasus Anak Down Syndrome Yang Bersekolah Di Slb Pusppa Suryakanti Bandung). Jurnal Penelitian Dam Pkm Juli 2017 Vol 4 No: 2 Hal : 129 -389
- Saipul Amri. (2018). Engaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia. Vol.03 No 3
- Sriyanti Rahmatunnisa, Diah Andika Sari, Iswan, Munifah Bahfen, Fildzah Rizki. (2020). Study Kasus Kemandirian Anak Down Syndrome Usia 8 Tahun. Jurnal Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Pendidikananak Usia Dini Vol.17 No.2
- Amherstia Pasca Rina. (2016). Meningkatkan Life Skill Pada Anak Down Syndrome Dengan Teknik Modelling. Jurnal Psikologi Indonesia Vol.5, No.3 : Hak 115-125
- Choirun Nisak Aulina. (2014). Pengaruh Bermain Peran Terhadap Peningkatan Kemampuan Sosial Anak Usia Dini. Jurnal Pgpaud Trunojoyo Vol.1, No.1 Hal : 14-27
- Nurwulandari. (2016). Penerimaan Orang Tua Dan Kepercayaan Diri Anak Berkebutuhan Khusus Di Bima, Skripsi Universitas Malang.
- Husnul Khaatimah Dan Restu Wibawa, (2017). Efektivitas Model Pembelajaran Cooperative Integrated Reading And Composition Terhadap Hasil Belajar. Jurnal Teknologi Pendidikan Vol.2 No 2
- Renaldy Rachman Septian Indonesia Universitas Siliwan. (2020).Interaksi Sosial Anak Down Syndrome Dengan Lingkungan Keluarga Dan Masyarakat (Studi Kasus Anak Down Syndrome Di Seluruh Sekolah Luar Biasa Kota Tasikmalaya) Jurnal Penelitian Pendidikan Kebutuhan Khusus Volume 8 Nomor 2
- Sultana Mh Faradz. (2016). Mengenal Sindrom Down, Panduan Untuk Orang Tua & Profesional. Undip Press : Dicitak Oleh Percetakan Bawen Mediatama