

## Pendalaman Emosi Anak Berbantuan Video Cerita dan Kartu Emosi Untuk Mengatasi Masalah Emosional pada Anak

I Kadek Suranata<sup>1</sup>, I Made Ego Teja Buana<sup>2</sup>, Putu Gde Agus Juliarta<sup>3</sup>

Universitas Pendidikan Ganesha<sup>1,2,3</sup>.

e-mail: [kadek.suranata@undiksha.ac.id](mailto:kadek.suranata@undiksha.ac.id)<sup>1</sup>

### Info Artikel

#### Sejarah Artikel

Diterima: 13 Juni 2019

Revisi: 22 Juli 2019

Disetujui: 12 Agustus 2019

Dipublikasikan: 30 Agustus 2019

#### Keyword

Video Cerita

Kartu Emosi

Gangguan Emosional

### Abstract

Secara garis besar terdapat dua gangguan emosional yang dapat dialami oleh anak yaitu agresi (agresif) dan withdrawal (mengasingkan diri). Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi salah satu gangguan emosional yaitu khususnya agresi dengan pemberian media audio visual (video cerita) dan kartu emosi sebagai treatment. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan ialah dengan metode observasi. Proses penilaian juga dilakukan dengan kegiatan observasi. Dengan diberikan media audio visual (video cerita) buatan penulis yaitu Agus si Pamarah dan Kartu Emosi dapat diketahui ternyata ada perubahan yang terjadi yaitu dari sering marah menjadi kurang sering, dari sulit dalam belajar menjadi tidak terlalu sulit dalam belajar, dan lain sebagainya yang bisa dilihat pada bagian hasil dan pembahasan dibawah.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



### Pendahuluan

Terdapat berbagai macam gangguan kesehatan yang dapat dialami anak, baik itu gangguan secara fisik maupun gangguan secara psikologis. Dari masalah kesehatan yang dapat dialami anak masalah kesehatan secara psikologis yang kerap kali dapat menghambat perkembangan anak dari tersebut. Gangguan psikologis ini merupakan kondisi dimana seorang memiliki cara berfikir, prilaku, serta emosi yang tidak biasa pada umumnya (abnormal). Salah satu gangguan psikologis pada anak yaitu gangguan emosional. Menurut Golem. D dalam kamus Oxford *English Dictionary* (dalam, Suharmi, 2000) dikatakan emosi merupakan setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, keadaan mental yang hebat atau meluap-luap. Bentuk-bentuk emosi seperti amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan (seperti bahagia, puas, dan sebagainya), cinta, terkejut, jengkel, dan malu. Emosi melekat dalam perkembangan setiap individu sehingga emosi terjadi sejak anak dilahirkan sampai tua. Pada masa kanak-kanak emosi masih ada dalam daerah perifer, sehingga emosi pada masa kanak-kanak berlangsung sebentar (tidak lama), dinampakkan (tidak disembunyikan). Setelah bertambah dewasa, maka manusia tersebut sudah dapat mengontrol emosinya.

CCBD (*Council for Children With Behavioral Disorders*) (dalam Handayani, 2015) menyatakan gangguan emosional dan tingkah laku adalah ketidak mampuan yang ditandai dengan merespon prilaku dan emosional dalam program-program pembelajaran sangat tidak sesuai dengan usia, budaya atau norma-norma etnis yang berdampak buruk secara nyata pada pendidikan.

Dalam kamus psikologi yang disusun oleh Dali Gula (dalam Suharmini, 2000) mengatakan bahwa gangguan emosi ditandai dengan respon yang terlalu kuat atau terlalu lemah untuk kondisi yang sebenarnya.

Anak yang mengalami gangguan emosional dan perilaku juga dapat disebut sebagai anak tunalaras. Menurut Budyartati (2014) tunalaras adalah anak yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dan bertingkah laku tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam lingkungan kelompok usia maupun masyarakat pada umumnya, sehingga merugikan dirinya maupun orang lain. Ketika seorang anak mengalami gangguan ini, anak tersebut akan mengalami keadaan emosional yang tidak stabil sebagai salah satu efeknya. Saat berada dan berinteraksi di lingkungan sosial, perilakunya akan dapat sangat mengganggu dimuka umum. Maka dari itu diperlukan penanganan atau perhatian khusus terhadap anak yang memiliki gangguan emosional, agar anak tersebut dapat berada dan berinteraksi di lingkungan sosial seperti anak pada umumnya.

Hallahan & Kauffman (dalam Mahabbati, 2006) menjelaskan tentang karakteristik anak dengan gangguan perilaku dan emosi, yaitu inteligensi atau prestasi belajar di bawah normal, karakteristik sosial dan emosi, dan *immature* (kekanak-kanakan)

Karakteristik anak dengan gangguan perilaku, emosi dan sosial (Suryanah, 1996):

1. Perilaku Agresif. Sangat perusak, sikap cari perhatian yang berlebihan dan juga pemarah.
2. Perilaku Antisosial. Penolakan terhadap nilai-nilai umum dan sosial, tetapi menerima nilai-nilai dan aturan sesama teman kelompok, melakukan pelanggaran disekolah, penyalahgunaan obat-obatan.
3. Kecemasan/Menarik Diri. Kesadaran diri yang berlebihan, menyamaratakan perasaan, ketakutan, kecemasan yang tinggi, depresi yang dalam, terlalu sensitif dan mudah sekali malu.
4. Gangguan Pemusatan Perhatian. Sikap yang sering bingung, konsentrasi jelek dan impulsif.
5. Gangguan Gerak. Gelisah, ketidakmampuan untuk tenang, tingkat tekanan tinggi dan sangat banyak bicara.
6. Perilaku Psikotik. Mengungkapkan ide-ide yang aneh, bicara diulang-ulang, tidak sensitif, memperlihatkan sifat aneh.

Selain itu, Heward & Orlansky (dalam Mahabbati, 2010) mengatakan seseorang dikatakan mengalami gangguan perilaku apabila memiliki satu atau lebih dari lima karakteristik berikut dalam kurun waktu yang lama, yaitu:

1. Ketidakmampuan untuk belajar yang bukan disebabkan oleh faktor intelektualitas, alat indra maupun kesehatan.
2. Ketidakmampuan untuk membangun atau memelihara kepuasan dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya dan pendidik.
3. Tipe perilaku yang tidak sesuai atau perasaan yang di bawah keadaan normal.
4. Mudah terbawa suasana hati (emosi labil), ketidakbahagiaan, atau depresi.

*Kadek Suranata, dkk (Pendalaman Emosi Anak Berbantuan Video Cerita .....)*

5. Kecenderungan untuk mengembangkan simtom-simtom fisik atau ketakutanketakutan yang diasosiasikan dengan permasalahan-permasalahan pribadi atau sekolah.

Media audio visual adalah merupakan media perantara atau penggunaan materi dan penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga membangun kondisi yang dapat membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap (Yasin, 2011). Dengan media video yang digunakan untuk menampilkan suatu cerita anak, dan kartu emosi yang berfungsi menunjukkan emosi dari setiap tokoh pada cerita tersebut. Maka anak lebih memahami mengenai macam-macam emosi dan dia dapat mengetahui emosinya sendiri dan dapat mengendalikan serta memahami dampak dari setiap emosinya sendiri.

Jadi, secara garis besar terdapat dua gangguan emosional yang dapat dialami oleh anak yaitu agresi (agresif) dan *withdrawal* (mengasingkan diri). Anak yang memiliki gangguan emosional agresi lebih kepada emosi anak yang meluap-luap sehingga anak tersebut sangat mudah marah dan tersinggung. Sedangkan anak yang mengalami gangguan emosional *withdrawal* akan lebih suka untuk mengasingkan diri dari pada berbaur dengan lingkungan sekitarnya anak akan lebih merasa takut jika berada pada lingkungan sosial. Untuk membantu anak yang mengalami gangguan emosional tersebut diperlukan suatu cara atau pelayanan yang sesuai digunakan untuk dapat membantu anak tersebut dalam mengatasi gangguan yang dialaminya.

Anak-anak khususnya siswa Sekolah Dasar sering mengalami masalah gangguan emosional. Gangguan emosional tersebut sangat mengganggu perkembangan anak dalam pelaksanaan dan menerima pembelajaran. Sehingga performa dari anak akan kurang baik itu dari segi kognitif dan afektif. Berdasarkan dari pemaparan masalah diatas, diperlukan model, metode, pelayanan ataupun pendalaman yang dapat membantu siswa dalam mengatasi masalah emosional yang dialaminya.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan menggunakan metode kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara narasi dengan menggunakan Ssd penelitian dengan objek tunggal metode drill (Pengulangan). Penelitian ini dilakukan di salah satu sekolah dasar yaitu SD Negeri 1 Bakti Seraga, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas I. Saat dilakukan penelitian hanya ada 1 orang siswa dengan indikasi gangguan emosional. Jadi peneliti menetapkan 1 anggota populasi untuk dijadikan sampel pada siswa gangguan emosional di kelas 1 di SD Negeri 1 Bakti Seraga.

Proses penilaian sebelum dan setelah diberikan *treatment* dilakukan dengan cara observasi dengan rubrik penilaian yang telah tercantum pada pembahasan. Kegiatan penelitian ini dilaksanakan kurang lebih dua minggu dengan total tiga kali tatap muka dengan sampel, melakukan *treatment* dan dua kali melakukan penilaian dengan kegiatan observasi terhadap perilaku sampel.

### **Hasil dan Pembahasan**

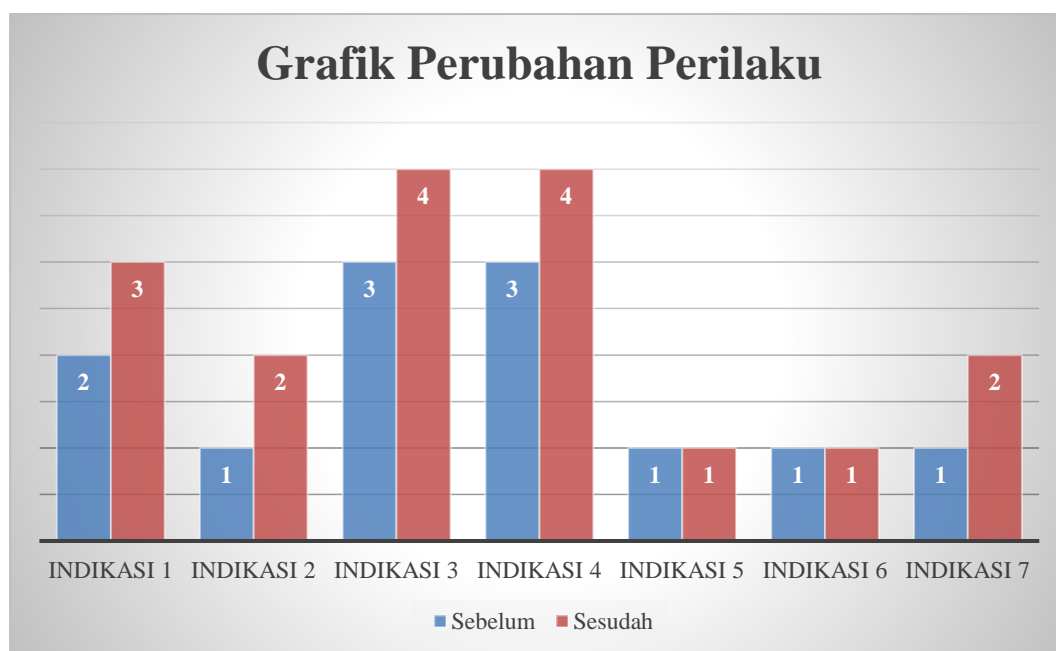
Hasil penelitian yang penulis lakukan ialah sebagai berikut yang mana penelitian ini dilakukan melibatkan satu orang siswa kelas 1 Sekolah Dasar. Sampel direkomendasikan oleh Kepala Sekolah SD Negeri 1 Bakti Seraga. Berdasarkan pemaparan Kepala Sekolah, sampel  
*Kadek Suranata, dkk (Pendalaman Emosi Anak Berbantuan Video Cerita .....)*

merupakan salah satu siswa yang tergolong nakal, sulit diatur, dan sering mengganggu siswa lain ketika proses pembelajaran di kelas. Pernyataan Kepala Sekolah SD Negeri 1 Bakti Serage dikonfirmasi oleh wali Kelas yang bersangkutan, yang mengatakan hal serupa bahwa sampel sulit diatur dan suka mengganggu teman-temannya ketika proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi awal ditemukan bahwa sampel terindikasi sering meluapkan emosinya (marah), sering sulit diatur, sering bermain-main ketika proses pembelajaran di dalam kelas dan emosinya sering berubah-ubah (. Berangkat dari hasil observasi awal ini penulis akan memulai memberikan media video dan kartu emosi untuk mengatasi permasalahan yang dialami siswa.

Pelaksanaan penelitian yang pertama, penulis melakukan pendekatan dan interaksi kepada siswa yang bersangkutan. Siswa yang bersangkutan berperilaku baik dan sopan saat penulis ajak mengobrol dan menanyakan perihal perilakunya dikelas. Pelaksanaan penelitian yang kedua, penulis melakukan penelitian yang diantaranya pemberian video dan kartu emosi. Disini siswa yang bersangkutan tidak begitu tertarik dengan video yang penulis berikan kepada siswa. Dan pada saat pemberian kartu emosi, siswa sudah menyimak dengan baik pemaparan macam-macam emosi serta dampak-dampaknya.

Pelaksanaan penelitian yang ketiga, penulis memberikan penguatan dengan menanamkan nilai-nilai kemanusiaan, dan menekankan dampak-dampak emosi terhadap kehidupan sehari-hari. Disini siswa tampak memperhatikan penguatan yang diberikan oleh peneliti dengan seksama. Dihari berikutnya dilaksanakan observasi pasca pemberian video dan kartu emosi. Ditemukan bahwa siswa tersebut mengalami perubahan tingkah laku yaitu terjadinya pengurangan peluapan emosi (marah), namun siswa masih sulit untuk diatur, siswa juga sudah biasa dalam bergaul dengan teman-temannya, namun masih sulit dan sering bermain-main saat proses pembelajaran di kelas



**Gambar 1. Grafik Perubahan Perilaku Siswa**

### **Keterangan:**

- 1 Anak sering marah
- 2 Anak susah diatur
- 3 Anak sering menyendiri
- 4 Sulit dalam bergaul
- 5 Sulit dalam belajar
- 6 Bermain-main saat pembelajaran
- 7 Emosi anak sering berubah-ubah

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa pemberian video dan kartu emosi ini memiliki dampak terhadap perilaku anak dengan gangguan emosional, namun perubahannya tidak terlalu signifikan. Hal tersebut menurut penulis disebabkan karena diperlukannya pendekatan yang lebih intens dan memberikan video yang lebih variatif lagi kepada siswa, untuk menghasilkan suatu perubahan tingkah laku yang signifikan.

### **Simpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, penggunaan media video dan kartu emosi dapat mengatasi gangguan emosional pada anak. Yang sebelum dilakukan penelitian anak memiliki indikasi gangguan emosional yang menyebabkannya sulit untuk belajar dan berinteraksi dilingkungan sekolah. Perubahan yang dialami anak sebelum dilakukan *treatment* dengan indikasi anak sering marah memiliki skor 2 dan sesudah dilakukan *treatment* terdapat perubahan menjadi 3. Dari indikasi anak susah diatur yang sebelum dilakukan *treatment* memiliki skor 1 dan sesudah dilakukan *treatment* terdapat perubahan menjadi 2. Dari indikasi anak sering menyendiri yang sebelum dilakukan *treatment* memiliki skor 3 dan sesudah dilakukan *treatment* perubahan menjadi 4. Dari indikasi sulit dalam bergaul selum dilakukan *treatment* memiliki skor 3 dan sesudah dilakukan *treatment* perubahan menjadi 4. Dari indikasi sulit untuk belajar sebelum dilakukan *treatment* memiliki skor 1 dan sesudah dilakukan *treatment* tetap memiliki skor 1 tidak terdapat perubahan. Dari indikator bermain-main saat pembelajaran sebelum dilakukan *treatment* memiliki skor 1 dan sesudah dilakukan *treatment* tetap memiliki skor 1 tidak terdapat perubahan. Dan dari indikasi emosi anak sering berubah-ubah sebelum dilakukan *treatment* memiliki skor 1 dan sesudah dilakukan *treatment* perubahan menjadi 4. Jadi dari 7 indikasi yang ditetapkan untuk membantu anak yang memiliki gangguan emosional hanya terdapat 2 indikasi yang tidak mengalami perubahan setelah dilakukan *treatment* pada anak. Meskipun demikian secara keseluruhan penggunaan media video dan kartu emosi dapat membantu anak yang memiliki gangguan emosional untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan sekolah, dan pembelajaran dikelas masih kurang mengalami peningkatan.

### **Daftar Pustaka**

- Handayani, Melly. 2015. "Cara Membantu Anak Dengan Gangguan Perilaku, Emosi Dan Sosial Agar Berhasil Dalam Pendidikan Inklusif". Diakses pada tanggal 29 Maret 2019. Tersedia pada <https://mellyhandayanicyrus.wordpress.com/2015/05/16/cara-membantu-anak-dengan-gangguan-perilagulku-emosi-dan-sosial-agar-berhasil-dalam-pendidikan-inklusif/>
- Mahabbati, A. (2010). Pendidikan Inklusif untuk Anak dengan Gangguan Emosi dan Perilaku (Tunalaras). *JKP (Jurnal Pendidikan Khusus)*, 7(2).

- Mahabbati, A. (2006). Identifikasi anak dengan gangguan emosi dan perilaku di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 2(2), 1858-0998.
- Musfira, M. (2018). Gangguan Emosional Anak Akibat Tayangan Misteri Televisi (Studi Kasus Pada Anak Usia 2-11 Tahun). *PEMBELAJAR: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, dan Pembelajaran*, 2(2), 132-137.
- Suharmini, Tin. 2000. *Pelatihan Identifikasi Anak Berkelainan di Sekolah Dasar Se Kecamatan Temanggung, Sukoharjo, dan Klaten*. Universitas Negeri Yogyakarta
- Suryanah. 1996. *Keperawatan Anak untuk Anak SPK*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Yasin, Sanjaya. 2011. "Media Audio Visual". Diakses pada tanggal 28 Maret 2019. Tersedia pada <http://www.sarjanaku.com/2011/05/media-audio-visual.html>