



Pelatihan Virtual Peningkatan *Self Awareness* untuk Meningkatkan Kualitas Hidup pada Teman Tuli sebagai Dampak Pandemic Covid 19

Eva Meizara Puspita Dewi¹, Basti², Eka Sufartianingsih Jafar³

^{1,2,3}Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

Abstrak. Mitra Program Kemitraan Komunitas (PKM) ini adalah LSM Human Nobel Makassar. Masalah yang dihadapi adalah: Interaksi sosial, keterbatasan dalam berkomunikasi secara verbal menjadikannya sering kurang dapat memahami maksud dari orang-orang di lingkungan sekitarnya sehingga yang dirasakannya, yakni dicueki atau ditolak oleh lingkungan. Kondisi pandemic covid 19 yang ada aturan tentang social distancing, memakai masker dan sebagainya yang menjadikannya lebih banyak lagi hambatan dalam berinteraksi sosial. Kondisi inilah yang menjadikan dirinya seringkali merasa terpuruk dan minder sehingga sampai merasa tidak bermakna dalam kehidupan. Kualitas hidupnya menjadi menurun dan lebih banyak menyalahkan diri sendiri. Oleh karenanya perlu adanya pelatihan *self awareness* untuk bisa membantu dirinya dalam menyadari keberadaan dirinya dan bagaimana agar bisa menyikapi hidup ini sehingga hidupnya akan lebih merasa bermakna dan berkualitas. Metode yang digunakan: Pelatihan dilaksanakan dalam waktu 3 sesi agar para teman tuli ini menghayati isi materi dengan baik selanjutnya dilakukan pendampingan dalam jangka waktu 2 minggu setelah pelatihan. Hasil yang dicapai adalah terdapat Peningkatan Self-awareness pada teman tuli sebelum dan setelah pelatihan yang tergambar melalui hasil pretest dan posttest yakni Self awareness peserta sebelum pelatihan adalah 35 poin naik menjadi 135 poin.

Kata kunci: Tuna Rungu, Kesadaran diri

Abstract. This Community Partnership Program (PKM) is the NGO of Human Nobel Makassar. The problems faced are: Social interaction, limitations in communicating verbally make it often less able to understand the intentions of the people in the surrounding environment so that what they feel is ignored or rejected. The phenomenon of the Covid 19 pandemic, where there are rules about social distancing, wearing masks and so on, makes it even more obstacles in social interaction. This condition makes them find themselves depressed and insecure with the result that they feel meaningless in life. The quality of their life has decreased and they tend to blame themselves more. Therefore, self-awareness training is needed to help them realize their existence and how to be able to respond it in order for them to live more meaningful and quality life. The methods used: The training was carried out in 3 sessions until these deaf could appreciate the content of the material well and then provided assistance within 2 weeks after that. The results achieved were an increase in self-awareness of them before and after the training which was reflected in the results of the pretest and posttest, namely the participants' self-awareness before training was 35 points, up to 135 points.

Keywords: Hearing Impairment, Self awareness

I. PENDAHULUAN

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) yang telah dilaksanakan bermitra dengan LSM Human Nobel yang berada di Jl. Dg. Ngadde, Kelurahan Parang Tambung, Kecamatan Tamalate Kota Makassar- Sulawesi Selatan. LSM ini fokus dengan pendampingan para tunarungu atau istilahnya teman tuli.

Kondisi teman tuli dalam pendampingan LSM Human Nobel sebagai berikut:

- a. Ekonomi karena kurangnya peluang mendapatkan pekerjaannya. Masyarakat masih merasa teman tuli sebagai masyarakat yang kurang berdaya. Padahal ketika seseorang memasuki masa dewasa awal, ia akan merasa penting untuk dapat memenuhi kebutuhannya secara mandiri namun hal ini tidak mudah dilakukannya.
- b. Interaksi sosial, keterbatasan dalam berkomunikasi secara verbal menjadikannya sering kurang dapat memahami maksud dari orang-orang di lingkungan sekitarnya. Sehingga 2 hal yang dirasakannya, yakni dicueki atau ditolak oleh lingkungan. Saat ini penggunaan masker dalam masa Pandemic menjadikannya lebih susah lagi memahami komunikasi orang lain.

Kedua kondisi diatas inilah yang menjadikan dirinya seringkali merasa terpuruk dan minder sehingga sampai merasa tidak bermakna dalam kehidupan. Kualitas hidupnya menjadi menurun dan lebih banyak menyalahkan diri sendiri. Kesadaran akan dirinya yakni siapa saya, saya bisa apa dan apa tujuan hidupnya nampaknya kurang dapat tergambarkan oleh teman tuli sehingga merasa hampa.

Individu tunarungu merupakan individu

yang mempunyai gangguan pada pendengarannya sehingga tidak dapat mendengar bunyi dengan sempurna atau bahkan tidak dapat mendengar sama sekali. Data dari sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan prevalensi tunarungu sebesar 1,25 persen dari total jumlah penduduk di Indonesia. Bahkan kelompok anak dengan tunarungu menempati posisi kedua terbesar untuk anak berkebutuhan khusus.

Menurut Andreas Dwidjosumarto (Jamaris, 2018) mengemukakan bahwa seseorang yang tidak atau kurang mampu mendengar suara dikatakan tunarungu. Ketunarunguan dibedakan menjadi dua kategori, yaitu tuli (*deaf*) atau kurang dengar (*hard of hearing*). Tuli adalah anak yang indera pendengarannya mengalami kerusakan dalam taraf berat sehingga pendengarannya tidak berfungsi lagi. Sedangkan kurang dengar adalah anak yang indera pendengarannya mengalami kerusakan, tetapi masih dapat berfungsi untuk mendengar, baik dengan maupun tanpa menggunakan alat bantu dengar (*hearing aids*).

Kondisi emosi tuna rungu cenderung kurang stabil dan rentan mengalami gangguan emosi serta mood jika dibandingkan individu normal, apalagi saat berada pada masa pandemi covid. Hal tersebut sesuai dengan hasil survey yang dilakukan pada teman tuli sebelum pelatihan dilakukan (Diagram 1). Tuna rungu akan mudah merasa sedih dan kurang berarti ketika ia selalu menyesali dirinya karena berbeda dengan orang lain, sehingga dapat menurunkan kualitas hidupnya. Oleh karenanya perlu adanya pelatihan *self awareness* untuk bias membantu dirinya dalam menyadari keberadaan dirinya dan bagaimana agar bisa menyikapi hidup ini sehingga hidupnya akan lebih merasa bermakna

Dengan adanya wabah corona ini, apa yang sekarang Anda sering alami? (Bisa pilih lebih dari satu)

62 tanggapan

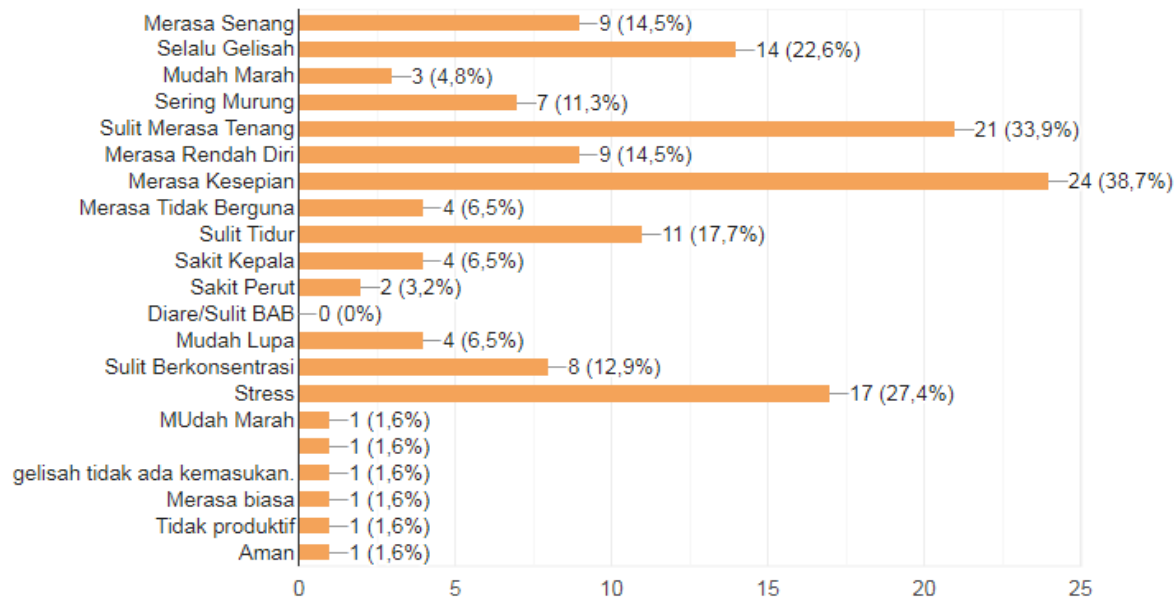


Diagram 1. Hasil Survey Awal terhadap Teman Tuli

II. METODE YANG DIGUNAKAN

Program psikoedukasi ini menggunakan metode presentasi yang disertai sesi tanya jawab. Metode ini digunakan untuk memberikan pemahaman kepada peserta mengenai materi yang akan disampaikan.

a. Presentasi materi

Memberikan materi pada peserta tentang 2 topik yakni: *Self awareness* dan *quality life* yang disampaikan oleh narasumber 1 dan 2.

b. Pengerjaan Tugas

Ada beberapa tugas yang dikerjakan peserta setelah menerima materi dari narasumber. Tugasnya cukup simple dan mengarah pada kesadaran diri. Tugas itu akan dibahas ada pertemuan berikutnya.

c. Sharing session 2 kali

Setelah kegiatan pelatihan dilakukan maka di sesi akhir, dihadirkan teman tuli yang inspiratif yakni Pieter Angdika.

d. Pedampingan follow-up program

Pendampingan ini perlu dilakukan untuk memperkuat tujuan pelatihan dan agar materi yang disampaikan dapat terinternalisasi secara kuat dalam diri peserta sehingga tujuan dari kegiatan ini dapat tercapai dengan baik.

III. PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN

Peserta yang mengikuti kegiatan ini merupakan teman tuli penyandang disabilitas tunarungu. Total pendaftar yang registrasi secara online untuk mengikuti pelatihan berjumlah 31 orang dengan rentang usia 18 – 30 tahun yang merupakan usia produktif. Namun, tidak semua peserta yang melakukan registrasi mengikuti pelatihan sesuai jadwal yang ditentukan. Pelatihan sesi pertama diikuti 27 orang, sesi kedua 24 orang, dan sesi ketiga 20 orang.

Peserta berasal dari berbagai latar belakang profesi, baik itu pelajar, mahasiswa, guru SLB, pustakawan, PNS, dan *fresh graduate*.



SEMINAR NASIONAL HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
"Peluang dan tantangan pengabdian kepada masyarakat yang inovatif di era kebiasaan baru"
ISBN: 978-623-7496-57-1

Peserta mendaftar melalui info ini:

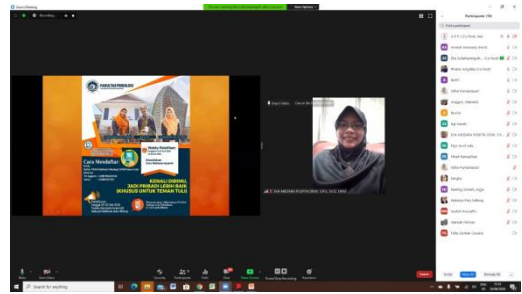
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR

Waktu Pelatihan:
Tanggal 6.11.20 Juni 2020
via Zoom & WA.

Cara Mendaftar:
Ketik: Daftar PKM Pelatihan Psikologi UNM>Nama/Usia/
kirim ke: Tri Sugarti : +6285796224323
Amira : +62811497707

**PKM PELATIHAN VIRTUAL
PENINGKATAN SELF AWARENESS
UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP
PADA TEMAN TULI SEBAGAI DAMPAK
PANDEMIC COVID-19**

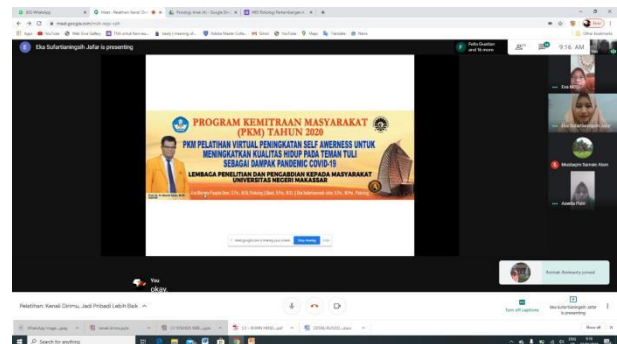
Peserta akan dikirimkan PULSA
Setiap sesi Pelatihan
(3 sesi pelatihan)



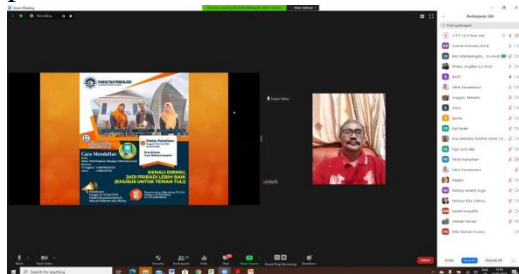
Narasumber ke 2 tentang : Kenali Dirimu



Peserta antusias dalam mengikuti pelatihan daring



Pembukaan dan sekaligus memotivasi para peserta

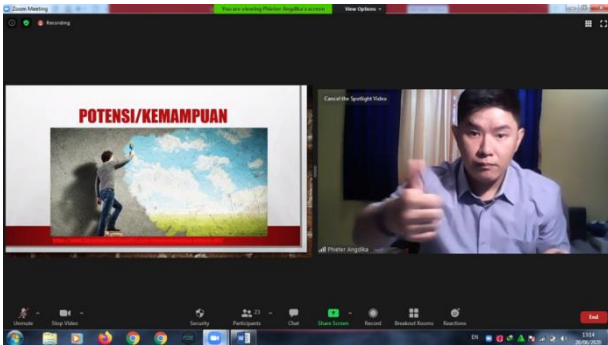


Menggunakan Juru Bahasa Isyarat



Narasumber 1 tentang : Self Awareness

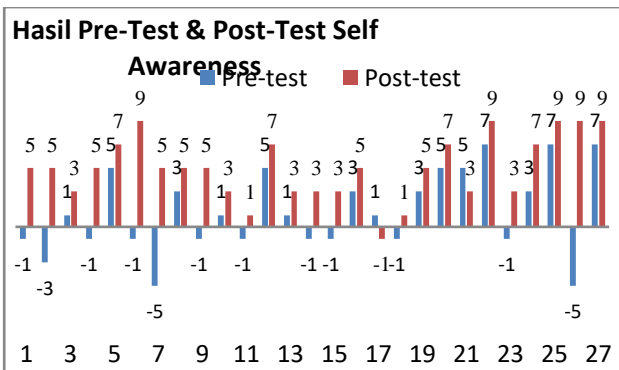
Narasumber Inspiratif dari teman tuli yang sukses, sehingga pada sesi ini tidak membutuhkan juru bicara



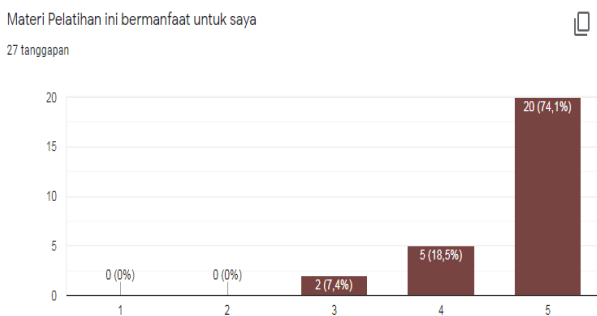
Memberikan angket *Post-test* setelah selesai kegiatan



Dari hasil evaluasi diatas diolah mendapatkan hasil sebagai berikut:



Peserta merasa materi sangat bermanfaat sekali, berikut grafik dari evaluasi peserta :



IV. KESIMPULAN

Hasil pelaksanaan kemitraan masyarakat dapat ditarik kesimpulan:

Hasil yang dicapai adalah terdapat Peningkatan Self-awareness pada teman tuli sebelum dan setelah pelatihan yang tergambar melalui hasil pretest dan posttest yakni Self awareness peserta sebelum pelatihan adalah 35 poin naik menjadi 135 poin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Rektor UNM dan Ketua Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat UNM atas arahan dan memfasilitasi pendanaan kegiatan ini. Selanjutnya terimakasih untuk LSM Human Nobel yang sangat kooperatif dalam merealisasikan kegiatan ini sehingga peserta antusias dan menikmati psikoedukasi selama 3 pertemuan. Para Pengurus Asosiasi Psikologi Pendidikan Indonesia (APPI) wilayah Sulawesi yang membantu penuh selama kegiatan ini mulai dari pendaftaran sampai pelaksanaan berakhir, terutama fasilitas zoomnya.

DAFTAR PUSTAKA

Thompson, J. (2010). *Memahami Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Esensi Erlangga.

Jamaris, M. (2018). *Anak Berkebutuhan Khusus: Profil, Assesmen, dan Pelayanan Pendidikan*. Bogor: Ghalia Indonesia.