

## Implementasi Permainan Ekspresi Emosi untuk Meningkatkan Kebahagiaan Difabel Ganda di SLB Ganda Daya Ananda Sleman

Berliana Salsabila Mahastika<sup>1</sup>, Nasywa Agustina<sup>2</sup>, Zulfa Mahiratul Aisyi<sup>3</sup>, Said Hasan Basri<sup>4</sup>, Fitria Hanifa Azzahra<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia  
e-mail: [mahastikab@gmail.com](mailto:mahastikab@gmail.com)<sup>1</sup>, [nastina0805@gmail.com](mailto:nastina0805@gmail.com)<sup>2</sup>, [zulfamahiratul@gmail.com](mailto:zulfamahiratul@gmail.com)<sup>3</sup>

### Abstrak

Anak difabel ganda sering mengalami keterbatasan dalam mengenali dan mengekspresikan emosi, yang berdampak pada interaksi sosial dan pengalaman kebahagiaan mereka di lingkungan sekolah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman emosi dan pengalaman kebahagiaan anak difabel ganda melalui permainan ekspresi emosi yang bersifat konkret dan menyenangkan. Kegiatan dilaksanakan menggunakan metode pelatihan dengan pendekatan langsung, meliputi stimulasi pengenalan emosi dasar, aktivitas mewarnai gambar ekspresi emosi, serta penggunaan media pohon emosi sebagai sarana pendampingan. Subjek kegiatan berjumlah empat anak difabel ganda berusia enam tahun di SLB Ganda Daya Ananda. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kemampuan anak dalam mengenali emosi dasar, keberanian mengekspresikan emosi secara nonverbal, serta keterlibatan aktif anak selama proses kegiatan. Selain itu, guru menunjukkan respons yang positif dan terlibat aktif dalam kegiatan dengan penuh antusiasme. Kegiatan ini memberikan dampak positif bagi anak dan lingkungan sekolah, sehingga berpotensi untuk dikembangkan secara berkelanjutan sebagai bagian dari layanan pendampingan emosional di pendidikan khusus.

**Kata kunci:** Difabel ganda; Ekspresi emosi; Kebahagiaan; Permainan edukatif

### Abstract

Children with multiple disabilities often experience difficulties in recognizing and expressing emotions, which can affect their social interaction and happiness at school. This community service activity aimed to improve emotional understanding and happiness among children with multiple disabilities through emotional expression games that are concrete and enjoyable. The activity was carried out using a direct training approach, including basic emotion recognition activities, coloring pictures of emotional expressions, and using an emotion tree as a supportive medium. The participants were four six-year-old children with multiple disabilities at SLB Ganda Daya Ananda. The results showed improvements in the children's ability to recognize basic emotions, increased confidence in expressing emotions nonverbally, and active involvement during the activities. In addition, teachers showed positive responses and were actively engaged in the implementation of the activities. This activity had a positive impact on both the children and the school environment and has the potential to be developed sustainably as part of emotional support services in special education settings.

**Keywords:** Educational games; Emotional expression; Happiness; Multiple disabilities

## 1. PENDAHULUAN

Disabilitas ganda merupakan kondisi ketika individu mengalami lebih dari satu hambatan perkembangan yang berdampak pada kemampuan bahasa, sosial, serta regulasi emosi (Munawaroh et al., 2024). Anak difabel ganda memerlukan pendampingan yang lebih intensif karena sering mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengekspresikan emosi, yang kemudian memengaruhi interaksi sosial dan kesejahteraan emosional mereka (Gumilang, 2017). Hambatan regulasi emosi ini dapat muncul dalam bentuk perilaku frustrasi, penarikan diri, atau ketergantungan berlebih pada orang dewasa sehingga menghambat partisipasi anak dalam lingkungan sekolah (Gumilang, 2017). Di sisi lain, kebahagiaan merupakan aspek penting dalam kualitas hidup anak dan berkaitan dengan pengalaman emosi positif serta keterlibatan dalam aktivitas yang bermakna (Seligman et al., 2005). Meskipun masih terdapat stigma sosial yang memandang penyandang disabilitas sebagai individu yang kurang bahagia, berbagai temuan

menunjukkan bahwa anak difabel ganda tetap memiliki potensi untuk merasakan kebahagiaan melalui aktivitas yang sesuai dengan minat dan kemampuan mereka (Iwank et al., 2023).

Hasil observasi awal di SLB Ganda Daya Ananda menunjukkan bahwa rutinitas siswa berlangsung secara aktif dan anak tidak menunjukkan sikap bermalas-malasan dalam mengikuti kegiatan belajar. Anak tampak memiliki semangat belajar yang cukup baik, meskipun pada situasi tertentu perhatian dan fokus masih mudah teralihihkan. Beberapa anak masih menunjukkan perilaku bermain sendiri, saling mengejek, serta rasa ingin tahu yang tinggi terhadap benda-benda yang dianggap asing, seperti speaker. Pada waktu istirahat, anak-anak menunjukkan antusiasme yang tinggi, ditandai dengan keinginan untuk segera jajan ketika bel berbunyi. Selain itu, masih terdapat anak yang menunjukkan perilaku menyimpan barang ke dalam saku atau pakaian, sehingga guru melakukan penyesuaian berupa menjahit saku baju sebagai upaya pengelolaan perilaku. Namun demikian, dalam praktiknya anak masih menunjukkan variasi perilaku lain yang memerlukan pendampingan berkelanjutan dan strategi yang lebih adaptif.

Di sisi lain, anak-anak memiliki potensi dan bakat yang beragam serta telah dilibatkan dalam berbagai kegiatan lomba sesuai dengan kemampuan masing-masing. Guru terlihat sabar, konsisten, dan telaten dalam mendampingi siswa selama proses pembelajaran dan kegiatan sehari-hari. Namun, guru juga menghadapi tantangan ketika memberikan arahan kepada anak, di mana anak tidak selalu menunjukkan respons verbal maupun nonverbal dan cenderung diam, sehingga menyulitkan guru untuk memastikan apakah arahan telah dipahami. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum kegiatan pengabdian dilakukan, layanan pendampingan emosional di sekolah masih terbatas dan belum secara khusus menggunakan media pembelajaran yang konkret dan menyenangkan untuk melatih pengenalan serta ekspresi emosi anak.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa permainan edukatif dapat menjadi media yang efektif untuk membantu anak mengekspresikan perasaan, meningkatkan keterlibatan, serta menciptakan suasana emosi positif (Amaliah et al., 2025). Permainan yang bersifat konkret dan menyenangkan dinilai lebih mudah diterima oleh anak difabel ganda karena sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pengenalan emosi dasar dan keberanian mengekspresikan emosi secara nonverbal pada anak difabel ganda, serta meningkatkan pengalaman emosi positif anak selama kegiatan pendampingan melalui penerapan permainan ekspresi emosi yang bersifat konkret dan menyenangkan. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi anak serta menjadi alternatif media pendampingan emosional yang aplikatif bagi guru di lingkungan pendidikan khusus.

## 2. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di SLB Ganda Daya Ananda pada tanggal 19 November dan 2 Desember 2025, dengan durasi kegiatan selama 60 menit pada setiap pertemuan. Peserta kegiatan ialah disabilitas intelektual serta dua anak dengan disabilitas ganda (daksa dan intelektual) serta (autis dan intelektual), peserta berjumlah empat anak, terdiri atas 3 anak perempuan dan satu anak laki-laki, dengan rentang usia yang sama, yaitu enam tahun. Kegiatan ini dilaksanakan secara langsung di lingkungan sekolah agar interaksi antara tim pengabdian, guru, dan peserta dapat berlangsung secara alami sesuai dengan kondisi keseharian anak.

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendekatan langsung melalui keterlibatan aktif tim pengabdian dalam mendampingi peserta selama proses kegiatan. Metode yang diterapkan adalah metode pelatihan, yaitu proses pembelajaran yang dirancang secara sistematis untuk meningkatkan pemahaman, keterampilan, dan sikap peserta melalui pengalaman belajar yang bersifat praktis dan aplikatif (Sudjana, 2001). Metode pelatihan dipilih karena sesuai dengan karakteristik anak difabel ganda yang membutuhkan pendampingan konkret, berulang, dan berbasis aktivitas langsung.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan. Pada tahap awal, anak mengikuti aktivitas mewarnai gambar ekspresi emosi sebagai bentuk stimulasi pengenalan emosi dasar. Setelah selesai mewarnai, anak diarahkan untuk menunjukkan dan menyebutkan nama

ekspresi emosi yang telah diwarnai sesuai dengan kemampuan masing-masing. Pada pertemuan kedua, anak diajak untuk mengungkapkan perasaan yang sedang dialami melalui media pohon emosi. Anak diminta memilih dan menempelkan gambar emosi pada pohon sesuai dengan perasaan mereka, kemudian secara bertahap diarahkan untuk menjelaskan alasan munculnya emosi tersebut melalui respons verbal maupun nonverbal. Kegiatan ditutup dengan bernyanyi bersama dan pemberian reward sederhana sebagai bentuk apresiasi atas keterlibatan anak selama kegiatan.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif melalui observasi langsung terhadap respons dan perilaku anak selama kegiatan berlangsung. Indikator keberhasilan kegiatan meliputi peningkatan kemampuan anak dalam mengenali emosi dasar, keberanian mengekspresikan emosi secara nonverbal, serta keterlibatan aktif anak dalam setiap tahapan kegiatan. Selain itu, respons guru terhadap pelaksanaan kegiatan juga menjadi bahan refleksi untuk menilai kebermanfaatan dan keberlanjutan program pendampingan emosional di lingkungan sekolah.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan guru serta anak penyandang difabel ganda yang berada di SLB Ganda Daya Ananda. Fokus kegiatan diarahkan pada pengenalan dan pemahaman emosi melalui aktivitas berbasis permainan sederhana dan ekspresif, dengan tujuan membantu anak mengenali emosi diri serta meningkatkan pengalaman emosi positif selama kegiatan berlangsung. Kesulitan anak difabel ganda dalam mengenali dan memahami ekspresi terlihat dari respons yang ditunjukkan saat diberikan stimulus emosional, seperti ekspresi senang, sedih, atau marah. Anak kurang mampu mengenali arti dari setiap ekspresi wajah yang ditampilkan, serta sering menunjukkan respons yang sama terhadap berbagai jenis emosi. Selain itu, ketika anak diminta mengekspresikan perasaan yang sedang dialami, sebagian besar anak belum dapat menyesuaikan ekspresi wajah maupun gerakan tubuh dengan suasana hati yang dirasakan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan regulasi dan pemahaman emosi pada anak difabel ganda masih berada pada tahap yang sangat dasar.

#### **3.1. Pemahaman Emosi Anak Difabel Ganda**

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan, keempat subjek penyandang difabel ganda menunjukkan adanya kesulitan dalam mengenali dan memahami ekspresi emosi secara utuh. Kellond (Kellond, 2014) mengemukakan bahwa individu difabel mengalami hambatan dalam kemampuan mengenali dan mengidentifikasi emosi secara akurat. Subjek pada umumnya telah mampu mengidentifikasi jenis emosi dasar melalui stimulus visual, seperti gambar wajah yang menunjukkan ekspresi senang, sedih, marah, dan takut. Namun demikian, subjek belum mampu menjelaskan penyebab munculnya emosi tersebut dalam konteks pengalaman sehari-hari.

Kondisi ini menunjukkan bahwa pemahaman emosi anak masih berada pada tahap pengenalan dasar, dan belum berkembang pada tingkat pemahaman emosi lanjutan yang melibatkan proses refleksi terhadap pengalaman pribadi. Keterbatasan tersebut tampak ketika anak hanya menyebutkan jenis emosi yang terlihat pada gambar 1, tanpa mampu mengaitkannya dengan situasi atau peristiwa yang pernah dialami. Hal ini memperlihatkan bahwa anak difabel ganda tidak hanya mengalami hambatan dalam aspek kognitif, tetapi juga dalam proses pengintegrasian pengalaman emosional dengan konteks sosial di sekitarnya.

##### **3.1.1. Pengenalan Ekspresi Emosi**

Berdasarkan temuan awal tersebut, kegiatan pengabdian difokuskan pada pengenalan ekspresi emosi sebagai langkah awal dalam membantu proses regulasi emosi anak difabel ganda. Sejalan dengan (Sari et al., 2025) yang menunjukkan bahwa penggunaan permainan berbasis visual dan interaktif dapat mendukung pengenalan dan ekspresi emosi pada anak autisme. Pada kegiatan ini, permainan ekspresi emosi yang bersifat konkret dan menyenangkan juga tampak mendorong keterlibatan anak difabel ganda selama proses pendampingan. Intervensi dilakukan melalui kegiatan yang bersifat menyenangkan dan sesuai dengan minat anak, yaitu mewarnai gambar ekspresi emosi. Pemilihan aktivitas ini didasarkan pada pertimbangan bahwa anak lebih mudah terlibat secara aktif ketika kegiatan disajikan dalam bentuk permainan dan aktivitas kreatif.



Gambar 1. Observasi awal pemahaman emosi anak difabel ganda

Selama kegiatan berlangsung, subjek menunjukkan antusiasme yang cukup tinggi dalam mengikuti proses mewarnai gambar ekspresi emosi. Anak terlihat fokus, terlibat secara aktif, dan menunjukkan ketertarikan terhadap gambar-gambar emosi yang diberikan. Melalui aktivitas ini, pengetahuan anak mengenai berbagai macam emosi dasar mulai bertambah, ditandai dengan meningkatnya kemampuan menyebutkan jenis emosi yang terdapat pada gambar 2.

Selain mewarnai, anak juga diajak untuk mengungkapkan perasaan yang mereka rasakan melalui media *pohon emosi*. Anak diminta memilih dan menempelkan gambar emosi pada pohon sesuai dengan perasaan yang sedang dialami, kemudian secara bertahap diarahkan untuk menjelaskan alasan munculnya emosi tersebut. Pada tahap ini, anak masih memerlukan pendampingan intensif agar mampu mengungkapkan perasaan secara sederhana dan kegiatan dapat berjalan secara kondusif. Meskipun demikian, subjek terlihat cukup aktif dan berani mengekspresikan emosi melalui gambar sebagai media nonverbal.



Gambar 2. Proses mewarnai gambar ekspresi emosi



Gambar 3. Kegiatan menempelkan emosi pada pohon emosi

### 3.1.2. Pengenalan Kebahagiaan Anak Difabel Ganda

Selama kegiatan berlangsung, terlihat adanya perubahan suasana emosi yang positif pada subjek. Anak-anak mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan penuh antusiasme, disertai ekspresi wajah yang ceria, tawa, serta respons emosional yang positif. Mulai dari kegiatan mewarnai gambar emosi, mempraktikkan beberapa ekspresi emosi, menempelkan sticky note yang berisi gambar ataupun ungkapan emosi pada pohon emosi, hingga bernyanyi bersama, seluruh aktivitas diikuti anak dengan suasana yang menyenangkan. Sejalan dengan konsep tersebut, penelitian oleh Iwank, Tumanggor, & Tasdin menunjukkan bahwa subjek penyandang disabilitas dapat merasakan emosi positif melalui keterlibatan dalam aktivitas yang mereka sukai, yang mencerminkan salah satu indikator kebahagiaan, yaitu keterlibatan penuh (*engagement*) (Iwank et al., 2023).

Kebahagiaan anak juga tampak semakin meningkat ketika diberikan *reward* sederhana sebagai bentuk apresiasi atas keterlibatan mereka dalam kegiatan. Pemberian *reward* tersebut memunculkan rasa senang dan bangga pada subjek, yang terlihat dari ekspresi wajah, tawa, serta keinginan anak untuk terus berpartisipasi dalam kegiatan. Kondisi ini menunjukkan bahwa aktivitas berbasis permainan dan ekspresi emosi tidak hanya membantu anak mengenali emosi, tetapi juga memberikan pengalaman emosional positif yang mendukung perasaan bahagia selama proses berlangsung.

Berdasarkan observasi, sebelum diberikan pelatihan, anak menunjukkan keterbatasan dalam mengenali dan mengekspresikan emosi, yang tampak dari kecenderungan diam, respons yang terbatas, serta ekspresi emosi yang muncul secara tidak langsung. Selama dan setelah kegiatan pendampingan melalui permainan ekspresi emosi, anak mulai tampak lebih berani memilih gambar ekspresi emosi, menunjukkan keterlibatan dalam aktivitas, serta memberikan respons nonverbal yang lebih beragam. Temuan ini menunjukkan bahwa permainan berbasis seni dapat digunakan sebagai salah satu media pendampingan untuk membantu anak berkebutuhan khusus dalam memahami emosi secara lebih konkret, sejalan dengan temuan Sari et al (Sari et al., 2025).



(a)



(b)



(c)

Gambar 4. Partisipasi anak selama kegiatan (a) pemberian reward, (b) menyanyi bersama, (c) foto bersama

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui implementasi permainan ekspresi emosi di SLB Ganda Daya Ananda menunjukkan bahwa anak difabel ganda memiliki keterbatasan dalam mengenali, memahami, dan mengekspresikan emosi, khususnya pada tahap refleksi emosi dan pengaitan emosi dengan pengalaman sehari-hari. Melalui aktivitas berbasis permainan ekspresi seni, seperti mewarnai gambar emosi dan penggunaan media pohon emosi, anak mulai menunjukkan peningkatan dalam pengenalan emosi dasar serta keberanian mengekspresikan perasaan secara nonverbal. Selain itu, selama kegiatan berlangsung tampak adanya peningkatan suasana emosi positif yang ditunjukkan melalui antusiasme, ekspresi wajah ceria, serta keterlibatan aktif anak dalam setiap rangkaian kegiatan, yang mencerminkan meningkatnya pengalaman kebahagiaan anak.

Selain berdampak pada anak, kegiatan ini juga memberikan manfaat praktis bagi guru, khususnya sebagai referensi metode pendampingan berbasis permainan yang mudah diterapkan dan disesuaikan dengan karakteristik anak difabel ganda. Permainan ekspresi emosi, seperti mewarnai gambar emosi dan penggunaan media pohon emosi, dapat direplikasi sebagai aktivitas

rutin di kelas maupun dalam layanan pendampingan emosional di sekolah lain dengan karakteristik serupa.

Meskipun demikian, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan, antara lain jumlah subjek yang terbatas serta durasi pelaksanaan yang relatif singkat, sehingga belum dapat menggambarkan perubahan jangka panjang pada kemampuan regulasi emosi anak difabel ganda. Oleh karena itu, pengembangan kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan lebih banyak peserta, durasi yang lebih panjang, serta kolaborasi intensif antara guru, orang tua, dan tenaga pendamping. Ke depan, permainan ekspresi emosi dapat dikembangkan menjadi program pendampingan yang terstruktur sebagai bagian dari layanan pendidikan dan pengembangan emosional anak difabel ganda, sehingga mampu mendukung peningkatan kebahagiaan dan kualitas kehidupan mereka secara lebih optimal.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Amaliah, A., Harahap, N., & Marlina, M. (2025). Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Permainan Papan Emoji. *Inovasi Pendidikan Dan Anak Usia Dini*, 2(1), 194–202.
- Gumilang, G. S. (2017). Metaphor Windows and Mirror Technique in Cooperative Games for Develop Emotional Literacy on Children. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling; Vol 7, No 2 (2017)DO - 10.24127/Gdn.V7i2.1006* .  
<https://ojs.fkip.ummetro.ac.id/index.php/bk/article/view/1006>
- Iwank, K. P., Tumanggor, R. O., & Tasdin, W. (2023). the Meaning of Happiness for People With Physical Disability in Early Adulthood. *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, 1(1), 718–726. <https://doi.org/10.24912/ijassh.v1i1.25937>
- Kellond, V. (2014). *Emotion egulation and recognition in individuals with intellectual Disablities*.
- Munawaroh, S., Zaliyanti, A., & Wijaya, S. (2024). Identifikasi Anak Tunaganda. *Jurnal Multidisiplin Inovatif*, 8(1), 2246–6110.
- Sari, Y. A. R., Khalida, R., Taruna, R., & Suciana, S. (2025). Pelatihan Peningkatan Kemampuan Ekspresi dan Emosi Melalui Playmate bagi Anak Autis. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 10(7), 1715–1721.  
<https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i7.9086>
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *The American Psychologist*, 60(5), 410–421.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.5.410>
- Sudjana, D. (2001). *Metode dan teknik pembelajaran partisipatif*. Falah Production.  
<https://books.google.co.id/books?id=YsAdAAAACAAJ>

**Halaman ini dikosongkan**