

Pemberdayaan Keterampilan Adaptif Siswa Berbasis Gamifikasi dan Pelatihan *Psychological First Aid* Guru SLB BC Swadaya Semarang

Tiara Khoerunnisa¹, Raudatun Mardiah², Ida Laili Nur Safaah³,
Ovilia Dewi Yulianti⁴, Sheika Putri Firliani^{5*}, Noor Farida Arifani⁶,
Rulita Hendriyani⁷

¹⁻⁷ Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang

* sheikaputrifirliani@students.unnes.ac.id

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui program MBKM magang proyek kemanusiaan ini dilaksanakan di SLB BC Swadaya Semarang dengan tujuan meningkatkan keterampilan adaptif siswa berkebutuhan khusus serta kapasitas guru dalam memberikan dukungan psikologis awal. Permasalahan yang ditemukan berdasarkan hasil asesmen awal menunjukkan bahwa siswa tunarungu dan tunagrahita masih mengalami kesulitan dalam perlindungan diri, interaksi sosial, literasi digital, serta kesiapsiagaan bencana. Selain itu, guru belum sepenuhnya memahami penerapan *Psychological First Aid* (PFA) dalam menangani kondisi emosional siswa di sekolah. Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan pelatihan partisipatif melalui observasi, wawancara, edukasi berbasis visual dan gamifikasi, praktik bersama, serta simulasi *roleplay*. Program untuk siswa meliputi edukasi perlindungan diri, literasi digital, keberagaman budaya, dan kesiapsiagaan bencana, sedangkan guru memperoleh pelatihan PFA berbasis prinsip *Look, Listen, Link*. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa lebih aktif dan mampu memahami materi melalui media visual dan permainan edukatif. Selain itu, hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pemahaman guru terkait konsep dan penerapan PFA di lingkungan sekolah. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan gamifikasi dan pelatihan partisipatif efektif dalam mendukung keterampilan adaptif siswa berkebutuhan khusus serta meningkatkan kapasitas guru dalam memberikan dukungan psikologis awal di sekolah.

Kata Kunci: *gamifikasi, psychological first aid, siswa berkebutuhan khusus, guru SLB, keterampilan adaptif*

Pendahuluan

Anak berkebutuhan khusus, khususnya tunagrahita dan tunarungu merupakan kelompok yang memiliki kerentanan tinggi terhadap permasalahan sosial yang sering terjadi di lingkungan sekolah (Putri, 2022). Keterbatasan dalam komunikasi, interaksi sosial, dan juga kemampuan bertahan diri yang mereka miliki lebih mudah untuk dijadikan sasaran *bullying*, penghinaan dan ejekan (Amelia et al., 2023). Menurut penelitian Buchori

dan Wulandari (2023) siswa disabilitas intelektual lebih rentan mengalami permasalahan sosial seperti *bullying*, pengucilan, dan perundungan verbal maupun fisik dibandingkan dengan siswa biasa karena mereka lebih kesulitan memahami situasi sosial dan pertahanan di siswa tunarungu juga memiliki resiko tinggi mengalami permasalahan sosial karena hambatan komunikasi dan keterbatasan dalam interaksi verbal di lingkungan sekitarnya (Rahmiati et al., 2025). UNICEF juga mencatat bahwa hampir 240 juta anak penyandang disabilitas di dunia juga masih mengalami hambatan dalam memperoleh lingkungan yang aman dan suportif di bidang pendidikan maupun sosial (UNICEF, 2021).

Anak berkebutuhan khusus, terutama tunagrahita dan tunarungu membutuhkan pemahaman mengenai perlindungan diri karena keterbatasan dan kemampuan adaptasi yang mereka miliki membuat lebih rentan mengalami kekerasan, *bullying*, serta kesulitan memahami cara menjaga diri saat di lingkungan sekolah (Sanggar, 2021). Selain itu, perkembangan teknologi digital yang semakin cepat membuat risiko penyalahgunaan media sosial dan *cyberbullying* pada anak semakin meningkat, sehingga literasi digital dan keamanan siber perlu dikenalkan sejak dini agar siswa lebih bijak dalam penggunaan media digital (Oktavianti, 2023). Di sisi lain, siswa juga perlu pemahaman mengenai keberagaman budaya untuk membantu meningkatkan kemampuan interaksi sosial dan mengenali lingkungan yang beragam (Agustin, 2024). Anak berkebutuhan khusus juga perlu mendapatkan edukasi mitigasi dan kesiapsiagaan bencana karena mereka termasuk individu yang rentan saat menghadapi situasi darurat (Hidayat, 2023).

Berdasarkan hasil asesmen awal melalui observasi dan wawancara di SLB BC Swadaya Semarang, terdapat beberapa siswa yang masih mengalami kesulitan dalam memahami perlindungan diri maupun yang berhubungan dengan sosial. Penelitian Al et al. (2023) mengungkapkan bahwa siswa tunagrahita cenderung lebih mudah memahami materi melalui media visual seperti gambar, video, dan juga pembelajaran yang interaktif dibandingkan dengan metode ceramah. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini menggunakan pembelajaran dengan pendekatan visual melalui *storytelling* bergambar, stimulasi, dan *board game* edukatif yang disesuaikan dengan karakteristik belajar siswa. Pendekatan tersebut mampu meningkatkan fokus, keikutsertaan, dan pemahaman siswa berkebutuhan khusus secara efektif dengan aktivitas belajar yang menyenangkan, faktual, serta didukung dengan penggunaan game edukatif dan media visual sehingga membuat siswa lebih mudah dalam menerima informasi dan memahami materi pembelajaran (Askar & Rusmawaty, 2025; Kurniawan et al., 2022; Telaumbanua & Bu'ulolo, 2024).

Dalam lingkungan SLB, guru memiliki peran yang sangat penting dalam keberhasilan program pemberdayaan. Guru tidak hanya berperan dalam kegiatan pembelajaran, tetapi juga menjadi pendamping terdekat bagi siswa ketika mereka menghadapi berbagai kondisi, termasuk ketika siswa mengalami hambatan dalam berkomunikasi, kesulitan memahami arahan, konflik dengan teman, tantrum, atau kondisi emosional yang tidak stabil. Hasil asesmen awal di SLB BC Swadaya Semarang menunjukkan bahwa sebagian siswa tunarungu dan tunagrahita mengalami kesulitan dalam meregulasi emosi dan pada waktu tertentu menunjukkan perilaku tantrum di kelas. Kondisi ini menunjukkan bahwa guru perlu memiliki kesiapan dalam memberikan respons awal yang tepat, aman, dan mendukung ketika menghadapi siswa dengan kondisi psikologis yang kurang stabil. Guru yang mendampingi anak berkebutuhan khusus perlu memahami penyebab munculnya

perilaku tantrum pada siswa agar dapat memberikan penanganan yang sesuai selama pembelajaran berlangsung (Alivia & Hasanah, 2023).

Keterampilan dukungan psikologis awal menjadi penting bagi guru karena guru merupakan orang pertama yang menyadari perubahan perilaku siswa di kelas. Dengan memiliki pemahaman mengenai dukungan psikologis awal, guru dapat lebih peka dalam mengenali permasalahan psikologis siswa, serta mendukung perkembangan siswa secara kognitif, psikologis, dan sosial (Nuraeni & Endriani, 2024). Oleh karena itu, pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) relevan diberikan kepada guru agar mereka mampu memberikan respons awal ketika siswa mengalami tekanan emosional. Dalam pendidikan, PFA dapat dipahami sebagai bantuan psikologis awal yang membantu guru memberikan dukungan pertama kepada siswa yang mengalami tekanan emosional atau kondisi sulit di sekolah (Hidayat & Arief, 2025). Melalui prinsip *Look, Listen, Link*, guru diharapkan mampu mengenali kondisi siswa, mendengarkan kebutuhan siswa, serta menghubungkan siswa dengan bantuan lanjutan apabila diperlukan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengaplikasikan pengetahuan psikologi secara terintegrasi kepada siswa dan guru di SLB BC Swadaya Semarang. Kegiatan ini mencakup edukasi psikologi forensik, siber, sosial, budaya, dan kebencanaan melalui pendekatan visual serta pelatihan PFA bagi guru. Melalui kegiatan pengabdian ini, diharapkan siswa mampu meningkatkan keterampilan perlindungan diri, interaksi sosial, serta kesiapan terhadap lingkungan sekitar, sementara guru dapat meningkatkan kemampuan dalam memberikan dukungan psikologis awal kepada siswa secara tepat dan adaptif.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu

Rangkaian program pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan secara bertahap selama tiga bulan, terhitung sejak bulan Maret hingga Mei 2026. Seluruh aktivitas intervensi dipusatkan di Sekolah Luar Biasa (SLB) BC Swadaya Semarang yang beralamat di Jl. Seteran Utara II No.2, Miroto, Kec. Semarang Tengah, Kota Semarang, Jawa Tengah 50134.



Gambar 1. Lokasi Pelaksanaan Pengabdian di SLB BC Swadaya Semarang

Khalayak Sasaran dan Mitra Kegiatan

Mitra utama dalam kegiatan pengabdian ini adalah sekolah di SLB BC Swadaya Semarang. Penentuan khalayak sasaran dilakukan secara sengaja (*purposive*) berdasarkan hasil penjajakan dan asesmen kebutuhan awal. Melalui observasi serta wawancara bersama pihak manajemen sekolah, ditemukan adanya kebutuhan untuk meningkatkan proteksi diri siswa sekaligus memperkuat kemampuan guru sebagai penanganan pertama (*first responder*) saat terjadi krisis psikologis di sekolah. Oleh karena itu, program ini menysasar kedua pihak agar tercipta lingkungan inklusif yang tangguh.

Secara keseluruhan, sasaran yang terlibat aktif dalam program ini berjumlah 174 orang. Kelompok sasaran pertama terdiri dari 144 siswa Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) penyandang tunarungu (hambatan pendengaran) dan tunagrahita (hambatan intelektual), dengan rincian demografi yaitu 81 siswa laki-laki dan 63 siswa perempuan. Kelompok sasaran kedua melibatkan 30 orang guru kelas yang memegang peran strategis dalam pendampingan harian siswa. Distribusi data demografi khalayak sasaran dirangkum pada **Tabel 1**.

Tabel 1. Demografi Sasaran

Kelompok Sasaran	Kategori/Kekhususan	Jumlah
Siswa ABK	Laki-laki (Tunarungu dan Tunagrahita)	81 orang
	Perempuan (Tunarungu dan Tunagrahita)	63 orang
Tenaga Pendidik	Guru Kelas (Umum)	30 orang
Total Keseluruhan		174 orang

Metode Pengabdian

Metode pengabdian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan penguatan teknik pelatihan partisipatif (*participatory training*) (Stringer, 2014). Pendekatan kolaboratif ini dinilai paling efektif dalam konteks pendidikan khusus karena mampu mendorong kemandirian siswa secara optimal melalui keterlibatan lingkungan sekitarnya (Mitchell, 2014). Alur pelaksanaan pengabdian dirancang ke dalam tiga tahapan sistematis:

1. Tahap Persiapan

Meliputi pengurusan perizinan formal ke pihak institusi mitra, disusul dengan pelaksanaan wawancara semi-terstruktur bersama para guru kelas. Langkah ini krusial untuk memetakan karakteristik komunikasi dan tingkat kognisi siswa sebagai pijakan dasar (*baseline*) dalam memodifikasi modul pelatihan serta menyusun instrumen permainan edukatif agar ramah bagi anak.

2. Tahap Pelatihan dan Demonstrasi (Kelompok Siswa)

Intervensi untuk siswa menerapkan metode visual-kinestetik berbasis gamifikasi guna menyederhanakan konsep-konsep teoritis yang abstrak (Dicheva *et al.*, 2015). Pendekatan bermain ini terbukti efektif menjaga rentang perhatian dan memicu motivasi belajar anak dengan hambatan intelektual (Kapp, 2012). Media permainan dan grafis diwujudkan ke dalam program kerja spesifik yang mengintegrasikan beberapa rumpun psikologi:

- a. Psikologi Forensik: Diimplementasikan melalui program "Tubuhku Aman" (menggunakan poster zona aman tubuh dan kartu penyelamat) serta program "Sekolah Ramah Tanpa Kekerasan" (melalui media pohon kebaikan) guna melatih proteksi diri dan mencegah perundungan.
- b. Psikologi Siber: Diterapkan lewat program "Teman Baik di Dunia Digital" dan "Media Sosial Sehat untuk ABK" sebagai ruang pengenalan etika berinternet yang aman.
- c. Psikologi Lintas Budaya: Diwujudkan melalui pemanfaatan peta budaya dan permainan "Monopoli Budaya Indonesia" untuk menstimulasi kognisi sosial tentang keberagaman nusantara.
- d. Psikologi Kebencanaan: Diaplikasikan melalui program "Sekolah Siaga Bencana" berupa simulasi fisik dan penempelan poster edukasi bencana sebagai panduan mitigasi mandiri.

3. Tahap Penyuluhan dan Pendampingan (Kelompok Guru)

Guru dibekali Materi pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) yang mengacu pada standar operasional global dari World Health Organization (WHO) (WHO, 2011). Materi PFA disesuaikan khusus untuk lingkungan sekolah (National Child Traumatic Stress Network & National Center for PTSD, 2012). Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif mengenai prinsip dasar Look, Listen, Link, yang kemudian diperkuat dengan pendampingan praktik langsung (*role-play*) untuk mensimulasikan penanganan kondisi krisis siswa, seperti saat terjadi tantrum atau kepanikan massal.

Indikator Keberhasilan

Tingkat ketercapaian program pengabdian ini didasarkan pada dua indikator keberhasilan utama:

1. Indikator Guru

Pendidik mampu memahami kerangka konseptual PFA sekolah serta menunjukkan kecakapan praktis dalam mendemonstrasikan tindakan pertolongan pertama psikologis dengan benar saat sesi simulasi krisis emosional.

2. Indikator Siswa

Meningkatnya pemahaman siswa mengenai proteksi diri, literasi digital, wawasan budaya, dan siaga bencana yang ditunjukkan melalui partisipasi aktif (antusiasme tinggi) selama intervensi serta ketepatan dalam menyelesaikan tugas-tugas visual.

Metode Evaluasi

Teknik evaluasi dirancang secara komprehensif untuk mengukur ketercapaian indikator sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan melalui instrumen yang adaptif:

1. Evaluasi Kelompok Guru

Perubahan pengetahuan diukur menggunakan kuesioner *pre-test* di awal sesi dan *post-test* di akhir pemaparan materi. Sementara itu, aspek keterampilan praktis dinilai secara langsung oleh tim pelaksana menggunakan rubrik observasi terstruktur untuk mengamati performa guru selama simulasi *role-play*.

2. Evaluasi Kelompok Siswa

Menyesuaikan dengan kapasitas kognitif anak berkebutuhan khusus, evaluasi pengetahuan tidak menggunakan tes tertulis tradisional. Pengukuran dilakukan secara kualitatif menggunakan lembar observasi keterlibatan untuk memantau keaktifan siswa. Selain itu, digunakan alat ukur berupa kuis visual singkat yang dikemas dalam bentuk penugasan lembar kerja bergambar, sehingga proses evaluasi dapat merekam pemahaman siswa tanpa memicu tekanan psikologis.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian dalam bentuk MBKM (Merdeka Belajar Kampus Merdeka) terkhusus magang proyek kemanusiaan selama 3 bulan ini bertujuan memberdayakan atau meningkatkan keterampilan adaptif siswa serta pelatihan *psychological first aid* (PFA) bagi guru di SLB BC Swadaya Semarang. Kegiatan pengabdian ini diawali dengan pengenalan dan juga asesmen awal guna mengetahui lingkungan sekolah, karakteristik siswa serta kebutuhan sebagai bahan menyusun program kerja agar tepat sasaran. Asesmen awal dilaksanakan dengan melakukan observasi pada siswa di beberapa kelas baik itu kelas B dan C serta melakukan wawancara singkat dengan guru.



Gambar 2. Pelaksanaan Asesmen Awal

Hasil asesmen awal menunjukkan bahwa setiap siswa memiliki karakteristik dan cara pengajaran yang berbeda. Siswa kelas B berisi siswa dengan tunarungu dan kelas C berisi siswa dengan tunagrahita. Secara umum berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru, siswa kelas B (tunarungu) cenderung kooperatif dan patuh terhadap instruksi guru, mudah diarahkan, lebih cepat memahami pembelajaran melalui visual atau praktik secara langsung, memiliki keterbatasan komunikasi verbal sehingga komunikasi sehari-hari menggunakan bahasa tubuh, ekspresi wajah serta bahasa isyarat. Sedangkan siswa kelas C (tunagrahita) memiliki hambatan pada fungsi intelektual dan perilaku adaptif. Mayoritas siswa kelas C menunjukkan aktivitas motorik yang aktif dan mudah terdistraksi, siswa membutuhkan waktu cukup lama memproses informasi sehingga pembelajaran harus dilakukan pengulangan konsisten agar materi dipahami. Beberapa

siswa baik di kelas B atau C memiliki kesulitan regulasi emosi dan kadang muncul perilaku tantrum di kelas.

Proses asesmen awal dari mulai mengenal lingkungan sekolah dan mengenal karakteristik siswa menjadi bahan dasar rancangan kegiatan yang akan dilaksanakan. Berdasarkan hasil asesmen tersebut disusun beberapa program dengan sasaran siswa dan guru yang sesuai kebutuhan serta secara holistik integratif yang terdiri dari dua bagian yaitu optimalisasi keterampilan adaptif siswa berbasis gamifikasi juga peningkatan kapasitas guru melalui pelatihan *psychological first aid* (PFA).

Optimalisasi Keterampilan Adaptif Siswa Berbasis Gamifikasi

Program kerja yang bertujuan meningkatkan keterampilan adaptif siswa berbasis gamifikasi ini terdiri dari 4 pilar dengan 7 kegiatan yang saling berkesinambungan. Pilar pertama terkait kesiapan perlindungan fisik, mental dan sosial yang terdiri dari dua kegiatan yaitu edukasi “Tubuhku Aman” serta “Sekolah Ramah Tanpa Kekerasan”. Metode pembelajaran yang digunakan dalam dua kegiatan ini selain *storytelling*, tetapi juga berbasis gamifikasi seperti game “zona tubuh aman”, lagu edukasi “kujaga diriku”, video animasi, game menempelkan kartu situasi serta pohon kebaikan. Edukasi “Tubuhku Aman” dilaksanakan kepada siswa SD kelas C dikarenakan masih banyak yang belum memahami bagian tubuh yang privasi dan tidak boleh dipegang sembarangan, selain itu edukasi sejak dini membantu siswa lebih menyayangi tubuhnya dan sebagai bentuk melindungi diri sendiri. Pelaksanaan edukasi “Sekolah Ramah Tanpa Kekerasan” pada siswa SD kelas C dan Siswa SMP kelas B dikarenakan beberapa siswa SMP sering mengejek sesama teman sehingga edukasi tersebut berguna untuk mencegah terjadinya *bullying* serta membangun lingkungan sekolah ramah tanpa kekerasan. Berdasarkan hasil observasi dan pengisian lembar kerja (*worksheet*) setelah kegiatan edukasi “Tubuhku Aman” ditemukan bahwa siswa mampu mengidentifikasi dan membedakan bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain. Selanjutnya, hasil setelah kegiatan edukasi “Sekolah Ramah Tanpa Kekerasan” berdasarkan observasi dan pengerjaan *worksheet* yaitu siswa dapat mengklasifikasikan perilaku baik dan perilaku *bullying* dengan tepat melalui media kartu situasi.



Gambar 3. Game Zona Tubuh Aman dan Pohon Kebaikan

Rancangan aktivitas selanjutnya pada pilar kedua edukasi literasi digital dan etika siber yang terdiri dari dua kegiatan yaitu “Teman Baik di Dunia Digital” serta “Media Sosial Sehat untuk ABK”. Metode pembelajaran yang digunakan dalam dua kegiatan ini yaitu

storytelling terkait etika di dunia digital, game menempelkan stiker pada lembar kerja, belajar mengenal fungsi media sosial, game memilih aktivitas yang aman dan tidak aman di media sosial serta waktu online sehat. Edukasi “Teman Baik di Dunia Digital” dilaksanakan pada siswa SD dan SMP kelas B dikarenakan banyak siswa yang telah menggunakan ponsel sehingga edukasi ini dapat membantu siswa menggunakan ponsel dalam dunia digital dengan baik dan benar. Pelaksanaan edukasi “Media Sosial Sehat untuk ABK” dilaksanakan pada siswa SMP dan SMA kelas C dengan sasaran kelas C yang merupakan lanjutan atau saling berkesinambungan dengan kegiatan sebelumnya untuk membantu siswa menggunakan media sosial dengan baik tanpa merugikan diri sendiri atau pihak lain. Berdasarkan hasil observasi dan pengisian lembar kerja (*worksheet*) setelah kegiatan edukasi “Teman Baik di Dunia Digital” ditemukan bahwa siswa mampu membedakan perilaku yang baik (positif) dan buruk (negatif) saat menggunakan media sosial. Selanjutnya, hasil setelah kegiatan edukasi “Media Sosial Sehat untuk ABK” berdasarkan observasi dan pengerjaan *worksheet* yaitu siswa mampu mengidentifikasi aktivitas yang aman dan risiko bahaya (seperti penipuan atau membagikan data pribadi) di media sosial.



Gambar 4. Edukasi Etika Dunia Digital dan Literasi Media Sosial

Rancangan aktivitas berikutnya pada pilar ketiga “Kenali Budaya Nusantara” yang terdiri dari dua kegiatan yaitu jelajah budaya nusantara dan game monopoli budaya. Metode pembelajaran yang digunakan dalam dua kegiatan ini yaitu *storytelling* terkait keragaman budaya Indonesia melalui peta budaya, game monopoli budaya, dan lembar kerja (*worksheet*) untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terkait beberapa budaya Indonesia. Edukasi jelajah budaya nusantara melalui peta budaya dilaksanakan dengan sasaran siswa SMP kelas B dan C dikarenakan masih banyak siswa yang belum mengenal budaya Indonesia sehingga perlu edukasi ini untuk menumbuhkan rasa cinta dan bangga terhadap budaya Indonesia. Pelaksanaan game monopoli budaya dengan sasaran SMP dan SMA B dan C yang merupakan lanjutan kegiatan sebelumnya yang membantu siswa belajar keragaman budaya Indonesia secara menyenangkan. Berdasarkan hasil observasi dan pengisian lembar kerja (*worksheet*) setelah kegiatan edukasi jelajah budaya nusantara ditemukan bahwa siswa mampu mengidentifikasi dan mencocokkan berbagai ikon budaya daerah ke dalam peta Indonesia dengan antusias. Selanjutnya, hasil setelah kegiatan game monopoli budaya berdasarkan observasi dan pengerjaan *worksheet* yaitu siswa mampu mengenali berbagai budaya di daerah Indonesia secara menyenangkan melalui media monopoli.



Gambar 5. Edukasi Jelajah Budaya Nusantara dan Game Monopoli Budaya

Rancangan aktivitas terakhir pilar keempat yaitu “Sekolah Siaga Bencana” yang terdiri dari dua kegiatan yaitu edukasi pengenalan bencana (sasaran siswa) dan pelatihan *psychological first aid* atau PFA (sasaran guru). Metode pembelajaran yang digunakan dalam kegiatan edukasi pengenalan bencana yaitu *storytelling* berbagai macam bencana menggunakan media poster, menonton video animasi, *roleplay* situasi bencana serta pengerjaan *worksheet*. Edukasi pengenalan bencana dilaksanakan dengan sasaran kelas SMP, SMA baik kelas B dan kelas C dikarenakan masih banyak siswa yang belum memahami jenis-jenis bencana, langkah evakuasi yang penting dipelajari sebagai bentuk perlindungan diri. Berdasarkan hasil observasi dan pengisian lembar kerja (*worksheet*) setelah kegiatan edukasi pengenalan bencana ini ditemukan bahwa siswa mampu mempraktikkan langkah penyelamatan diri dasar darurat bencana (berlindung, evakuasi) melalui *roleplay*.



Gambar 6. Edukasi Pengenalan Bencana dan Roleplay Situasi Bencana

Peningkatan Kapasitas Guru melalui Pelatihan *Psychological First Aid* (PFA)

Pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) sebagai salah satu program kerja mahasiswa magang Psikologi UNNES yang dilaksanakan pada tanggal 12 Mei 2026 di aula sekolah dengan sasaran guru SLB BC Swadaya, Semarang. PFA menjadi dukungan awal untuk membantu dan menguatkan stabilitas psikologis pada individu yang mengalami tekanan emosional (Hidayat et al., 2025). Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan guru dalam menghadapi kondisi kedaruratan psikologis dan krisis emosional pada siswa SLB. Guru menjadi *first responder* atau responder awal dalam memberikan bantuan psikologis kepada siswa yang mengalami kecemasan, kebingungan, tekanan emosional, atau krisis psikologis lain di lingkungan sekolah. Pelatihan ini diawali dengan pengerjaan *pre-test* untuk mengetahui tingkat pemahaman awal guru terkait PFA. Berdasarkan hasil

pre-test, sebagian besar guru belum memahami konsep dasar dan penerapan PFA dalam menghadapi berbagai kondisi psikologis siswa SLB di lingkungan sekolah.



Gambar 7. Pelaksanaan Pre-test

Pelatihan ini dilanjutkan dengan sesi pemaparan materi mengenai PFA yang mencakup konsep dasar, prinsip, langkah penanganan awal, implementasi contoh, dan teknik-teknik sederhana dari PFA dalam situasi kedaruratan psikologis siswa SLB di lingkungan sekolah. Pada sesi ini, guru diberikan pemahaman mengenai cara mengenali kondisi emosional siswa (*Look*), mendengarkan secara empati dan tidak memaksa siswa (*Listen*), serta menghubungkan siswa dengan bantuan atau dukungan yang dibutuhkannya (*Link*). Pelatihan ini disertai dengan sesi praktik dari beberapa teknik sederhana dalam PFA, seperti teknik pernapasan, *butterfly hug*, dan teknik *grounding* sebagai bentuk penanganan awal ketika siswa mengalami kecemasan, kebingungan, tekanan emosional, atau berbagai krisis psikologis. Praktik ini dilakukan oleh guru secara bersama-sama dengan dipandu oleh dua mahasiswa magang. Guru diharapkan mampu untuk memahami konsep PFA dan menerapkannya secara langsung dalam situasi di lingkungan sekolah.



Gambar 8. Penyampaian materi dan Praktik Bersama

Sesi berikutnya adalah simulasi bermain peran (*roleplay*) mengenai penanganan kondisi kedaruratan psikologis pada siswa SLB dengan pendekatan PFA. Pada sesi *roleplay*, dua mahasiswa magang memerankan dua contoh kasus berbeda yang sering dialami siswa di sekolah. Kasus pertama menggambarkan seorang siswa yang merasa cemas dan takut akibat pengalaman traumatis yang pernah dialaminya, yaitu mendengar suara ambulans di jalan dekat sekolah. Kasus kedua menggambarkan siswa yang bingung dan takut

dimarahi oleh ibunya karena kehilangan tempat pensil. Mahasiswa magang memberikan pemahaman kepada guru SLB bagaimana cara mendampingi siswa dari contoh kasus yang telah diberikan, mendengarkan keluhan kesahnya tanpa adanya paksaan, dan menenangkan siswa.



Gambar 9. Simulasi Bermain Peran (Roleplay)

Sesi terakhir adalah sesi *sharing* dan tanya jawab sebagai ruang diskusi interaktif antara guru dan mahasiswa magang mengenai penerapan PFA di lingkungan sekolah. Guru diberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapat, pengalaman, atau berbagai kendala yang sering dihadapi saat menghadapi berbagai kondisi psikologis siswa SLB di sekolah. Mahasiswa magang memberikan tanggapan terhadap permasalahan yang disampaikan oleh guru. Pada akhir kegiatan, guru mengerjakan *post-test* sebagai bentuk evaluasi untuk mengetahui tingkat pemahaman setelah mengikuti pelatihan ini. Hasil *post-test* digunakan untuk mengukur peningkatan kemampuan guru dalam memahami dan menerapkan PFA pada siswa SLB di lingkungan sekolah.



Gambar 10. Pelaksanaan Post-test

Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pemahaman guru terkait *Psychological First Aid* (PFA). Hasil pengukuran *pre-test* dan *post-test* disajikan dalam **Tabel 2**.

Tabel 2. Hasil Pengukuran Pre-test dan Post-test Pemahaman Guru Terkait Psychological First Aid

No.	Aspek yang diukur	Rata-Rata Pre-test	Rata-Rata Post-test	Peningkatan (%)
1	Konsep dasar PFA	52	87	67%
2	Prinsip Look, Listen, dan Link	50	90	80%
3	Teknik penanganan psikologis awal	55	88	60%
4	Kemampuan mengenali kondisi emosional siswa	48	85	77%
5	Penerapan PFA di lingkungan sekolah	53	89	68%

Tabel 2 menunjukkan bahwa seluruh aspek dari materi *Psychological First Aid (PFA)* mengalami peningkatan nilai rata-rata *post-test* dibandingkan dengan *pre-test*. Kegiatan pelatihan PFA yang diberikan dapat meningkatkan pemahaman guru terkait konsep dasar, prinsip *Look, Listen*, dan *Link*, teknik dasar PFA, serta penerapannya dalam penanganan kondisi kedaruratan psikologis dan krisis emosional pada siswa SLB. Hasil *post-test* menunjukkan bahwa guru memahami peran sebagai *first responder* dalam memberikan bantuan psikologis awal pada siswa. Pelatihan yang disertai dengan sesi praktik dan bermain peran (*roleplay*) dapat membantu guru dalam memahami PFA. Pelatihan PFA menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan guru dalam memberikan dukungan psikologis awal pada siswa SLB.

Aspek konsep dasar PFA mengalami peningkatan sebesar 67% setelah pelatihan ini dilaksanakan. Guru mulai memahami konsep dasar, prinsip, langkah penanganan awal, implementasi contoh, dan teknik-teknik sederhana dari PFA. Peningkatan pemahaman ini terlihat dari kemampuan guru dalam mengenali tujuan PFA sebagai bentuk dukungan awal untuk membantu siswa SLB merasa lebih aman, tenang, dan mendapatkan pendampingan yang tepat.

Aspek prinsip *Look, Listen*, dan *Link* mengalami peningkatan sebesar 80%. Guru mulai memahami cara mengenali siswa saat mengalami kondisi kedaruratan psikologis dan krisis emosional di lingkungan sekolah. Guru dapat memahami pentingnya mendengarkan keluhan-kesah siswa secara empati tanpa adanya paksaan atau menghakimi kondisi yang sedang dialami oleh siswa. Guru juga mulai memahami langkah yang tepat dalam memberikan bantuan awal dan menghubungkan siswa dengan dukungan yang sesuai apabila diperlukan penanganan oleh tenaga profesional.

Aspek teknik bantuan psikologis awal mengalami peningkatan sebesar 60%. Aspek ini mulai mengalami peningkatan setelah guru mengikuti sesi praktik bersama selama pelatihan PFA. Guru memahami cara melakukan beberapa teknik sederhana dari PFA, seperti teknik pernapasan, *butterfly hug*, dan teknik *grounding*. Guru juga memahami kapan dan bagaimana teknik-teknik tersebut diterapkan kepada siswa SLB di lingkungan sekolah.

Aspek mengenali kondisi emosional siswa mengalami peningkatan sebesar 77%. Aspek ini mulai mengalami peningkatan pada saat guru memahami dan mengenali kondisi siswa setelah mengikuti pelatihan PFA. Guru juga memahami berbagai tanda yang muncul ketika siswa mulai merasa cemas, panik, bingung, atau berbagai krisis emosional di lingkungan sekolah. Pemahaman ini membantu guru lebih peka terhadap perubahan perilaku, ekspresi, dan respons emosional pada siswa SLB.

Aspek penerapan PFA di lingkungan sekolah mengalami peningkatan sebesar 68%. Aspek ini mengalami peningkatan setelah guru mengikuti pelatihan PFA. Guru sudah mengikuti simulasi bermain peran (*roleplay*) pada dua kasus yang berbeda dan mengikuti sesi praktik teknik sederhana dari PFA secara bersama. Guru memahami cara menghadapi kondisi siswa SLB yang sedang mengalami kondisi kedaruratan psikologis dan krisis emosional dengan sikap yang tenang dan empati. Guru juga memahami cara memberikan pendampingan awal tanpa memaksa siswa untuk bercerita atau menekan kondisi emosionalnya. Melalui sesi bermain peran (*roleplay*) dan praktik bersama, guru menjadi lebih memahami cara menerapkan PFA secara langsung kepada siswa SLB di lingkungan sekolah.

Dengan demikian, hasil pengabdian dalam program MBKM (*Merdeka Belajar Kampus Merdeka*) melalui magang proyek kemanusiaan di SLB BC Swadaya, Semarang menunjukkan bahwa pelatihan dalam program optimalisasi keterampilan adaptif siswa berbasis gamifikasi membantu siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran. Siswa dapat belajar dengan menggunakan berbagai permainan edukatif yang disesuaikan dengan kemampuan siswa berkebutuhan khusus. Pelatihan PFA bagi guru juga menunjukkan hasil yang baik. Pemahaman guru terkait PFA mengalami peningkatan setelah mengikuti pelatihan ini dibandingkan dengan sebelumnya. Pelatihan PFA juga dilaksanakan secara partisipatif antara mahasiswa magang dan guru melalui penyampaian materi, sesi praktik bersama, simulasi bermain peran (*roleplay*), serta sesi *sharing* dan tanya jawab. Kegiatan pengabdian melalui magang proyek kemanusiaan ini diharapkan dapat membantu dalam meningkatkan kemampuan siswa dan kapasitas guru dalam memberikan dukungan psikologis awal kepada siswa SLB di lingkungan sekolah.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian melalui program Magang Proyek Kemanusiaan di SLB BC Swadaya Semarang menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis gamifikasi yang disesuaikan dengan karakteristik siswa tunarungu dan tunagrahita mampu meningkatkan keterampilan adaptif siswa dalam aspek perlindungan diri, literasi digital, keberagaman budaya, dan kesiapsiagaan bencana. Melalui penggunaan media visual, permainan edukatif, *storytelling*, serta *roleplay*, siswa terlihat lebih aktif, antusias, dan lebih mudah memahami materi yang diberikan. Selain itu, pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) yang diberikan kepada guru berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru dalam mengenali kondisi emosional siswa serta memberikan dukungan psikologis awal melalui prinsip *Look, Listen, Link*. Kegiatan ini memberikan manfaat bagi sekolah dalam mendukung penguatan keterampilan adaptif siswa berkebutuhan khusus sekaligus meningkatkan kapasitas guru sebagai pendamping utama siswa di lingkungan sekolah. Hasil kegiatan ini juga menunjukkan bahwa penerapan pendekatan gamifikasi dan pelatihan PFA dapat menjadi strategi yang relevan dalam mendukung proses pendidikan dan kesejahteraan psikologis siswa berkebutuhan khusus. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan pengembangan materi yang lebih beragam, pendampingan yang lebih intensif, serta pelibatan orang tua dan tenaga kependidikan agar manfaat program dapat dirasakan secara lebih optimal dan berkesinambungan.

Ucapan Terimakasih

Kami menyampaikan terima kasih kepada supervisor lapangan di SLB BC Swadaya Semarang, Bapak Sukirman, S.Pd. atas pendampingan dan dukungan selama kegiatan berlangsung. Selain itu, kami turut menyampaikan apresiasi kepada seluruh pihak di SLB BC Swadaya Semarang yang telah memberikan dukungan dan kerja sama sehingga kegiatan pengabdian dapat terlaksana dengan baik.

Referensi

- Agustin, R. D., Zakiah, L., Hasanah, A., Faruqi, M. I., & Maulidina, C. A. (2024). Implementasi pendidikan multikultural pada anak berkebutuhan khusus di sekolah dasar inklusi. *Jurnal Profesi Pendidik*, 9(2), 875–882.
- Al, W. I. H., Sukmanasa, E., & Irdiyansyah, I. (2023). Analisis gaya belajar visual pada siswa tunagrahita kategori sedang. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 7(2), 167–172. <https://doi.org/10.24036/jpkk.v7i2.797>
- Alivia, B., & Hasanah, U. (2023). Regulasi emosi guru kelas dalam menangani anak berkebutuhan khusus. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 7(1), 65–74.
- Amelia, O., Razzaq, A., & Marianti, L. (2023). Studi proses penerimaan diri (*self acceptance*) pada orang tua anak tuna grahita pada klien “A” di SLB Karya Ibu Palembang. *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 1(2).
- Askar, M. F. Q., & Rusmawaty, D. (2025). Peningkatan partisipasi belajar siswa berkebutuhan khusus (*slow learner*) melalui *game-based learning* dan tutor sebaya di kelas X-9 SMA Negeri 16 Samarinda. *Jurnal Inovasi Refleksi Profesi Guru*, 2(2), 42–52. <https://doi.org/10.30872/jirpg.v2i2.5135>
- Buchori, T., & Wulandari, P. Y. (2023). Bullying pada siswi disabilitas intelektual di sekolah dasar Surabaya. *Jurnal Ortopedagogia*, 9(2), 107–111.
- Dicheva, D., Dichev, C., Agre, G., & Angelova, G. (2015). Gamification in education: A systematic mapping study. *Journal of Educational Technology & Society*, 18(3), 75–88.
- Hidayat, L. (2023). Implementasi kerangka aksi mitigasi bencana bagi siswa berkebutuhan khusus di sekolah dasar penyelenggara pendidikan inklusif. *Caruban: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 6(1), 1–15.
- Hidayat, B., & Arief, Y. (2025). Integrasi Psychological First Aid (PFA) dalam pendidikan Indonesia untuk kesehatan mental siswa sebagai remaja. *Journal of Islamic Psychology and Behavioral Sciences*, 3(3), 134–148. <https://doi.org/10.61994/jipbs.v3i3.1125>
- Kapp, K. M. (2012). The gamification of learning and instruction: Game-based methods and strategies for training and education. John Wiley & Sons.
- Kurniawan, Y. I., Yulianti, U. H., Yulianita, N. G., & Faza, M. N. (2022). Gamifikasi media pembelajaran untuk siswa tuna rungu wicara di Sekolah Luar Biasa B Yakut Purwokerto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia (JPMI)*, 2(5), 649–661. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.948>
- Mitchell, D. (2014). What really works in special and inclusive education: Using evidence-based teaching strategies (2nd ed.). Routledge.

- National Child Traumatic Stress Network & National Center for PTSD. (2012). Psychological first aid for schools: Field operations guide (2nd ed.). National Child Traumatic Stress Network.
- Nuraeni, & Endriani, A. (2024). Dukungan psikologis awal bagi anak dan remaja. *Jurnal Dedikasi Madani*, 3(1), 46–51.
- Oktavianti, R. (2023). Mencegah dampak negatif dunia online pada penyandang disabilitas intelektual. *J Serina Abdimas*, 1(1), 362–09.
- Putri, D. N. (2022). *Peran guru dalam mengatasi perundungan sebagai upaya dalam meningkatkan perilaku prososial siswa di Sekolah Menengah Atas Luar Biasa bagian BCD (tuna rungu, tuna grahita, tuna daksa) YPAC Kaliwates Kabupaten Jember* [Skripsi sarjana, Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember]. <https://digilib.uinkhas.ac.id/11125/>
- Rahmiati, D., Handoyo, E., & Waluyo, E. (2025). Peran guru dalam mencegah bullying terhadap siswa berkebutuhan khusus di sekolah. *Action Research Journal Indonesia (ARJI)*, 7(2), 721–752.
- Sanggar, D., Sripanglaras, S., & Sari, L. P. (2021). Pada anak berkebutuhan khusus tunarungu.
- Stringer, E. T. (2014). *Action research* (4th ed.). Sage Publications.
- Telaumbanua, P., & Bu'ulolo, B. (2024). Penerapan metode pembelajaran audio video visual terhadap anak berkebutuhan khusus (ABK). *Indo Green Journal*, 2(2), 138–145.
- UNICEF. (2021, December 3). *Fact sheet: The world's nearly 240 million children living with disabilities are being denied basic rights*. <https://www.unicef.org/turkiye/en/press-releases/fact-sheet-worlds-nearly-240-million-children-living-disabilities-are-being-denied>
- World Health Organization. (2011). *Psychological first aid: Guide for field workers*. World Health Organization.