

SKRIPSI
PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN
***EXERCISES ESCAPE EMOTION* UNTUK MELATIH**
REGULASI EMOSI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
(ABK)



RACHMADILLA REVANA PUTRI
1504620087

PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025

PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN *EXERCISES ESCAPE EMOTION* UNTUK MELATIH REGULASI EMOSI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (ABK)

Rachmadilla Revana Putri

Dosen Pembimbing: Hurriyyatun Kabbaro, S.Si., M.Si., dan Mulyati, M.Si

ABSTRAK

Anak berkebutuhan khusus didefinisikan sebagai anak yang mengalami keterbatasan atau keluarbiasaannya, baik fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang berpengaruh secara signifikan dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain pada umumnya. Regulasi emosi yang buruk dapat berdampak negatif pada perkembangan mereka, baik secara sosial, emosional, maupun akademis. Anak berkebutuhan khusus sering menemukan tantangan dalam regulasi emosi, karena memiliki gangguan perkembangan yang dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk mengelola emosi secara efektif. Tujuan pada penelitian ini untuk mengembangkan media dalam membantu anak berkebutuhan khusus melatih regulasi emosi. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan menggunakan metode *research and development* atau metode penelitian dan pengembangan. Dalam metode ini, peneliti melakukan observasi dan wawancara dalam menentukan permasalahannya. Setelah itu peneliti melakukan perancangan produk yang sesuai dengan permasalahan yang ditemukan dan selanjutnya memberikan rancangan produk tersebut kepada ahli media dan materi untuk divalidasi. Hasil validasi ahli media mencapai 87%, yang menunjukkan bahwa media ini dirancang dengan layak dan sesuai untuk digunakan berdasarkan aspek visual media yang kreatif, inovatif dan interaktif untuk pengguna dengan tampilan ilustrasi yang menarik dan rangkaian yang beragam serta bahasa yang komunikatif. Selain itu, validasi dari ahli materi yang mencapai 82% menunjukkan bahwa konten yang disajikan relevan dan bermanfaat bagi anak berkebutuhan khusus. Uji coba kecil dengan hasil 96% menunjukkan bahwa media ini sangat layak dalam penerapannya di lapangan, serta mendapatkan respons positif dari pengguna. Dengan demikian, media pembelajaran ini dapat dianggap sebagai alat yang layak untuk membantu anak berkebutuhan khusus dalam melatih regulasi emosi mereka melalui pendekatan yang menyenangkan dan interaktif.

Kata Kunci: Anak Berkebutuhan Khusus, Media Pembelajaran, Regulasi Emosi.

Intelligentia - Dignitas

**DEVELOPMENT OF EXERCISES ESCAPE EMOTION LEARNING
MEDIA TO TRAIN EMOTIONAL REGULATION OF CHILDREN WITH
SPECIAL NEEDS**

Rachmadilla Revana Putri

**Academic Adviser: Hurriyyatun Kabbaro, S.Si., M.Si., dan Mulyati,
M.Si**

ABSTRACT

Children with special needs are defined as children who experience limitations or exceptionalities, whether physical, mental-intellectual, social, or emotional, which significantly affect their growth or development compared to typically developing children. Poor emotional regulation can negatively impact their development, both socially, emotionally, and academically. Children with special needs often face challenges in emotional regulation due to developmental disorders that may affect their ability to manage emotions effectively. The aim of this research is to develop media to help children with special needs practice emotional regulation. In this study, the researcher employed the research and development method. In this method, the researcher conducted observations and interviews to identify the problems. After that, the researcher designed a product that addressed the identified issues and subsequently presented the product design to media and content experts for validation. The validation results from the media expert reached 87%, indicating that the media was designed appropriately and suitable for use based on its visual aspects being creative, innovative, and interactive for users, featuring appealing illustrations and diverse sequences, as well as communicative language. Additionally, validation from content experts reached 82%, showing that the content presented is relevant and beneficial for children with special needs. A small-scale trial yielded a result of 96%, indicating that this media is highly suitable for application in the field and received positive feedback from users. Therefore, this learning media can be considered a viable tool to assist children with special needs in practicing their emotional regulation through an enjoyable and interactive approach.

Keywords: *Children with Special Needs, Emotional Regulation, Learning Media.*

Intelligentia - Dignitas

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Judul : Pengembangan Media Pembelajaran *Exercises Escape Emotion* untuk
Melatih Regulasi Emosi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).
Penyusun : Rachmadilla Revana Putri
NIM : 1504620087

Disetujui oleh:

Pembimbing I,



Hurriyyatun Kabbaro, S.Si., M.Si.
NIP 199204252022032008

Pembimbing II,



Mulyati, S.Pd., M.Si.
NIP 197312242024212006

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga



Elmanora, S.Si., M.Si.
NIP 199003082019032019

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Pengembangan Media Pembelajaran *Exercises Escape Emotion* untuk
Melatih Regulasi Emosi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).
Penyusun : Rachmadilla Revana Putri
NIM : 1504620087
Tanggal Ujian : 14 Januari 2025

Disetujui Oleh :

Pembimbing I,



Hurriyyatun Kabbaro, S.Si., M.Si.
NIP 199204252022032008

Pembimbing II,



Mulyati, S.Pd., M.Si.
NIP 197312242024212006

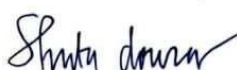
Pengesahan Panitia Ujian Skripsi :

Ketua Penguji,



Maya Oktaviani S.Pd., M.Pd.
NIP 199310272019032030

Anggota Penguji I,



Dr. Shinta Doriza, M.Pd., M.S.E
NIP 197511152006042001

Anggota Penguji II,



Elmanora, S.Si., M.Si.
NIP 199003082019032019

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga



Elmanora, S.Si., M.Si
NIP 199003082019032019

LEMBAR PERNYATAAN

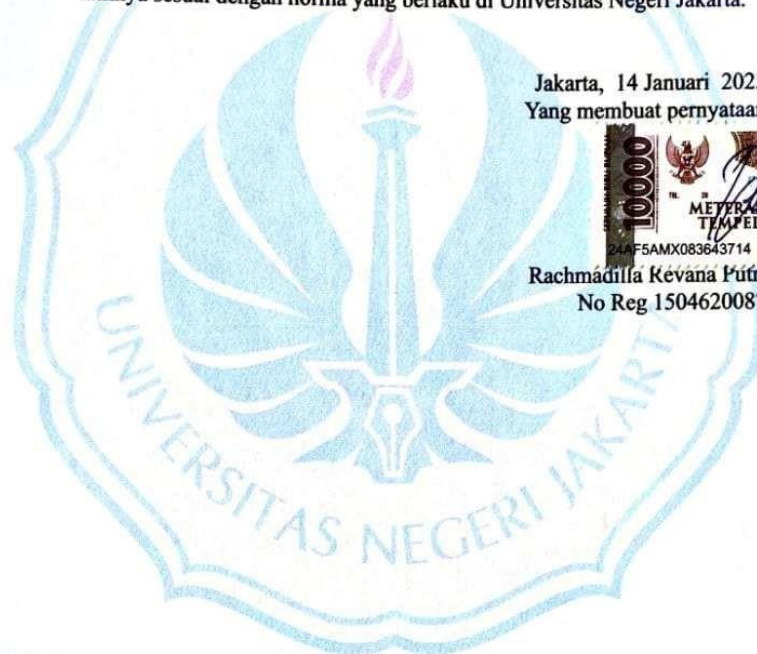
Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi Lain.
2. Skripsi ini belum dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 14 Januari 2025
Yang membuat pernyataan



Rachmadilla Kevana Putri
No Reg 1504620087



Intelligentia - Dignitas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rachmadilla Revana Putri
NIM : 1504620087
Fakultas/Prodi : Fakultas Teknik/Pendidikan Kesejahteraan Keluarga
Alamat email : Rachmadillaarp@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengembangan Media Pembelajaran *Exercises Escape Emotion* untuk Melatih Regulasi Emosi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 26 Februari 2025
Penulis

(Rachmadilla Revana Putri)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Tak lupa pula shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, yang telah menjadi teladan bagi umat manusia.

Skripsi ini merupakan hasil dari perjalanan panjang peneliti dalam mengeksplorasi suatu topik yang kami anggap penting untuk dikaji lebih mendalam. Melalui skripsi dengan judul **"Pengembangan Media Pembelajaran Exercises Escape Emotion untuk Melatih Regulasi Emosi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)"** penulis berharap dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang yang diteliti.

Dalam penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan baik pengajaran, bimbingan, motivasi dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Allah SWT atas rahmatnya yang senantiasa memberikan rahmatnya hingga penulis dapat menyelesaikan skripsinya.
2. Orangtua penulis yang senantiasa memberikan dukungan selama masa pendidikan hingga masa penyelesaian skripsi ini.
3. Elmanora, S.Si., M.Si. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Universitas Negeri Jakarta dan penguji kedua dalam sidang skripsi saya yang memberikan semangat serta motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Hurriyyatun Kabbaro, S.Si., M. Si. selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu di tengah kesibukan beliau memberikan saran dan arahan yang berguna dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Mulyati, M.Si. selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu ditengah kesibukan beliau memberikan saran dan arahan yang berguna dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Dra. Nurlaila Abdullah Mashabi, M.Kes. dan Jaka Marsita, S.Hum., M.Par., selaku ketua penguji dan dosen penguji pada seminar proposal saya yang telah membimbing dan memberi masukan dalam penelitian ini.
7. Vania Zulfa, S.Pd., M.Pd. selaku validator media yang telah bersedia memberikan penilaiannya pada penelitian ini.
8. Reviana Yosinta, S.Psi. selaku validator materi yang telah bersedia memberikan penilaiannya pada penelitian ini.
9. Salsa Belladonna Putri Utami, S.Pd., M.Pd. selaku validator kuesioner pengguna yang telah memberikan penilaiannya dalam penelitian ini.
10. Maya Oktaviani, S.Pd., M.Pd. dan Dr. Shinta Doriza., M.Pd., M.S.E. selaku ketua penguji dan dosen penguji pada sidang skripsi saya yang telah membimbing dan memberi masukan dalam penelitian ini.
11. Seluruh dosen, karyawan, dan keluarga besar Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Universitas Negeri Jakarta.
12. Kepala sekolah dan guru di SLB Makna Bakti yang mengizinkan untuk melakukan penelitian di sana.

13. Teman-teman Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Universitas Negeri Jakarta angkatan 2020.

Sebagai manusia biasa penulis menyadari penyusunan skripsi ini jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki oleh Penulis. Oleh karenanya atas kesalahan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini, Penulis memohon maaf dan bersedia menerima kritikan yang membangun. Terakhir harapan Penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapa saja yang membacanya.

Jakarta, 14 Januari 2025
Penyusun,



(Rachmadilla Revana Putri)
No Reg 1504620087



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Perumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Pengembangan Produk	8
2.1.1 Konsep Metode <i>Research and Development</i>	8
2.2 Konsep Produk yang Dikembangkan.....	10
2.2.1 Kajian Media Pembelajaran	10
2.2.1.1 Pengertian Media Pembelajaran ABK	10
2.2.1.2 Fungsi Media Pembelajaran	11
2.2.1.3 Jenis-Jenis Media Pembelajaran	11
2.2.2 Kajian Media Permainan.....	12
2.2.2.1 Pengertian Permainan	12
2.2.2.2 Media Permainan <i>Exercises Escape Emotion</i> Berbais <i>Puzzle</i>	13
2.2.3 Kajian Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)	14
2.2.3.1 Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).....	14
2.2.3.2 Jenis-Jenis ABK	15
2.2.4 Kajian Regulasi Emosi.....	18
2.2.4.1 Regulasi Emosi	18
2.2.4.2 Aspek-Aspek Regulasi Emosi.....	19
2.2.4.3 Proses Regulasi Emosi	20
2.3 Penelitian Relevan	24
2.4 Kerangka Teoritik	27
2.5 Rancangan Produk	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	30
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
3.2 Metode Pengembangan Produk	30
3.2.1 Tujuan Pengembangan	30
3.2.2 Metode Pengembangan	30
3.2.3 Sasaran Produk.....	31
3.2.4 Instrumen	31
3.3 Prosedur Pengembangan	36

3.3.1 Tahap Penelitian dan Pengumpulan Informasi.....	36
3.3.2 Tahap Perencanaan.....	37
3.3.3 Uji Coba Ahli Media dan Ahli Materi.....	38
3.3.3.1 Ahli Materi.....	38
3.3.3.2 Ahli Media.....	38
3.3.4 Uji Coba Perorangan (<i>One to One</i>).....	39
3.3.5 Uji Coba Kelompok Kecil (<i>Small Group</i>).....	39
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	39
3.5 Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV.....	41
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1 Hasil Pengembangan Produk.....	41
4.1.1 Tahap Analisis.....	41
4.1.2 Tahap Desain.....	42
4.1.3 Tahap Pengembangan.....	44
4.2 Kelayakan Produk (Teoritik dan Empiris).....	51
4.2.1 Uji Ahli Media.....	52
4.2.2 Uji Ahli Materi.....	58
4.2.3 Uji Angket Pengguna.....	59
4.2.3 Uji Perorangan atau <i>One to One</i>	61
4.3 Pembahasan.....	63
4.4 Kelebihan dan Kekurangan.....	68
BAB V.....	71
KESIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	71
5.1 Kesimpulan.....	71
5.2 Implikasi.....	71
5.3 Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	74
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	102

Intelligentia - Dignitas