

## Intervensi Untuk Melatih *Social Skill* Pada Individu Dengan Disabilitas Intelektual: *Literature Review*

Larashati<sup>1</sup>, Iftita Rahmi<sup>2</sup>, Yuha Ilayya<sup>3</sup>, Widya Maharani<sup>4</sup>, Reihan Luthviansyah Adhani<sup>5</sup>  
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang<sup>1,2,3,4</sup>  
Email: [darashati@gmail.com](mailto:darashati@gmail.com)

### Informasi

### Abstract

Volume : 3  
Nomor : 5  
Bulan : Mei  
Tahun : 2026  
E-ISSN : 3062-9624

*Intellectual disability is characterized by significant limitations in intellectual functioning and adaptive behavior that manifest before the age of 18. One of the main challenges faced by individuals with intellectual disabilities is difficulty in developing social skills, which affects their ability to interact, build relationships, and adapt to social environments. This study aims to identify and analyze various forms of effective interventions to improve social skills in individuals with mild intellectual disabilities. The method used is a systematic literature review of nine scientific articles selected from the Google Scholar and Semantic Scholar databases, with a publication range from 2015 to 2025. The results of the review indicate that various intervention approaches have proven effective, including Behavioral Social Skill Training (BSST), play therapy, video modeling, the use of mobile applications, peer-mediated interventions, inclusive learning environments, and psychodrama training. All of these approaches rely on the principles of positive reinforcement, modeling, and repeated practice to shape adaptive social behavior. Although their effectiveness has been demonstrated, the implementation of these interventions still faces challenges, such as difficulties in generalizing skills to real-life situations, limited resources, and variations in participants' motivation and engagement. These findings highlight the importance of employing diverse, personalized intervention approaches and involving the active roles of families and teachers to achieve optimal outcomes. This study is expected to serve as a foundation for developing more flexible and contextual social intervention models in Indonesia.*

**Keyword:** *mild intellectual disability, social skills, social intervention, systematic literature review*

### Abstrak

*Disabilitas intelektual ditandai oleh keterbatasan signifikan pada fungsi intelektual dan perilaku adaptif yang muncul sebelum usia 18 tahun. Salah satu tantangan utama yang dihadapi individu dengan disabilitas intelektual adalah hambatan dalam pengembangan keterampilan sosial, yang berdampak pada kemampuan mereka untuk berinteraksi, membangun relasi, dan beradaptasi di lingkungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis berbagai bentuk intervensi yang efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial pada individu dengan disabilitas intelektual ringan. Metode yang digunakan adalah systematic literature review terhadap 9 artikel ilmiah yang dipilih dari database Google Scholar dan Semantic Scholar, dengan rentang tahun publikasi 2015–2025. Hasil review menunjukkan bahwa berbagai pendekatan intervensi terbukti efektif, meliputi Behavioral Social Skill Training (BSST), terapi bermain, video modeling, penggunaan aplikasi mobile, peer-mediated intervention, lingkungan belajar inklusif, dan pelatihan psikodrama. Seluruh pendekatan tersebut mengandalkan prinsip penguatan positif, modeling, dan latihan berulang untuk membentuk perilaku sosial yang adaptif. Meskipun efektivitasnya telah terbukti, implementasi intervensi masih menghadapi tantangan berupa sulitnya generalisasi keterampilan ke situasi nyata, keterbatasan sumber daya, serta*

*variasi motivasi dan keterlibatan peserta. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan intervensi yang variatif, terpersonalisasi, dan melibatkan peran aktif keluarga serta guru guna mencapai hasil yang optimal. Studi ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi pengembangan model intervensi sosial yang lebih fleksibel dan kontekstual di Indonesia.*

**Kata Kunci:** *disabilitas intelektual ringan, keterampilan sosial, intervensi sosial, systematic literature review*

## A. PENDAHULUAN

Disabilitas intelektual merupakan karakter disabilitas yang secara signifikan terbatas pada fungsi intelektual dan perilaku adaptif sebelum usia 18 tahun. Sejalan dengan hal tersebut Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder V juga menjelaskan bahwa untuk menegakan diagnosa disabilitas intelektual, ada tiga kriteria yang harus dipenuhi yaitu mengalami defisit fungsi intelektual yang dikonfirmasi baik dengan asesmen klinis serta tes intelegensi yang terstandar, lalu mengalami defisit fungsi adaptif dalam tiga domain yaitu domain konseptual, sosial, dan praktikal, serta munculnya defisit ini selama periode perkembangan (Hallahan et al., 2014).

The American Psychiatric Assosiation dan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder V mengklasifikasikan disabilitas intelektual dalam beberapa tingkatan yaitu disabilitas intelektual ringan, disabilitas intelektual sedang, disabilitas intelektual berat, dan disabilitas intelektual parah berdasarkan penggolongna defisit tiga domain yaitu, domain konseptual, domain sosial, dan domain praktikal. Permasalahan pada domain konseptual individu dengan disabilitas intelektual ringan yaitu kesulitan dalam pembelajaran akademik yang tidak sesuai dengan usianya, pada domain sosial individu tidak matang dalam interaksi sosial, pemahaman yang terbatas pada resiko dalam situasi sosial, penilaian sosial serta pada domain praktikal, individu dengan disabilitas intelektual ringan mereka memerlukan beberapa bantuan untuk melaksanakan tugas sehar-hari yang rumit jika dibandingkan dengan anak seusianya (APA, 2013).

Salah satu tantangan utama yang dihadapi individu dengan disabilitas intelektual adalah keterlambatan dalam perkembangan keterampilan sosial. Keterampilan sosial adalah kemampuan untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain, seperti berbagi, bergantian, dan mengikuti pembicaraan tanpa memotong. Keterampilan ini sangat penting untuk membentuk dan mempertahankan hubungan dengan orang lain, serta untuk diterima dalam lingkungan sosial.

Menurut Amran dkk. (2020), Hambatan dalam keterampilan sosial pada individu dengan disabilitas intelektual sering kali disebabkan oleh keterbatasan kognitif yang mempengaruhi

kemampuan mereka dalam memahami dan menyesuaikan perilaku sesuai dengan situasi sosial tertentu. Akibatnya, mereka cenderung mengalami kesulitan dalam membangun persahabatan, berpartisipasi dalam aktivitas kelompok, dan seringkali merasa terisolasi dari lingkungan sekitarnya. Penelitian menunjukkan bahwa anak dengan keterampilan sosial yang rendah lebih berisiko mengalami penolakan, kegagalan sosial, dan kurangnya keterlibatan dalam aktivitas sosial.

Keterampilan sosial bukanlah kemampuan yang dibawa sejak lahir, melainkan dipelajari melalui interaksi dengan orang tua, teman sebaya, dan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, peran lingkungan sangat penting dalam membantu individu dengan disabilitas intelektual mengembangkan keterampilan sosial yang dibutuhkan untuk beradaptasi dan mandiri. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah melalui intervensi terstruktur yang bertujuan untuk melatih dan memperkuat perilaku sosial yang adaptif. Berbagai metode intervensi telah dikembangkan untuk meningkatkan keterampilan sosial pada individu dengan disabilitas intelektual, seperti pelatihan keterampilan sosial, bimbingan sosial, dan pendampingan sosial di sekolah atau lembaga sosial. Bimbingan sosial, misalnya, bertujuan untuk membantu individu mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosialnya, mengembangkan kemampuan komunikasi, menerima dan menyampaikan pendapat, serta meningkatkan kreativitas dan produktivitas (Muhiith, 2021).

Pelaksanaan intervensi sosial di sekolah luar biasa (SLB) atau lembaga sosial lainnya menunjukkan bahwa individu dengan disabilitas intelektual mampu menerima dan mempelajari keterampilan baru, meskipun prosesnya lebih lambat dibandingkan anak normal. Bimbingan sosial yang diberikan secara konsisten dapat membantu mereka mengembangkan pemahaman dan keterampilan berinteraksi sosial, serta memecahkan masalah-masalah sosial yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Namun, pelaksanaan intervensi sosial juga menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan sumber daya, kurangnya dukungan keluarga, dan rendahnya motivasi individu untuk berpartisipasi dalam program pelatihan. Selain itu, generalisasi keterampilan sosial yang telah dipelajari ke dalam situasi nyata sering menjadi kendala, sehingga diperlukan pendekatan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan (Rahmawati, 2021).

Pentingnya pengembangan keterampilan sosial melalui intervensi pada individu dengan disabilitas intelektual tidak hanya untuk meningkatkan fungsi sosial mereka, tetapi juga untuk mendukung kemandirian dan kualitas hidup secara keseluruhan. Intervensi yang efektif dapat membantu mereka mengurangi ketergantungan pada orang lain, meningkatkan rasa percaya

diri, serta memperluas kesempatan untuk berpartisipasi dalam masyarakat. Oleh karena itu, penelitian dan pengembangan intervensi sosial yang berbasis bukti sangat diperlukan untuk memastikan bahwa individu dengan disabilitas intelektual mendapatkan dukungan yang optimal dalam mengembangkan keterampilan sosialnya. Kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan masyarakat menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung bagi mereka.

## **B. METODE PENELITIAN**

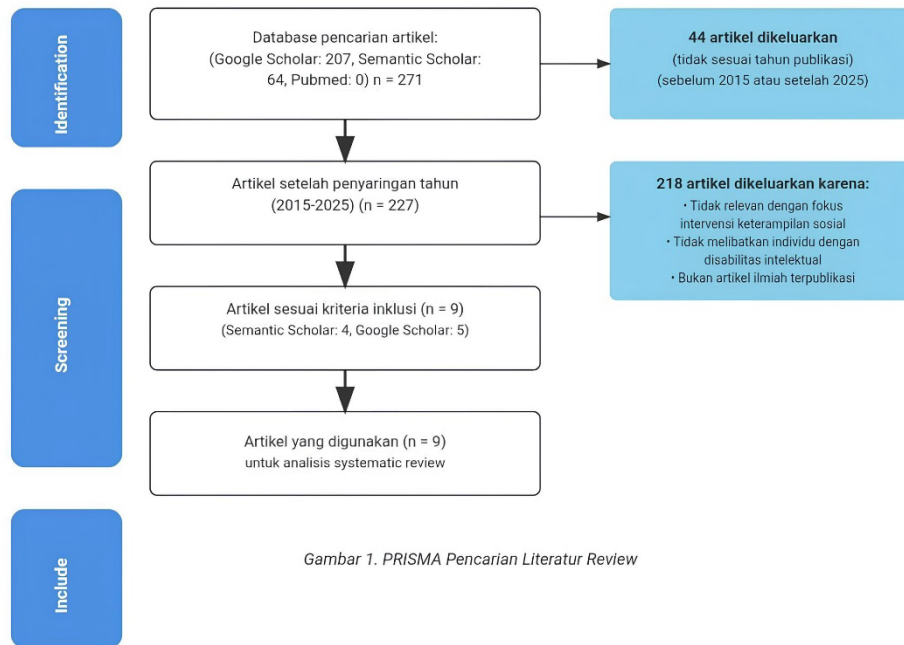
Penelitian ini menggunakan metode literature review sistematis untuk mengidentifikasi dan menganalisis studi-studi yang relevan mengenai intervensi untuk melatih keterampilan sosial (social skills) pada individu dengan disabilitas intelektual ringan. Pendekatan ini dipilih guna mengumpulkan bukti-bukti empiris dari berbagai penelitian sebelumnya yang dapat memberikan gambaran mengenai efektivitas intervensi tersebut dalam konteks pendidikan dan psikologi.

Pencarian literatur dilakukan pada bulan April 2025 menggunakan dua database utama, yaitu Google Scholar dan Semantic Scholar. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian mencakup kombinasi istilah dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris, yakni “social skills intervention”, “social skills strategies”, “intervensi sosial skill”, “keterampilan sosial”, “intellectual disability”, dan “disabilitas intelektual” Proses pencarian awal menghasilkan total 271 artikel, terdiri dari 64 artikel dari Semantic Scholar dan 207 artikel dari Google Scholar. Selanjutnya, dilakukan pembatasan terhadap rentang tahun publikasi, yakni hanya mencakup artikel yang diterbitkan dalam kurun waktu 2015 hingga 2025. Setelah penyaringan berdasarkan tahun, jumlah artikel tersisa sebanyak 227 artikel (50 dari Semantic Scholar dan 177 dari Google Scholar).

Tahap selanjutnya adalah screening abstrak dan jenis dokumen. Artikel yang tidak relevan dengan fokus penelitian, tidak membahas intervensi keterampilan sosial secara langsung, atau tidak melibatkan individu dengan disabilitas intelektual ringan, dikeluarkan. Begitu pula dengan artikel yang berupa skripsi, tesis, disertasi, atau buku—karena tidak memenuhi syarat sebagai artikel ilmiah terpublikasi. Setelah proses seleksi tersebut, diperoleh sebanyak 9 artikel yang dinilai layak dan relevan untuk dianalisis lebih lanjut. Artikel-artikel ini terdiri dari 4 artikel dari Semantic Scholar dan 5 artikel dari Google Scholar.

Artikel yang telah terpilih kemudian dianalisis secara mendalam untuk meninjau jenis intervensi keterampilan sosial yang digunakan, desain eksperimen yang diterapkan, serta hasil

pengaruhnya terhadap peningkatan keterampilan sosial pada individu dengan disabilitas intelektual ringan.



Gambar 1. PRISMA Pencarian Literatur Review

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dengan mempertimbangkan reputasi pengindeks, penerbit, dan keberlanjutan data, 9 artikel berikut telah diidentifikasi sebagai artikel rujukan berdasarkan penelusuran mesin pencarian :

Table 1. List of articles used in reviews

No	Author(year)	Judul	Journal	Place	Method	Hasil
1	Syarifah Rachmedi Amran,Iwan Wahyu Widayat (2020)	Pengaruh Behavioral Social Skill Training dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial pada Anak Disabilitas Intelektual Ringan	Psikostudia: Jurnal Psikologi	Indonesia	Single subject experimental	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah pemberian intervensi selama 10 sesi, terjadinya peningkatan keterampilan sosial subjek yang ditandai dengan meningkatnya skor hasil pengukuran dari Social Skill Improvement System

						(SSIS). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa Behavioral Social Skill Training dapat meningkatkan keterampilan sosial anak disabilitas intelektual ringan.
2	Puspasari, K. D. (2019)	Teknik Modelling Simbolik dan Reinforcement Positif untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial pada Anak Intellectual Disability	PROCEDIA Studi Kasus dan Intervensi Psikologi	Malang	Studi kasus	Terapi berhasil meningkatkan keterampilan sosial subjek, termasuk kemampuan berbicara dengan lebih jelas, mengajak teman berbicara, dan mengatur nada bicara sesuai situasi. Subjek menunjukkan perubahan positif dalam interaksi sosial.
3	Linsiya, R. W., & Kismawiyati, R. (2023)	Terapi Bermain Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial pada Anak Disabilitas Intelektual Ringan	Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas	Jember	Studi kasus	Terapi bermain kelompok efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial anak dengan disabilitas intelektual ringan, yang terlihat dari peningkatan interaksi dengan teman sebaya dan partisipasi dalam kegiatan bermain.
4	Ekayamti, E., Margono, H. M., & Nihayati, H. E. (2020)	Peningkatan Keterampilan Sosial dan Harga Diri Remaja Retardasi Mental Ringan melalui Modeling Partisipan Teman Sebaya	Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar	Surabaya	Eksperimen Pre-Post Kontrol	Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan sosial dan harga diri pada kelompok intervensi

						dibandingkan dengan kelompok kontrol.
5	Akhiriyan, R., & Dkk. (2020)	Pengaruh Terapi Bermain Puzzle terhadap Tingkat Perkembangan Sosial pada Anak Retardasi Mental	Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar	Makassar	Quasi Eksperimen One-Group Pretest-Posttest	Terapi bermain puzzle menunjukkan peningkatan signifikan dalam perkembangan sosial anak, dengan p value 0,011, yang mengindikasikan bahwa terapi efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial.
6	Al-Hadi Al-Qahtani, H. H., & Al-Juda, M. Q. (2018)	Development of Social Skills with an Intellectual Disability Using Mobile Application	American Journal of Educational Research	Arab Saudi	Quasi-eksperimental (pretest-posttest control group design) dengan tindak lanjut (follow-up).	Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan komunikasi dan perilaku siswa dengan disabilitas intelektual, dengan nilai p < 0,05, yang menunjukkan bahwa aplikasi mobile efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial.
7	Bagnariol, S. (2022)	Construction of an Inclusive Learning Environment: Towards a New Ecological Class	American Journal of Educational Research	Italia	Eksperimen dua kelompok (kelompok eksperimen vs. kelompok kontrol)	Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan sosial dan akademik siswa dengan disabilitas intelektual, serta peningkatan popularitas di kalangan teman sebaya setelah intervensi.
8	Garrels, V., & Palmer, S. B. (2022).	Student-Directed Learning: A Catalyst for Academic Achievement and Self-Determination	Quarterly Journal of Child Mental Health	Iran	single-case experimental design	Hasil menunjukkan pelatihan psychodrama meningkatkan penyesuaian emosional,

		for Students with Intellectual Disability?				sosial, dan pendidikan anak-anak dengan disabilitas intelektual ringan, dengan nilai $p < 0,001$ , menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol.
9	Taher, M. (2022)	The Effectiveness of Psychodrama Training on Adjustment of Children with Mild Intellectual Disability	Quarterly Journal of Child Mental Health	Shahrood Branch, Islamic Azad University	kuasi-eksperimental dengan desain pretest-posttest dan kelompok kontrol. intervens	Hasil menunjukkan bahwa pelatihan psychodrama meningkatkan penyesuaian emosional, sosial, dan pendidikan pada anak dengan disabilitas intelektual ringan, dengan nilai $p < 0,001$ , menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol

**PEMBAHASAN**

Berbagai jenis intervensi terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial pada anak dengan disabilitas intelektual, sebagaimana ditunjukkan dalam hasil systematic literature review ini. Penelitian-penelitian terdahulu juga menekankan bahwa keterampilan sosial merupakan kemampuan yang dapat dipelajari melalui pendekatan yang terstruktur. Salah satu pendekatan yang menonjol adalah Behavioral Social Skill Training (BSST), yang menurut Amran et al. (2020), berhasil meningkatkan keterampilan sosial anak dengan disabilitas intelektual ringan secara signifikan. Melalui desain eksperimental subjek tunggal A-B-A, ditemukan bahwa penerapan prinsip-prinsip pembelajaran perilaku seperti penguatan positif, modeling, dan latihan berulang dapat menghasilkan perubahan perilaku yang konsisten dan terukur, yang sangat penting mengingat keterbatasan kognitif anak-anak dengan disabilitas intelektual. Selain itu, terapi bermain juga menunjukkan hasil yang positif, baik dalam bentuk kelompok seperti yang ditemukan oleh Linsiya & Kismawiyati (2023), maupun dalam bentuk permainan puzzle seperti yang ditunjukkan oleh Akhiriyani et al. (2020). Terapi bermain

memberikan konteks yang alami dan menyenangkan bagi anak untuk belajar berbagai keterampilan sosial seperti berbagi, bergiliran, dan bekerja sama, yang cenderung lebih mudah diterima dibandingkan dengan metode pembelajaran yang formal.

Pendekatan lainnya, seperti video modeling yang dikombinasikan dengan penguatan positif, juga terbukti efektif dalam meningkatkan komunikasi verbal, empati, dan interaksi sosial (Puspasari, 2018). Keunggulan video modeling terletak pada konsistensi penyajian model perilaku yang dapat diputar ulang sesuai kebutuhan, memfasilitasi anak-anak dengan kebutuhan khusus yang memerlukan repetisi visual untuk belajar secara optimal. Di sisi lain, kemajuan teknologi juga telah memberikan peluang baru dalam intervensi keterampilan sosial. Penelitian Al-Qahtani & Al-Juda (2018) menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi mobile secara signifikan dapat meningkatkan keterampilan komunikasi dan perilaku sosial, dengan kelebihan dalam hal aksesibilitas, interaktivitas, dan konsistensi umpan balik. Selain itu, intervensi berbasis peer-mediated dan penerapan lingkungan belajar inklusif juga terbukti efektif. Ekayamti et al. (2020) menemukan bahwa keterlibatan teman sebaya meningkatkan keterampilan sosial dan harga diri, sementara Bagnariol (2022) menunjukkan bahwa pendekatan ekologis dalam lingkungan inklusif berkontribusi pada peningkatan keterlibatan sosial dan popularitas di kalangan teman sebaya. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan teman sebaya sebagai model yang mudah diidentifikasi berperan penting dalam membantu anak menggeneralisasikan keterampilan sosial ke situasi nyata.

Lebih jauh lagi, pendekatan intervensi psikodrama juga memberikan hasil positif, sebagaimana ditunjukkan oleh Garrels & Palmer (2022) dan Taher (2022), yang mencatat peningkatan signifikan dalam penyesuaian emosional, sosial, dan akademik. Psikodrama memberikan kesempatan bagi anak untuk mengeksplorasi peran-peran sosial dalam lingkungan yang aman, menggunakan metode experiential learning yang memungkinkan pembelajaran melalui pengalaman langsung dan eksplorasi emosi. Keberhasilan intervensi-intervensi ini tidak lepas dari berbagai faktor pendukung, seperti intensitas dan durasi intervensi, yang memengaruhi tingkat keberhasilan pelatihan keterampilan sosial. Anak dengan disabilitas intelektual memerlukan waktu dan repetisi lebih banyak untuk menginternalisasi keterampilan baru, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian-penelitian yang menggunakan sesi intervensi berulang. Di samping itu, pentingnya individualisasi intervensi menjadi krusial, mengingat setiap anak memiliki karakteristik dan kebutuhan yang unik. Desain penelitian subjek tunggal memungkinkan penyesuaian strategi intervensi yang lebih tepat sasaran. Keterlibatan lingkungan, baik dari keluarga, guru, maupun teman sebaya,

juga sangat berpengaruh dalam mendukung proses pembelajaran dan penerapan keterampilan sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Meskipun berbagai intervensi telah menunjukkan efektivitas, beberapa tantangan tetap ada dalam implementasinya. Generalisasi keterampilan masih menjadi hambatan besar, di mana keterampilan yang dipelajari dalam sesi intervensi belum tentu terbawa dalam situasi kehidupan nyata. Selain itu, keterbatasan sumber daya, baik dari segi tenaga profesional, fasilitas, maupun waktu, menjadi kendala dalam menjalankan program intervensi yang optimal, terutama di daerah dengan keterbatasan akses. Motivasi dan keterlibatan anak juga menjadi faktor penting, mengingat anak dengan disabilitas intelektual cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus dan partisipasi aktif, sehingga metode intervensi perlu dirancang semenarik dan seinteraktif mungkin. Temuan dalam review ini membawa sejumlah implikasi penting bagi praktik dan penelitian ke depan. Praktisi didorong untuk mengombinasikan berbagai pendekatan intervensi, memanfaatkan teknologi sebagai pelengkap, serta membangun lingkungan inklusif yang melibatkan teman sebaya. Penilaian komprehensif terhadap kebutuhan individu juga perlu dilakukan sebelum menentukan strategi intervensi yang akan digunakan.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi untuk meningkatkan keterampilan sosial pada individu dengan disabilitas intelektual ringan dapat dilakukan melalui pendekatan yang variatif dan terintegrasi. Pendekatan-pendekatan tersebut mencakup teknik psikososial, penggunaan media audiovisual, video modeling, hingga pelatihan keterampilan sosial berbasis roleplaying dan reinforcement.

Pratama (2022) mengemukakan bahwa bimbingan psikososial merupakan salah satu metode yang efektif dalam membentuk keterampilan sosial penyandang disabilitas intelektual. Melalui pendekatan terapi perilaku, emosi, dan kognitif yang dilaksanakan secara terstruktur, peserta intervensi mengalami perubahan signifikan dalam hal keterbukaan sosial, kemampuan menerima kritik, serta menjalin interaksi sosial secara lebih adaptif. Bimbingan ini terbukti memberikan ruang bagi penyandang disabilitas untuk mengeksplorasi diri dan mengembangkan respon sosial yang lebih sehat.

Sementara itu, Hidayat, Erwansyah, dan Purwacaraka (2023) menekankan pentingnya media video edukatif dalam terapi bermain. Mereka mengimplementasikan metode ini pada anak-anak disabilitas intelektual di SLB C Kabupaten Tulungagung. Anak-anak mengikuti video tutorial origami sebagai sarana untuk melatih fokus, kerja sama, komunikasi, serta penghargaan terhadap orang lain. Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan skor

keterampilan sosial dibandingkan sebelum intervensi dilakukan, yang menandakan efektivitas pendekatan berbasis audio-visual yang interaktif.

Penelitian lainnya oleh Andreas (2020) menunjukkan bahwa video modeling juga efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial anak dengan disabilitas intelektual ringan. Dalam desain A-B-A yang digunakan, perilaku sosial seperti berbagi, bekerjasama, dan sabar menunggu giliran menunjukkan peningkatan signifikan. Metode ini memungkinkan anak belajar dengan mengamati tayangan model perilaku positif yang kemudian ditiru dan diaplikasikan dalam konteks nyata. Hasil analisis Wilcoxon Signed Rank menunjukkan  $p < 0,05$ , membuktikan bahwa video modeling berkontribusi positif dalam perkembangan sosial anak.

Lebih lanjut, Azzahra (2020) menerapkan social skill training berbasis modeling, roleplaying, performance feedback, dan transfer training pada anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) level ringan. Intervensi yang menasar perilaku seperti menyapa dan bersalaman dilakukan secara bertahap dan terbukti meningkatkan inisiatif subjek untuk berinteraksi. Dukungan dari guru dan orang tua menjadi aspek penting dalam menjaga keberlanjutan perubahan perilaku sosial anak pasca intervensi. Pendekatan ini menunjukkan bahwa pelatihan keterampilan sosial bukan hanya efektif, tetapi juga dapat ditanamkan melalui pengulangan dan pembiasaan yang konsisten.

Tambahan dari penelitian oleh Syarifah dan Iwan (2020) menunjukkan bahwa Behavioral Social Skill Training (BSST) juga mampu memberikan hasil positif. Dengan teknik reinforcement, modeling langsung, dan latihan intensif, subjek (anak dengan disabilitas intelektual ringan) menunjukkan peningkatan signifikan dalam menyapa, mempertahankan kontak mata, dan merespons sosial dengan lebih tepat. Intervensi ini menekankan pentingnya keterlibatan aktif guru dan orang tua dalam penguatan perilaku sehari-hari.

Secara keseluruhan, kelima studi tersebut memberikan gambaran menyeluruh bahwa intervensi terhadap keterampilan sosial individu dengan disabilitas ringan dapat dilakukan secara efektif melalui pendekatan berbasis edukasi, visualisasi, dan sosial interaktif. Setiap metode memiliki kekuatan tersendiri, namun kesamaan dari seluruh pendekatan adalah pentingnya keterlibatan lingkungan terdekat—seperti guru dan orang tua—serta konsistensi dalam pelatihan agar perilaku sosial yang adaptif dapat terbentuk dan dipertahankan.

#### **D. KESIMPULAN**

Intervensi keterampilan sosial terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan interaksi sosial individu dengan disabilitas intelektual. Pendekatan seperti Behavioral Social

Skill Training, terapi bermain, video modeling, aplikasi mobile, dan psikodrama mampu membentuk perilaku sosial adaptif melalui penguatan positif, modeling, dan latihan berulang. Intervensi berbasis teknologi dan dukungan dari teman sebaya serta lingkungan inklusif juga berkontribusi besar terhadap peningkatan empati, komunikasi verbal, dan harga diri. Meskipun efektivitasnya tinggi, implementasi intervensi ini menghadapi tantangan dalam generalisasi keterampilan ke situasi nyata, keterbatasan sumber daya, dan keterlibatan peserta. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan intervensi yang variatif, terintegrasi, dan disesuaikan dengan kebutuhan individu serta melibatkan peran aktif keluarga dan guru untuk mencapai hasil yang optimal. Studi ini menjadi landasan penting bagi pengembangan model intervensi sosial yang lebih fleksibel, berkelanjutan, dan kontekstual di Indonesia.

#### **E. DAFTAR PUSTAKA**

- Akhiriyanto, A. Y. (2017). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Tingkat Perkembangan Sosial Pada Anak Retardasi Mental Di Slb N Kabupaten Rembang (Doctoral Dissertation, Universitas Widya Husada Semarang).
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders: Dsm-5*. American Psychiatric Association.
- Amran, S. R., & Widayat, I. W. (2020). Pengaruh Behavioral Social Skill Training Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Pada Anak Disabilitas Intelektual Ringan. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(1), 74-81.
- Andreas, R. (2020). Penerapan Metode Video Modeling Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Pada Anak Dengan Disabilitas Intelektual (Tesis Magister). Universitas Katolik Soegijapranata.
- Al-Qahtani, H. H. A., & Al-Juda, M. Q. (2018). Development Of Social Skills With An Intellectual Disability Using Mobile Application. *American Journal Of Educational Research*, 6(1), 1-10.
- Azzahra, F. (2020). Meningkatkan Keterampilan Sosial Dengan Social Skill Training Pada Anak Autis. *Procedia Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 8(1), 26-36. <https://doi.org/10.22219/procedia.v4i1.11964>
- Bagnariol, S. (2015). Construction Of An Inclusive Learning Environment: Towards A New Ecological Class. *American Journal Of Educational Research*, 3(8), 1005-1009.
- Ekayamti, E. (2020). Peningkatan Keterampilan Sosial Dan Harga Diri Remaja Retardasi Mental Ringan Melalui Modeling Partisipan Teman Sebaya. *Media Keperawatan*, 11(1), 43-50.

- Fuji Rahmawati, N. I. M. (2021). Pendampingan Sosial Terhadap Penyandang Disabilitas Intelektual Dalam Meningkatkan Kecakapan Hidup (Life Skills)(Studi Kasus Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Orsos Rumah Kasih Sayang Desa Krebet Jambon Ponorogo) (Doctoral Dissertation, Sunan Kalijaga Yogyakarta).
- Garrels, V., & Palmer, S. B. (2019). Student-Directed Learning: A Catalyst For Academic Achievement And Self-Determination For Students With Intellectual Disability? *Exceptionality Education International*, 29(2), 6–26.
- Hallahan, D. P., Kauffman, J. M., Pullen, P. C. (2014) *Exceptional Learners An Introduction To Special Education* (12th Eds). United States Of America: Pearson.
- Hidayat, S. A., Erwansyah, R. A., & Purwacaraka, M. (2023). Edukasi Terapi Bermain Dengan Metode Video Pada Anak Disabilitas Intelektual Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial. *Lambung Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(2), 335–342. <https://doi.org/10.36312/Linov.V8i2.1267>
- Linsiya, R. W., & Kismawiyati, R. (2023). Terapi Bermain Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Pada Anak Disabilitas Intelektual Ringan: Sebuah Studi Kasus. *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 19(1), 163-171.
- Muhiith, T. A. (2021). *Perkembangan Karier Individu Dengan Gangguan Intelektual Ringan Alumni Smalb Setya Darma*
- Pratama, R. (2022). *Bimbingan Psikososial Dalam Membentuk Keterampilan Sosial Penyandang Disabilitas Intelektual Di Sentra Terpadu Kartini Temanggung (Skripsi Sarjana)*. Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Puspasari, K. D. (2018). Teknik Modelling Simbolik Dan Reinforcement Positif Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Pada Anak Intellectual Disability. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 6(2), 46-53.
- Taher, M. (2021). The Effectiveness Of Psychodrama Training On Adjustment Of Children With Mild Intellectual Disability. *Quarterly Journal Of Child Mental Health*, 8(4), 1–15.