

Scoping Review: Strategi Intervensi Regulasi Emosi Pada Anak Disabilitas Intelektual Di Indonesia

Muhamad Fikran Satar¹, Priyo Setiawan², Muhamad Rakha Nugraha³, Fadillah Suwarno⁴, Rachmad Harry Murti⁵

¹Universitas Paramadina, muhamad.fikran@students.paramadina.ac.id

²Universitas Paramadina, priyo.setiawan1@students.paramadina.ac.id

³Universitas Paramadina, muhamad.rakha1@students.paramadina.ac.id

⁴Universitas Paramadina, fadillah.suwarno@students.paramadina.ac.id

⁵Universitas Paramadina, rachmad.harry@students.paramadina.ac.id

Abstrak

Regulasi emosi merupakan kemampuan penting yang berperan dalam perkembangan perilaku dan sosial anak dengan disabilitas intelektual. Keterbatasan kemampuan kognitif yang dimiliki anak dengan disabilitas intelektual sering kali menyebabkan kesulitan dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif, sehingga dapat memunculkan perilaku agresif dan maladaptif. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi yang tepat untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk intervensi yang digunakan, mendeskripsikan efektivitas intervensi, serta mengkaji faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual. Metode penelitian yang digunakan adalah *scoping review* dengan pendekatan PRISMA-ScR. Pencarian literatur dilakukan melalui basis data *Google Scholar* dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Sebanyak tujuh jurnal yang relevan dianalisis dan dipetakan untuk menjawab tujuan penelitian. Hasil *scoping review* menunjukkan bahwa intervensi regulasi emosi yang diterapkan meliputi pelatihan keterampilan regulasi emosi, *Dialectical Behavior Therapy*, *Emotion Regulation Therapy*, intervensi perilaku seperti *token economy* dan konseling teknik aversi, serta intervensi berbasis aktivitas fisik dan budaya. Seluruh intervensi tersebut menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak dengan disabilitas intelektual, baik secara langsung maupun melalui penurunan perilaku agresif. Faktor pendukung utama meliputi penyesuaian intervensi dengan kemampuan kognitif anak, penggunaan metode yang konkret dan menarik, serta keterlibatan lingkungan terdekat anak, sementara faktor penghambat meliputi tingkat keparahan disabilitas intelektual dan keterbatasan durasi intervensi.

Kata Kunci : *Regulasi Emosi, Intelektual Disabilitas, Intervensi Regulasi Emosi, Anak Dengan Disabilitas Intelektual, Scoping Review*

Abstract

Emotional regulation is a critical skill that plays a role in the behavioral and social development of children with intellectual disabilities. The limited cognitive abilities of children with intellectual disabilities often lead to difficulties in recognizing, managing, and expressing emotions in an adaptive manner, which can result in aggressive and maladaptive behaviors. This situation highlights the need for appropriate interventions to improve emotional regulation skills in children with intellectual disabilities. This study aims to identify the types of interventions used, describe the effectiveness of these interventions, and examine the facilitating and hindering factors in the implementation of emotional regulation interventions for children with intellectual disabilities. The research method used was a *scoping review* employing the PRISMA-ScR approach. Literature searches were conducted via the *Google Scholar* database using predefined inclusion criteria. A total of seven relevant journals were analyzed and mapped to address the study's objectives. The results of the *scoping review* indicate that the emotion regulation interventions implemented include emotion regulation skills training, *Dialectical Behavior Therapy*, *Emotion Regulation Therapy*, behavioral interventions such as *token economy* and aversion technique counseling, as

well as interventions based on physical and cultural activities. All of these interventions demonstrated effectiveness in improving the emotional regulation abilities of children with intellectual disabilities, both directly and through a reduction in aggressive behavior. Key supporting factors include tailoring interventions to the child's cognitive abilities, using concrete and engaging methods, and involving the child's immediate environment, while limiting factors include the severity of intellectual disability and the limited duration of interventions.

Keywords: *Emotional Regulation, Intellectual Disabilities, Emotional Regulation Interventions, Children with Intellectual Disabilities, Scoping Review*

Corresponding Author:

Muhamad Fikran Satar

Universitas Paramadina, muhamad.fikran@students.paramadina.ac.id

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang berinteraksi satu sama lain. Dalam berinteraksi, mereka sering kali melibatkan emosi. Efika & Wahyu (2018) Emosi yang mereka rasakan pada dasarnya perlu diungkapkan, tetapi tentu saja dengan cara yang tepat agar hubungan antar manusia dapat terjaga dengan baik pada anak dengan disabilitas intelektual, pengembangan kemampuan ini menghadapi tantangan yang signifikan akibat keterbatasan dalam fungsi kognitif dan adaptasi sosial. Mereka sering kali mengalami kesulitan dalam mengenali, memahami, dan mengatur emosi mereka sendiri, yang pada akhirnya dapat menghambat perkembangan sosial-emosional secara keseluruhan (Mediani et al., 2022). Kondisi fungsi intelektual yang berada di bawah rata-rata, yang umumnya teridentifikasi sejak usia dini, menyebabkan anak-anak dengan disabilitas intelektual kesulitan untuk memproses dan merespons isyarat-isyarat sosial dengan tepat.

Process Model of Emotion Regulation yang dikembangkan oleh Gross (1998). Model ini menjelaskan bahwa regulasi emosi terjadi dalam lima tahapan, yaitu: (1) *situation selection*, (2) *situation modification*, (3) *attention deployment*, (4) *cognitive change*, dan (5) *response modulation*. Anak dengan disabilitas intelektual kerap menunjukkan kesulitan dalam tahapan *cognitive change* dan *response modulation* akibat keterbatasan fungsi kognitif (Girgis et al., 2025). Secara global, prevalensi disabilitas intelektual diperkirakan sekitar 1–3% dari populasi anak (World Health Organization, 2022). Penyandang disabilitas diperkirakan ada 2 juta anak usia 5-17 tahun di Indonesia yang menyandang disabilitas, Secara global menyebutkan ada sekitar 240 juta anak di dunia yang memiliki disabilitas (UNICEF, 2025), Menurut data Survei Penduduk Antar Sensus (SUSENAS, 2015) jumlah penduduk Indonesia yang mengalami disabilitas sebesar 8,54% dari total populasi. Di Indonesia, data Kemendikbud (2020) mencatat terdapat lebih dari 18.000 siswa dengan disabilitas intelektual yang terdaftar di berbagai Sekolah Luar Biasa (SLB). Banyak anak dengan disabilitas intelektual memperoleh pendidikan di Sekolah Luar Biasa (SLB), yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan belajar khusus mereka. Meskipun demikian, upaya untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosi di kalangan anak-anak ini masih menghadapi kendala besar. Anak disabilitas intelektual seringkali mengalami riwayat keterlambatan dalam perkembangan. Schalock, R. L., Luckasson, R., & Tassé, M. J. (2021) Keterlambatan berbicara, duduk, merangkak atau berjalan, gangguan bahasa, interaksi sosial, dan keterbatasan dalam memahami. Peran orang tua dan pengasuh di rumah menjadi sangat krusial dalam mendukung pengelolaan emosi anak, sayangnya, banyak dari mereka yang belum

memiliki pengetahuan atau keterampilan yang memadai untuk memberikan dukungan tersebut secara optimal.

Regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu untuk mengelola dan mengekspresikan emosinya dalam berbagai situasi kehidupan sehari-hari sesuai dengan tuntutan lingkungan dan tujuan pribadi (Gross & Thompson, 2006). Pada anak dengan disabilitas intelektual, pengembangan kemampuan ini menghadapi tantangan yang signifikan akibat keterbatasan dalam fungsi kognitif dan adaptasi sosial (Dzaki et al., 2025). Disabilitas intelektual didefinisikan sebagai gangguan *neurodevelopmental* yang ditandai oleh keterbatasan intelektual seperti kemampuan penalaran, perencanaan, dan pemecahan masalah serta perilaku adaptif seperti keterampilan sosial yang muncul sebelum usia 18 tahun, dengan skor IQ di bawah 70-75 (American Psychiatric Association, 2013; World Health Organization, 2022; UU No.8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas; Mediani et al., 2022).

Anak disabilitas intelektual mengalami kesulitan dalam mengenali, memahami, dan mengatur emosi mereka sendiri, yang pada akhirnya dapat menghambat perkembangan sosial-emosional secara keseluruhan (Mediani et al., 2022). Kondisi fungsi intelektual yang berada di bawah rata-rata, yang umumnya teridentifikasi sejak usia dini, menyebabkan anak-anak dengan disabilitas intelektual kesulitan untuk memproses dan merespons isyarat-isyarat sosial dengan tepat (Schalock, Luckasson, & Tasse 2021). Regulasi emosi bermanfaat untuk menghentikan atau mengatur emosi yang muncul baik secara otomatis maupun spontan (tidak sadar) sebelum melakukan aksi dalam peristiwa tertentu. Regulasi emosi juga digunakan untuk mengendalikan emosi, mengatur penilaian, mengatur dan meredakan reaksi fisiologis dengan melakukan relaksasi atau menarik nafas panjang (Gross, J. J. 2015). Selain itu, regulasi emosi merupakan kemampuan penting dalam kehidupan individu karena berfungsi untuk mengendalikan emosi yang memuncak sehingga dapat mereduksi ketegangan emosional dan menjaga keseimbangan psikologis (Aldao et al., 2020). Dapat disimpulkan bahwa manfaat dari regulasi emosi adalah menahan emosi negatif yang dirasakan dengan cara mengatur pikiran agar lebih positif dan menampilkan ekspresi positif kepada orang lain agar yang melihat juga merasakan emosi positif.

Menurut Restoy et al., (2024) proses regulasi emosi yang efektif memungkinkan individu untuk mengendalikan emosi yang mereka alami. Pengendalian ini mencakup pengaturan jenis emosi, cara emosi tersebut diekspresikan, serta intensitas dan durasinya. Regulasi emosi dipandang sebagai proses multikomponen dan dinamis yang melibatkan interaksi antara individu dan lingkungan, di mana individu mengevaluasi, mempertahankan, dan memodifikasi emosi mereka untuk mencapai tujuan tertentu (Restoy et al., 2024) yang diterima secara sosial.

Penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menggunakan indikator manajemen emosi seperti *self-awareness*, pengaturan emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial dalam menghadapi peran mereka terdapat perbedaan sikap antara orang tua yang menerima kondisi anaknya sebagai takdir dan yang belum menerima kenyataan (Anggraini, 2021). Golmen (1995) juga mengungkapkan manajemen emosi orang tua mencakup kesadaran diri, pengaturan emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial yang merupakan komponen utama kecerdasan emosi. Peran orang tua dalam komunikasi emosional sangat penting untuk perkembangan regulasi emosi anak usia dini melalui strategi seperti memberikan perhatian, diskusi penyebab emosi, serta pengalihan emosi yang positif (Rahiem, 2023).

Salah satu intervensi yang telah menunjukkan keefektifannya adalah pelatihan regulasi emosi. Studi-studi membuktikan bahwa pelatihan semacam ini dapat meningkatkan keterampilan mengelola emosi pada anak-anak dengan berbagai gangguan perkembangan, termasuk disabilitas intelektual (Mulyana et al., 2020; Christiana & Safitri, 2021). Dalam konteks ini, keluarga berperan sebagai pendamping utama dalam

mengajarkan dan memfasilitasi anak selama proses pembelajaran regulasi emosi (Rahiem, 2023). Kualitas hidup anak dengan disabilitas intelektual seringkali terdampak oleh keterbatasan dalam keterampilan sosial dan komunikasi. Gangguan pada kemampuan sosial ini dapat memicu frustrasi dan kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, yang pada gilirannya berpotensi memperburuk kondisi emosional mereka (Mediani et al., 2022). Oleh karena itu, intervensi yang melibatkan terapi bermain atau pendekatan sosial lainnya yang menekankan pada komunikasi dan interaksi dinilai dapat meningkatkan kemampuan sosial dan, secara tidak langsung, mendukung regulasi emosi yang lebih baik (Christiana & Safitri, 2021).

Berdasarkan pemaparan diatas, Jumlah penelitian empiris di Indonesia masih terbatas dan didominasi oleh desain dengan sampel kecil serta durasi intervensi yang singkat. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya penelitian yang lebih komprehensif, berkelanjutan, dan kontekstual untuk mendukung pengembangan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual di Indonesia. *Scoping review* ini bertujuan untuk memetakan bukti-bukti empiris dan konseptual terkait strategi serta intervensi yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual, dengan fokus pada peran keluarga, sekolah, dan komunitas. Tujuan intervensi ini diantaranya: Mengidentifikasi dan memetakan berbagai bentuk intervensi yang telah diterapkan untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual, Menganalisis hasil intervensi regulasi emosi anak dengan disabilitas intelektual, mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam implementasi intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual, merumuskan rekomendasi strategi pengembangan intervensi yang komprehensif dan kontekstual untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual di Indonesia.

Tujuan Penelitian meliputi: (a) mengidentifikasi berbagai bentuk intervensi yang digunakan untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual; (b) Mendeskripsikan efektivitas intervensi yang telah diterapkan dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual; (c) mengidentifikasi faktor-faktor pendukung dan penghambat yang muncul dalam pelaksanaan intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual. Pertanyaan Penelitian RQ1: Apa saja bentuk intervensi yang telah digunakan untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual?; RQ2: Bagaimana efektivitas intervensi tersebut dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual?; RQ3: Apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual?

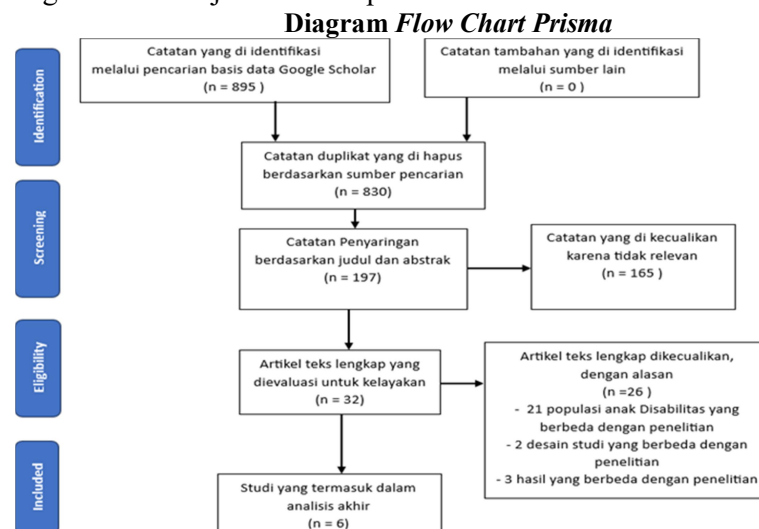
METODE

Tahap awal penelitian ini dilakukan melalui scoping review untuk mengidentifikasi dan memetakan literatur secara mendalam mengenai regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual. Metode ini dipilih karena mampu meninjau berbagai jenis publikasi dari beragam sumber dan metode penelitian yang relevan (Arksey & O'Malley, 2005). Scoping review ini difokuskan pada tiga pertanyaan utama: (1) bentuk intervensi yang digunakan untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual; (2) efektivitas intervensi tersebut; dan (3) faktor pendukung serta penghambat dalam pelaksanaannya. Pertanyaan ini dirancang agar hasil penelusuran literatur dapat langsung mendukung tujuan penelitian secara sistematis dan terarah.

Literatur yang digunakan dalam kajian ini berasal dari publikasi peer-reviewed seperti jurnal dan prosiding ilmiah kredibel. Basis data utama yang digunakan adalah Google Scholar, karena memiliki cakupan luas lintas disiplin dan menyediakan akses ke berbagai publikasi ilmiah terkait topik regulasi emosi dan disabilitas intelektual. Pemilihan Google Scholar juga mempertimbangkan kemudahan pencarian lanjutan dan kemampuan

menelusuri berbagai jenis sumber yang relevan. Dengan demikian, basis data ini mendukung proses pemetaan intervensi secara komprehensif dan terpercaya. Tahap berikutnya adalah pengumpulan data yang berkaitan dengan isi dan konteks intervensi yang ditemukan dari hasil pencarian literatur. Strategi pencarian dilakukan secara sistematis menggunakan kombinasi kata kunci yang mencakup empat aspek utama: *outcome*, *populasi*, kelompok usia, dan konteks lokasi (Peterson et al., 2017). Kata kunci yang digunakan antara lain “*emotion regulation*”, “*intellectual disability*”, “*child/adolescent*”, dan “*Indonesia*”. Operator Boolean (AND, OR, NOT) diterapkan untuk memperluas atau mempersempit pencarian sesuai kebutuhan, sedangkan rentang tahun publikasi dibatasi antara 2015–2025 agar hasil yang diperoleh tetap mutakhir dan relevan.

Melalui strategi tersebut, diperoleh literatur yang memungkinkan peneliti mengidentifikasi berbagai bentuk intervensi regulasi emosi, menilai efektivitasnya, serta mengenali faktor pendukung dan penghambat pelaksanaannya. Filter tambahan diterapkan untuk memastikan kelayakan literatur, termasuk pembatasan bahasa pada Bahasa Indonesia dan Inggris. Dalam proses ini, peneliti menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi yang spesifik untuk menjaga konsistensi metodologis. Kriteria inklusi mencakup artikel yang meneliti anak usia 5–12 tahun dengan disabilitas intelektual (ringan, sedang, atau berat), membahas regulasi emosi sebagai fokus utama, dan menggunakan desain empiris seperti studi kasus atau eksperimen. Sebaliknya, artikel dikecualikan jika membahas populasi yang tidak relevan (misalnya autisme tanpa disabilitas intelektual, ADHD, atau populasi dewasa), tidak meneliti regulasi emosi secara langsung, bersifat non-empiris, atau tidak tersedia dalam bentuk teks lengkap. Dengan penerapan kriteria ini, proses seleksi berlangsung sistematis dan menghasilkan pemetaan literatur yang tepat konteks serta valid secara metodologis untuk menjawab fokus penelitian.



Menurut (Page et al., 2021), PRISMA merupakan pedoman metodologis yang komprehensif untuk memastikan transparansi, reproduktibilitas, dan kualitas dalam melakukan tinjauan sistematis. Metode ini memberikan kerangka kerja yang terstruktur untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan mensintesis penelitian-penelitian yang relevan secara sistematis. Proses PRISMA dimulai dengan tahap pencarian yang sistematis menggunakan berbagai basis data dan sumber informasi ilmiah. (Tricco et al., 2018) menekankan pentingnya strategi pencarian yang komprehensif dan transparan, yang melibatkan penggunaan kata kunci yang tepat, pemilihan basis data yang sesuai, dan penerapan kriteria inklusi dan eksklusi yang jelas. Hal ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan bukti-bukti ilmiah yang paling relevan dan mutakhir terkait topik yang

sedang dikaji proses identifikasi studi dalam *scoping review* ini diawali dengan pencarian literatur melalui basis data *Google Scholar*. Proses pencarian awal menghasilkan 895 catatan yang berpotensi relevan dengan topik regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual. Tidak ditemukan tambahan dari sumber lain di luar basis data utama. Setelah dilakukan penghapusan duplikasi berdasarkan kesamaan judul, penulis, dan sumber publikasi, sebanyak 830 catatan duplikat dihapus, sehingga tersisa 197 catatan unik untuk diseleksi lebih lanjut pada tahap penyaringan.

Pada tahap penyaringan, 197 catatan tersebut dievaluasi berdasarkan judul dan abstrak untuk menilai kesesuaiannya dengan tujuan penelitian. Hasilnya, 165 catatan dikeluarkan karena tidak relevan, misalnya tidak membahas regulasi emosi, tidak melibatkan anak dengan disabilitas intelektual, atau tidak memiliki komponen intervensi. Dengan demikian, 32 artikel dinilai layak untuk ditinjau lebih lanjut dalam bentuk teks lengkap pada tahap evaluasi kelayakan. Tahap evaluasi teks lengkap dilakukan terhadap 32 artikel, dan 26 di antaranya dikeluarkan dengan berbagai alasan, antara lain populasi yang tidak sesuai, desain penelitian yang tidak relevan, serta hasil penelitian yang tidak berkaitan langsung dengan regulasi emosi. Akhirnya, enam dinyatakan memenuhi seluruh kriteria inklusi dan dimasukkan dalam analisis akhir. Seluruh studi tersebut secara konsisten membahas intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual serta melaporkan hasil yang relevan dengan tujuan penelitian.

Tabel studi yang termasuk analisis akhir

Penulis	Tahun	Sumber / Negara	Tujuan	Populasi dan Ukuran Sampel	Metodologi	Jenis Intervensi dan Pembanding	Konsep	Durasi Intervensi	Hasil Pengukuran	Temuan Hasil yang Relevan dengan Tinjauan
Fiona & Indianti	2018	Indonesia	Untuk mengembangkan keterampilan pengaturan emosi pada anak-anak dengan keter intelektual ringan.	Anak-anak dengan disabilitas intelektual ringan (n=1)	Penelitian Subjek Tunggal	Pelatihan Sistem Keterampilan Pengaturan Emosi (pra-pasca)	Pengaturan Emosi	Beberapa sesi pelatihan	Skala observasi & penilaian	Intervensi meningkatkan kesadaran dan pengendalian emosi.
Handalia & Primanab	2018	Indonesia	Untuk menguji efektivitas DBT pada pengaturan emosi pada anak BIF.	Anak sekolah dasar dengan BIF (n=1)	Studi kasus tunggal	Pelatihan keterampilan DBT	Pengaturan Emosi	24 hari	Pengamatan & analisis statistik	Peningkatan signifikan dalam kemampuan pengaturan emosi.
Artanty et al.	2024	Indonesia	Untuk menguji gerakan ritmis (Tari Topeng) pada pengaturan emosi.	Anak-anak dengan keter intelektual ringan (n=12)	Kuasi-eksperimental	Gerakan ritmis tari topeng tradisional (sebelum-sesudah)	Pengaturan Emosi	6 minggu (12 sesi)	Skala pengukuran emosi	Peningkatan signifikan dalam pengaturan emosi
Zulfah et al.	2020	Indonesia	Untuk mengurangi perilaku agresif menggunakan terapi pengaturan emosi.	Siswa dengan disabilitas intelektual (n=1)	Penelitian Subjek Tunggal	Terapi Pengaturan Emosi (ABA)	Pengaturan Emosi	Beberapa sesi terapi	Pengamatan terhadap perilaku agresif	Perilaku agresif menurun setelah intervensi.
Niswati et al.	2025	Indonesia	Untuk mengurangi perilaku agresif menggunakan teknik aversi.	Siswa dengan disabilitas intelektual ringan (n=1)	Penelitian Subjek Tunggal	Konseling individual dengan teknik aversi	Pengaturan Emosi (implisit)	Beberapa sesi konseling	Pengamatan perilaku	Agresi berkurang, menunjukkan peningkatan pengendalian emosi.
Hutabarat	2025	Indonesia	Untuk meningkatkan perilaku kepatuhan menggunakan ekonomi token.	Anak dengan disabilitas intelektual berat (n=1)	Studi kasus	Intervensi ekonomi token	Pengaturan Emosi (implisit)	Beberapa sesi intervensi	Observasi & wawancara	Kepatuhan meningkat dan ledakan emosi berkurang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Scoping review ini memberikan kontribusi terhadap literatur dengan memetakan bukti empiris mengenai intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual di Indonesia. Temuan dalam tinjauan ini dapat menjadi rujukan bagi peneliti, praktisi, dan pembuat kebijakan dalam pengembangan layanan pendidikan khusus dan inklusif, sejalan dengan kebijakan pendidikan nasional yang menekankan penguatan aspek sosial-emosional peserta didik. Selain itu, *scoping review* ini mengidentifikasi kesenjangan penelitian yang perlu diperhatikan dalam perumusan program dan kebijakan yang lebih komprehensif untuk mendukung perkembangan emosional anak dengan disabilitas intelektual.

Bentuk Intervensi Regulasi Emosi pada Anak dengan Disabilitas Intelektual

Intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual di Indonesia dilakukan melalui berbagai pendekatan yang disesuaikan dengan kemampuan kognitif dan emosional anak. Pendekatan ini berupaya membantu anak memahami, mengenali, serta

mengelola emosi dengan cara yang adaptif. Karena anak dengan disabilitas intelektual memiliki keterbatasan dalam berpikir abstrak dan pengendalian impuls, intervensi dirancang secara konkret, bertahap, serta melibatkan dukungan lingkungan seperti guru dan keluarga agar keterampilan yang diajarkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Pendekatan psikologis yang banyak digunakan meliputi *Emotion Regulation Skills System Training*, yang menekankan pengenalan emosi, pengendalian impuls, dan penerapan strategi regulasi secara nyata. Pelatihan ini terbukti meningkatkan kemampuan kognitif dan perilaku regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual ringan (Fiona & Indianti, 2018). Selain itu, Dialectical Behavior Therapy (DBT) versi modifikasi juga digunakan untuk melatih *mindfulness* dan *distress tolerance* melalui bahasa sederhana, media visual, dan sesi singkat. Intervensi ini efektif meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak dengan *Borderline Intellectual Functioning* (BIF) (Handalia & Primana, 2018).

Selanjutnya, Emotion Regulation Therapy (ERT) diterapkan untuk membantu anak mengenali dan mengelola emosi negatif secara adaptif melalui *modeling*, latihan, dan penguatan perilaku positif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi ini mampu menurunkan frekuensi serta durasi perilaku agresif, yang mencerminkan peningkatan kemampuan regulasi emosi (Zulfah et al., 2020). Selain itu, intervensi berbasis aktivitas budaya seperti gerak ritmik *Tari Topeng* menggabungkan unsur musik, gerakan, dan ekspresi peran untuk melatih kontrol diri dan kesadaran emosi. Aktivitas ini tidak hanya menyenangkan tetapi juga efektif meningkatkan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual ringan (Artanty et al., 2024). Dalam pendekatan perilaku, dua jenis intervensi utama ditemukan, yaitu teknik *aversi* dan *token economy*. Teknik *aversi* menurunkan perilaku agresif melalui pemberian konsekuensi yang tidak menyenangkan terhadap perilaku yang tidak diinginkan, dan terbukti efektif dalam meningkatkan kontrol diri pada siswa tunagrahita ringan (Niswati et al., 2025). Sementara itu, *token economy* menggunakan sistem penghargaan berupa token untuk memperkuat perilaku positif. Pendekatan ini sangat sesuai bagi anak dengan disabilitas intelektual sedang hingga berat karena bersifat konkret dan langsung, membantu meningkatkan kepatuhan dan pengendalian emosi (Hutabarat, 2025).

Efektivitas Intervensi dalam Meningkatkan Regulasi Emosi pada Anak dengan Disabilitas Intelektual

Pelatihan *Emotion Regulation Skills System Training* terbukti efektif pada anak dengan disabilitas intelektual ringan, khususnya dalam aspek kognitif dan perilaku. Anak menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengenali emosi, menenangkan diri saat menghadapi emosi negatif, serta memilih respons sosial yang lebih adaptif. Keberhasilan intervensi ini sangat dipengaruhi oleh keterlibatan guru dan orang tua dalam membantu anak menerapkan keterampilan regulasi emosi dalam kehidupan sehari-hari (Fiona & Indianti, 2018). Pendekatan Dialectical Behavior Therapy (DBT) Skills Training juga menunjukkan efektivitas yang konsisten dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak dan remaja dengan *Borderline Intellectual Functioning* serta disabilitas intelektual ringan hingga sedang. Intervensi ini membantu anak mengelola emosi negatif, menurunkan reaksi impulsif, dan meningkatkan toleransi terhadap stres emosional. Efektivitas DBT sangat dipengaruhi oleh tingkat disabilitas, sehingga diperlukan penyesuaian metode, media, dan durasi sesi agar hasilnya optimal. DBT yang diberikan secara individual pada anak usia sekolah juga terbukti meningkatkan kontrol diri dan menurunkan perilaku impulsif, menunjukkan bahwa terapi ini dapat diterapkan secara efektif sejak usia dini apabila disesuaikan dengan kapasitas kognitif anak (Handalia & Primana, 2018).

Selanjutnya, Emotion Regulation Therapy (ERT) memberikan hasil yang

signifikan dalam menurunkan perilaku agresif pada anak dengan disabilitas intelektual. Setelah diberikan terapi, terjadi penurunan frekuensi dan durasi perilaku agresif secara nyata, menunjukkan peningkatan kemampuan anak dalam mengelola emosi marah dan frustrasi. ERT efektif karena berfokus pada latihan pengenalan dan pengendalian emosi secara bertahap, sehingga anak belajar merespons situasi emosional dengan cara yang lebih adaptif (Zulfah et al., 2020). Selain itu, intervensi berbasis aktivitas fisik dan budaya, seperti gerak ritmik *Tari Topeng*, juga terbukti meningkatkan kemampuan regulasi emosi secara signifikan. Melalui kombinasi gerakan, ritme, dan ekspresi peran, anak belajar menyalurkan emosi secara positif, meningkatkan kesadaran diri, dan mengendalikan impuls (Artanty et al., 2024).

Pendekatan perilaku seperti teknik *aversi* turut menunjukkan efektivitas dalam mengendalikan emosi negatif, meskipun regulasi emosi tidak diukur secara langsung. Penurunan perilaku agresif setelah konseling individual menunjukkan bahwa anak mampu menahan dan mengatur kemarahan dengan lebih baik. Perubahan perilaku ini menjadi indikator keberhasilan intervensi dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi secara implisit pada anak dengan disabilitas intelektual ringan (Niswati et al., 2025). Selain itu, intervensi token economy terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan dan menurunkan ledakan emosi pada anak dengan disabilitas intelektual berat. Melalui sistem penghargaan positif yang konsisten, anak belajar mengaitkan perilaku adaptif dengan konsekuensi menyenangkan. Peningkatan perilaku patuh dan penurunan reaksi emosional maladaptif menunjukkan bahwa pendekatan ini mampu memperkuat kontrol emosi secara konkret dan bertahap. Dengan demikian, *token economy* menjadi salah satu intervensi yang efektif untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak dengan keterbatasan kognitif yang lebih berat (Hutabarat, 2025).

Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Pelaksanaan Intervensi Regulasi Emosi pada Anak dengan Disabilitas Intelektual

Pelaksanaan intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung dan penghambat yang terkait dengan karakteristik anak, desain intervensi, dan konteks pelaksanaan. Salah satu faktor pendukung utama adalah penyesuaian metode dan materi intervensi dengan kemampuan kognitif serta tingkat perkembangan anak. Intervensi yang menggunakan bahasa sederhana, contoh konkret, media visual, dan struktur sesi yang jelas terbukti lebih efektif dalam membantu anak memahami strategi regulasi emosi. Penyesuaian ini terlihat pada penerapan *Dialectical Behavior Therapy* (DBT) yang dimodifikasi agar sesuai dengan anak dengan *Borderline Intellectual Functioning* serta disabilitas intelektual ringan hingga sedang (Handalia & Primana, 2018). Pendekatan bertahap seperti *Emotion Regulation Skills System Training* juga menunjukkan hasil optimal saat disesuaikan dengan kemampuan belajar anak (Fiona & Indianti, 2018).

Faktor pendukung lainnya adalah keterlibatan lingkungan terdekat, terutama guru dan orang tua, dalam membantu anak mempraktikkan keterampilan regulasi emosi di luar sesi intervensi. Keterlibatan ini memperkuat generalisasi keterampilan dan menjaga keberlanjutan hasil intervensi. Guru dan orang tua juga berperan memberikan penguatan positif dan menjadi teladan perilaku emosional yang adaptif (Fiona & Indianti, 2018). Selain itu, intervensi berbasis aktivitas fisik dan budaya seperti gerak ritmik *Tari Topeng* meningkatkan keterlibatan emosional anak melalui gerakan dan ekspresi diri (Artanty et al., 2024). Pendekatan perilaku seperti *token economy* juga efektif karena bersifat konkret dan mudah dipahami, terutama bagi anak dengan disabilitas intelektual berat (Hutabarat, 2025).

Di sisi lain, faktor penghambat utama berasal dari tingkat keparahan disabilitas intelektual. Anak dengan disabilitas sedang hingga berat cenderung memiliki kesulitan

memahami konsep abstrak dan membutuhkan pendampingan intensif dalam menerapkan strategi regulasi emosi. Kondisi ini menuntut intervensi dengan durasi lebih panjang, pengulangan yang sering, dan dukungan konsisten dari lingkungan, sehingga proses peningkatan regulasi emosi berlangsung lebih lambat (Hutabarat, 2025). Keterbatasan juga muncul dari sisi desain penelitian dan durasi intervensi. Beberapa studi menggunakan desain *single-subject* dengan jumlah sesi terbatas, sehingga hasil belum mencerminkan internalisasi keterampilan secara menyeluruh. Ukuran sampel yang kecil turut membatasi generalisasi hasil, meskipun tetap memberikan gambaran awal efektivitas intervensi (Zulfah et al., 2020; Niswati et al., 2025).

Oleh karena itu, penelitian dengan desain eksperimental yang lebih kuat dan waktu pelaksanaan lebih panjang diperlukan untuk memperdalam pemahaman mengenai efektivitas intervensi. Selain faktor tersebut, pengukuran regulasi emosi secara langsung juga menjadi kendala. Sebagian penelitian hanya menilai regulasi emosi melalui penurunan agresivitas atau perilaku maladaptif, tanpa menggunakan instrumen khusus untuk menilai proses emosional internal anak. Hal ini membuat pemahaman terhadap perubahan regulasi emosi masih terbatas (Niswati et al., 2025; Hutabarat, 2025). Secara keseluruhan, keberhasilan intervensi sangat bergantung pada kesesuaian metode dengan karakteristik anak, dukungan lingkungan, serta penggunaan pendekatan konkret dan menarik, sementara keterbatasan kognitif dan metodologis masih menjadi tantangan penting yang perlu diperbaiki di masa mendatang.

Diskusi

Scoping review menunjukkan enam pendekatan intervensi utama dalam meningkatkan regulasi emosi anak dengan disabilitas intelektual, yaitu *Emotion Regulation Skills System Training*, *Dialectical Behavior Therapy* (DBT), *Emotion Regulation Therapy* (ERT), *token economy*, teknik *aversi*, dan aktivitas budaya seperti *Tari Topeng*. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *Emotion Regulation Skills System Training* efektif meningkatkan kemampuan mengenali emosi, mengelola impuls, dan memilih respons adaptif pada anak dengan disabilitas intelektual ringan (Fiona & Indianti, 2018). DBT yang dimodifikasi juga terbukti efektif membantu anak dengan *Borderline Intellectual Functioning* dalam mengendalikan emosi negatif dan menurunkan perilaku agresif melalui latihan *mindfulness* dan *distress tolerance* (Handalia & Primana, 2018; McNair et al., 2017).

Sementara itu, *Emotion Regulation Therapy* (ERT) mampu menurunkan perilaku agresif melalui latihan pengenalan dan pengendalian emosi (Zulfah et al., 2020; Gratz & Roemer, 2004). Selain itu, intervensi berbasis budaya seperti *Tari Topeng* terbukti meningkatkan kontrol impuls dan ekspresi emosi adaptif, sejalan dengan temuan Koch et al. (2019) yang menunjukkan bahwa aktivitas seni dan gerak tubuh memperkuat keseimbangan emosi individu dengan hambatan kognitif (Artanty et al., 2024). Pendekatan perilaku seperti *token economy* juga efektif meningkatkan kepatuhan dan menurunkan perilaku maladaptif melalui penguatan positif (Hutabarat, 2025; Skinner, 1953). Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut menegaskan bahwa efektivitas intervensi sangat bergantung pada kesesuaian metode dengan kapasitas kognitif anak serta dukungan lingkungan keluarga dan sekolah dalam penerapannya.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi regulasi emosi efektif dalam membantu anak dengan disabilitas intelektual mengelola emosi negatif dan menurunkan perilaku maladaptif. *Emotion Regulation Therapy* (ERT) terbukti meningkatkan kemampuan pengenalan dan pengendalian emosi secara bertahap sehingga anak lebih mampu mengatur reaksi emosional dalam situasi sosial (Zulfah et al., 2020), sejalan dengan konsep *response modulation* dalam model regulasi emosi (Gratz & Roemer, 2004). Selain pendekatan psikologis, intervensi berbasis budaya dan seni seperti *Tari Topeng*

juga berkontribusi positif melalui aktivitas gerak ritmis dan ekspresif yang meningkatkan kontrol impuls, ekspresi emosi adaptif, serta keterlibatan emosional (Artanty et al., 2024; Koch et al., 2019). Pendekatan perilaku seperti token economy efektif memperkuat perilaku adaptif dan menurunkan respons emosional maladaptif melalui penguatan positif yang konkret dan konsisten (Hutabarat, 2025; Skinner, 1953). Namun, efektivitas intervensi sangat dipengaruhi oleh kemampuan kognitif anak dan dukungan lingkungan, sehingga diperlukan adaptasi berupa bahasa sederhana, visualisasi konkret, dan pengulangan sistematis, serta penelitian lanjutan dengan desain eksperimental dan durasi lebih panjang untuk memperkuat generalisasi temuan.

Selain itu, aspek etika menjadi perhatian krusial dalam pelaksanaan intervensi, terutama pada teknik berbasis aversi yang berpotensi menimbulkan ketidaknyamanan psikologis apabila tidak diterapkan secara hati-hati. Penelitian terdahulu menegaskan bahwa intervensi pada anak dengan disabilitas intelektual harus mengedepankan prinsip non-aversif, persetujuan orang tua (informed consent), serta pemantauan berkelanjutan untuk menjamin keselamatan dan kesejahteraan anak (Luiselli, 2018; Matson & Neal, 2009). American Psychological Association (2020) juga menekankan bahwa intervensi perilaku pada populasi rentan wajib mempertimbangkan martabat individu dan meminimalkan risiko dampak negatif jangka panjang. Oleh karena itu, penelitian lanjutan direkomendasikan menggunakan desain randomized controlled trial (RCT) atau quasi-eksperimental dengan ukuran sampel yang lebih besar dan evaluasi jangka panjang selama 3–6 bulan guna memperoleh bukti kausal yang lebih kuat dan berkelanjutan (Kazdin, 2017).

Selain itu, penggunaan instrumen regulasi emosi yang telah tervalidasi, seperti Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS; Gratz & Roemer, 2004), serta analisis komparatif antar intervensi termasuk Dialectical Behavior Therapy (DBT), Emotion Regulation Therapy (ERT), token economy, dan pendekatan berbasis budaya—dipandang penting untuk mengidentifikasi strategi intervensi yang paling adaptif sesuai dengan tingkat disabilitas intelektual anak dan dukungan keluarga yang tersedia (Koch et al., 2019; Sturmey, 2021).

KESIMPULAN

Penelitian *scoping review* ini menunjukkan bahwa berbagai intervensi telah digunakan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual. Intervensi yang paling sering diterapkan meliputi *Dialectical Behavior Therapy* (DBT) keterampilan, *Emotion Regulation Therapy*, *Emotion Regulation Skills System Training*, aktivitas berbasis gerak dan seni seperti tari topeng, konseling individual dengan teknik aversi, serta pendekatan perilaku seperti *token economy*. Intervensi-intervensi tersebut dirancang dengan penyesuaian terhadap keterbatasan kognitif anak, menggunakan metode yang konkret, visual, dan berbasis pengalaman langsung. Hasil dari enam jurnal yang direview secara konsisten menunjukkan bahwa intervensi regulasi emosi efektif dalam meningkatkan kemampuan anak untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara lebih adaptif. Peningkatan regulasi emosi ditunjukkan melalui penurunan perilaku agresif, berkurangnya ledakan emosi, meningkatnya kontrol diri, serta perbaikan perilaku sosial dan kepatuhan.

Meskipun sebagian besar penelitian menggunakan desain subjek tunggal atau kuasi-eksperimental dengan jumlah sampel terbatas, temuan-temuan tersebut memberikan bukti awal yang kuat mengenai potensi efektivitas intervensi regulasi emosi pada anak dengan disabilitas intelektual. Faktor pendukung utama dalam keberhasilan intervensi meliputi keterlibatan aktif orang tua dan guru, penggunaan metode pembelajaran yang sederhana dan berulang, serta dukungan lingkungan yang konsisten. Selain itu, adaptasi materi sesuai tingkat kemampuan intelektual anak dan penggunaan media visual atau

aktivitas konkret turut memperkuat keberhasilan intervensi. Adapun faktor penghambat yang ditemukan antara lain keterbatasan durasi intervensi, kurangnya kesinambungan latihan di lingkungan rumah, serta perbedaan karakteristik individu anak yang mempengaruhi respons terhadap intervensi.

Berdasarkan hasil tersebut, penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk menggunakan desain penelitian dengan sampel yang lebih besar dan durasi intervensi yang lebih panjang guna menguji keberlanjutan efek intervensi regulasi emosi. Selain itu, diperlukan eksplorasi lebih lanjut bukan hanya di *google scholar* tapi lebih banyak opsi pilihan pencarian terhadap kombinasi intervensi serta pengembangan program yang terintegrasi antara sekolah dan keluarga. Saran praktis, intervensi regulasi emosi sebaiknya diterapkan secara terintegrasi antara sekolah dan keluarga dengan penggunaan metode konkret, visual, dan berulang sesuai tingkat kemampuan anak. Saran untuk penelitian selanjutnya, diperlukan studi dengan desain eksperimental atau quasi-eksperimental, sampel yang lebih besar, durasi intervensi lebih panjang, serta eksplorasi sumber literatur yang lebih luas dan konteks budaya yang beragam untuk memperkuat generalisasi dan keberlanjutan temuan.

REFERENSI

- Aldao, A., Gee, D. G., De Los Reyes, A., & Seager, I. (2020). *Emotion regulation as a transdiagnostic factor in the development of psychopathology*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(5), 563–575. <https://doi.org/10.1017/s0954579416000638>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing
- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). American Psychological Association.
- Anggraini, Y. (2021). Implementasi Manajemen Emosi pada Orang Tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus. *Ibriez: Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, Vol. 6 No. 2. <https://doi.org/10.21154/ibriez.v6i2.176>
- Artanty, A., Purwanto, S., Mulyaningsih, F., Kurniawan, R., Winata, D. C., Ramdhana, R., & Babang, V. M. M. (2024). The effectiveness of traditional mask dance rhythmic movement training on the emotional regulation ability of children with mild intellectual disabilities. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, 8(1), 66–74. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v8i1.2095>
- Christiana, I., & Safitri, A. (2021). The impact of play therapy on the socialization skills of children with intellectual disabilities. *Journal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 8(1), 37-52. <https://doi.org/10.55500/jikr.v8i1.132>
- Conte, R., & Seifert, T. (2019). Social and emotional learning in children with developmental disabilities. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 27(4), 302-310. <https://doi.org/10.1177/1063426619875021>
- Fiona, E., & Indianti, W. (2018). Developing emotion regulation skills by emotion regulation skills system training for children with mild intellectual disability. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(2), 51–66.
- Girgis, M., et al. (2025). *How do children with intellectual disabilities regulate their emotions?* Macquarie University.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Goleman, D. (2001). *Emotional intelligence: Issues in paradigm building*. In C. Cherniss & D. Goleman (Eds.), *The emotionally intelligent workplace* (pp. 13–26). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Goleman, D. (2006). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

- Grabell, A., & Jenkins, B. (2019). Self-regulation and coping mechanisms for children with intellectual disabilities. *Journal of Developmental Disabilities*, 45(2), 62-75. <https://doi.org/10.1177/0011172319859245>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2006). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). New York, NY: Guilford Press.
- Handalia, K. A., & Primanab, L. (2018). Increasing emotion regulation skills with dialectical behavior therapy skills training: A single-case study on an elementary school student with borderline intellectual functioning. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 135, 200–207.
- Harahap, A. R. S. (2023). Aplikasi scoping review “klasifikasi algoritma deteksi serangan phishing” berbasis web menggunakan metode web development life cycle.
- Hudzaifah, M., Supriyitno, I. J., & Aziz, A. (2025). Pembelajaran Komik Matematika Sekolah Dasar: Systematic Literature Review. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(2), 1105-1112. <https://doi.org/10.56799/jceki.v4i2.6731>
- Hutabarat, K. A. N. (2025). Economic tokens to improve compliance behavior in children with intellectual disabilities. *PROCEDIA: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 13(2), 159–167. <https://doi.org/10.22219/procedia.v13i2.37139>
- Kazdin, A. E. (2017). *Research design in clinical psychology* (5th ed.). Pearson.
- Koch, S. C., Riege, R. F. F., Tisborn, K., Biondo, J., Martin, L., & Beelmann, A. (2019). Effects of dance movement therapy and dance on health-related psychological outcomes: A meta-analysis. *The Arts in Psychotherapy*, 63, 1–14.
- Luiselli, J. K. (2018). *Applied behavior analysis advanced guidebook: A manual for professional practice*. Academic Press.
- Matson, J. L., & Neal, D. (2009). Psychotropic medication use for challenging behaviors in persons with intellectual disabilities: An overview. *Research in Developmental Disabilities*, 30(3), 572–586. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2008.08.007>
- McNair, L., Woodrow, C., & Hare, D. J. (2017). Dialectical behaviour therapy [DBT] with people with intellectual disabilities: A systematic review and narrative analysis. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 30(5), 787–804.
- Mediani, H. S., Hendrawati, S., & Fatimah, S. (2022). Quality of life in children with mental retardation in Indonesia. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2626-2641. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2086>
- Mulyana, R., Suparman, S., & Iskandar, F. (2020). Training emotion regulation in children with intellectual disabilities: A comparative study. *Journal of Behavioral and Mental Health*, 4(1), 99-107. <https://doi.org/10.1080/26844472.2020.1756884>
- Niswati, H., Sinring, A., & Latif, S. (2025). Konseling individual dengan teknik aversi untuk menurunkan perilaku agresif pada siswa tunagrahita ringan di SLB. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop*, 5(1), 27–34.
- Rahiem, R. D. (2023). Parent-child communication in improving emotional regulation for children with special needs. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(1), 40-50. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.441>

- Restoy, D., Oriol-Escudé, M., Alonzo-Castillo, T., Magán-Maganto, M., Canal-Bedia, R., Díez-Villoria, E., Lugo-Marín, J. (2024). Emotion regulation and emotion dysregulation in children and adolescents with Autism Spectrum Disorder: A meta-analysis of evaluation and intervention studies. *Clinical Psychology Review*, 109, 102410. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102410>
- Safitri, S. (2020). Enhancing adolescent's emotion regulation with dialectical behavior therapy's skill training: The applications across borderline, mild, and moderate intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment*, 8(2), 244–253.
- Schalock, R. L., Luckasson, R., & Tassé, M. J. (2021). An overview of intellectual disability: Definition, diagnosis, classification, and systems of support. In Merck Manual Professional Edition (Intellectual Disability). <https://doi.org/10.1352/1944-7558-126.6.439>
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. Macmillan.
- SUPAS. (2015). Profil Penduduk Indonesia Hasil SUPAS 2015. Retrieved February 1, 2019, from <https://www.bps.go.id/publication>.
- Sturmey, P. (2021). *Functional analysis in clinical psychology* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas,
- Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2016 Nomor 77, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5876
- UNICEF 2025, Gambaran singkat anak indonesia, form <https://www.unicef.org/indonesia/id/media/25621/file/gambaran-singkat-anak-indonesia-oktober-2025.pdf>
- World Health Organization. (2022). *International statistical classification of diseases and related health problems* (11th ed.) https://ifa.ngo/wp-content/uploads/2022/12/Global_Report-Health_Equity-Disability.pdf?utm_source
- Widiasih, R., Susanti, R. D., Sari, C. W. M., & Hendrawati, S. (2020). Menyusun protokol penelitian dengan pendekatan SETPRO: scoping review. *Journal of Nursing Care*, 3(3)
- Zulfah, R. H., Wijastuti, A., & Sartinah, E. P. (2020). The implementation of the emotion regulation therapy for students with intellectual disabilities. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 491, 115–120.