

Optimalisasi Kemampuan Bersosialisasi Anak Tuna Grahita Melalui Program Stimulus Interaksi Sosial Berbasis Aktivitas Kelompok

Meylani D. Wowor^{1*}, Eireine M. Pandoh², Stella Rasu³, Kansia A. Terok⁴

^{1, 2, 3, 4}, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Maria Tomohon

E-mail: mariairen pandoh@gmail.com

Riwayat Artikel:

Dikirim: 23 Februari 2026

Direvisi : 25 Februari 2026

Diterima: 27 Februari 2026

Abstrak: Anak tuna grahita memiliki keterbatasan dalam fungsi intelektual dan kemampuan adaptif yang berdampak pada rendahnya keterampilan interaksi sosial. Kondisi ini menuntut adanya intervensi yang terstruktur dan berkelanjutan guna mengoptimalkan kemampuan bersosialisasi mereka. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial anak tuna grahita melalui program stimulus interaksi sosial berbasis aktivitas kelompok yang dilaksanakan di Panti Tuna Grahita Santa Anna Tomohon. Metode yang digunakan meliputi observasi awal, perencanaan program, pelaksanaan aktivitas kelompok, serta evaluasi perkembangan peserta. Aktivitas kelompok dirancang dalam bentuk permainan edukatif, simulasi peran, diskusi sederhana, dan Kerjasama tim yang menekankan pada komunikasi, empati, dan keterampilan berbagi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kemampuan anak dalam memulai percakapan, merespon instruksi, bekerja sama, serta menunjukkan sikap saling menghargai. Anak-anak tampak lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya maupun pendamping. Pendekatan berbasis aktivitas kelompok terbukti efektif karena memberikan kesempatan belajar melalui pengalaman langsung dalam suasana yang menyenangkan dan suportif.

Kata Kunci:

Anak tuna grahita, Interaksi sosial, Aktivitas kelompok

Pendahuluan

Anak tunagrahita merupakan anak dengan keterbatasan fungsi intelektual dan adaptif yang berdampak signifikan terhadap kemampuan bersosialisasi, seperti berkomunikasi, memahami norma sosial, serta menjalin hubungan dengan lingkungan sekitarnya. Keterbatasan tersebut menyebabkan anak tunagrahita sering mengalami hambatan dalam interaksi sosial, baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat, sehingga berpotensi menimbulkan isolasi sosial dan rendahnya kepercayaan diri. Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa kemampuan sosial anak tunagrahita tidak berkembang secara optimal tanpa adanya intervensi yang terstruktur dan berkelanjutan, terutama yang dirancang sesuai dengan karakteristik

perkembangan mereka (Christiana & Safitri, 2021)

Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan bersosialisasi anak tunagrahita adalah stimulus interaksi sosial berbasis aktivitas kelompok. Aktivitas kelompok memungkinkan anak untuk belajar melalui pengalaman nyata, seperti berbagi peran, bekerja sama, menunggu giliran, serta mengekspresikan emosi secara sosial dapat diterima. Penelitian dalam lima tahun terakhir menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok dan permainan kooperatif mampu meningkatkan kemampuan komunikasi, empati, serta interaksi sosial anak tunagrahita secara signifikan dibandingkan metode pembelajaran individual (Srivastava et al., 2024)

Lebih lanjut, aktivitas kelompok yang dirancang sebagai stimulus interaksi sosial memiliki keunggulan karena bersifat naturalistik, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak. Lingkungan kelompok memberikan kesempatan bagi anak tunagrahita untuk meniru perilaku sosial yang tepat, membangun relasi dengan teman sebaya, serta meningkatkan rasa percaya diri. Studi mutakhir juga menegaskan bahwa intervensi berbasis kelompok lebih efektif dalam mempertahankan dan menggeneralisasikan keterampilan sosial dibandingkan intervensi individual, terutama ketika dilakukan secara konsisten dan terstruktur (Leifler et al., 2022)

Berdasarkan uraian tersebut, optimalisasi kemampuan bersosialisasi anak tunagrahita melalui program stimulus interaksi sosial berbasis aktivitas kelompok menjadi sangat penting untuk dikembangkan. Program ini diharapkan mampu menjadi pendekatan intervensi yang efektif, aplikatif, dan berkelanjutan dalam meningkatkan keterampilan sosial anak tunagrahita, sehingga mereka dapat berpartisipasi lebih aktif dalam kehidupan sosial dan mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Dukungan bukti empiris terbaru memperkuat urgensi penerapan program ini sebagai bagian dari upaya pendidikan dan rehabilitasi anak berkebutuhan khusus (Christiana & Safitri, 2021)

Metode

Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode sosialisasi dan demonstrasi langsung dalam bentuk permainan (games) yang ditujukan untuk menstimulasi motorik setiap pasien yang berada di Panti Sosial Tuna Grahita. Di akhir kegiatan, diberi kesempatan kepada seluruh anak yang berada di Panti Sosial Tuna Grahita untuk bernyanyi dan bertanya, juga berinteraksi secara langsung dengan seluruh Dosen dan mahasiswa yang hadir dalam

kegiatan pengabdian tersebut.

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Panti Sosial Tuna Grahita Santa Anna Tomohon bertujuan untuk mengoptimalkan kemampuan bersosialisasi anak tuna grahita melalui program stimulus interaksi sosial berbasis aktivitas kelompok. Program ini dirancang berdasarkan karakteristik anak dengan disabilitas intelektual yang umumnya mengalami hambatan dalam komunikasi, pemahaman sosial, regulasi emosi, serta keterampilan adaptif dalam lingkungan sosial.

1. Peningkatan kemampuan interaksi sosial

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kemampuan anak dalam melakukan kontak sosial dasar, seperti menyapa teman, melakukan kontak mata, menunggu giliran, serta mengikuti interaksi sederhana dalam kelompok. Pada tahap awal observasi, Sebagian besar anak cenderung pasif, menarik diri, atau hanya berinteraksi dengan pendamping. Setelah dilakukan rangkaian aktivitas kelompok seperti permainan kooperatif, simulasi peran (role play), dan kegiatan seni bersama, anak mulai menunjukkan respon sosial yang lebih aktif. Perubahan ini terlihat dari meningkatnya frekuensi komunikasi verbal sederhana, ekspresi emosi positif, serta kemauan untuk terlibat dalam aktivitas bersama tanpa paksaan. Aktivitas kelompok terbukti menjadi media efektif karena memberikan kesempatan praktik langsung dalam situasi sosial yang terstruktur dan aman.



Gambar 1. Kegiatan peningkatan kemampuan interaksi sosial

2. Perkembangan Kerja Sama dan Empati

Melalui kegiatan permainan kelompok dan tugas kolaboratif (misalnya menyusun puzzle bersama, permainan estafet sederhana, dan kegiatan bernyanyi berkelompok), anak-anak menunjukkan peningkatan kemampuan bekerja sama. Mereka mulai memahami konsep berbagi alat, membantu teman, serta mengikuti aturan kelompok.

3. Peningkatan Kepercayaan Diri

Salah satu dampak signifikan dari program ini adalah meningkatnya rasa percaya diri anak. Pada awal kegiatan, beberapa anak menunjukkan kecenderungan malu atau menolak tampil di depan kelompok. Setelah beberapa sesi, anak mulai berani memperkenalkan diri, bernyanyi, atau menunjukkan hasil karya di hadapan teman-temannya. Pemberian penguatan positif (*reinforcement*) seperti pujian verbal, tepak tangan bersama, dan reward sederhana terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi dan partisipasi aktif anak dalam kegiatan sosial.



Gambar 2. Peningkatan Kepercayaan diri

4. Peran Pendamping dan Lingkungan

Keberhasilan program ini juga dipengaruhi oleh keterlibatan aktif pengasuh dan pendamping di panti. Pendamping dilibatkan dalam setiap sesi untuk memastikan keberlanjutan stimulasi setelah kegiatan pengabdian selesai. Lingkungan yang suportif,

konsisten, dan penuh penerimaan menjadi faktor penting dalam mempertahankan perkembangan sosial anak. Selain itu, pendekatan berbasis aktivitas kelompok memberikan suasana belajar yang menyenangkan dan tidak menekan, sehingga anak lebih muda menerima stimulus sosial.



Gambar 3. Peran Pendamping dan Lingkungan

5. Evaluasi dan Tantangan

Beberapa tantangan yang ditemukan antara lain perbedaan Tingkat kemampuan intelektual antar anak, rentang perhatian yang pendek, serta adanya perilaku repetitive pada beberapa peserta. Oleh karena itu, kegiatan perlu disesuaikan dengan Tingkat kemampuan masing-masing anak (*individualized approach*) serta dilakukan secara bertahap dan berulang. Evaluasi secara umum menunjukkan bahwa program stimulus interaksi sosial berbasis aktivitas kelompok efektif dalam meningkatkan kemampuan bersosialisasi anak tuna grahita di Panti Tuna Grahita Santa Ana, terutama dalam aspek komunikasi dasar, kerja sama, dan kepercayaan diri.

Diskusi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Panti Tuna Grahita Santa Ana menunjukkan bahwa program stimulus interaksi sosial berbasis aktivitas kelompok memberikan dampak positif terhadap perkembangan kemampuan bersosialisasi anak tuna grahita. Berdasarkan hasil observasi awal, sebagian besar anak menunjukkan keterbatasan dalam memulai interaksi, mempertahankan kontak mata, serta merespons komunikasi sederhana. Namun, setelah mengikuti rangkaian kegiatan seperti permainan kooperatif, simulasi peran, bernyanyi bersama, dan aktivitas seni kelompok, terjadi peningkatan dalam partisipasi sosial. Anak-anak mulai mampu menyapa teman, menunggu giliran, mengikuti instruksi sederhana, serta menunjukkan ekspresi emosi yang lebih positif selama kegiatan berlangsung.

Peningkatan ini juga terlihat pada aspek kerja sama dan kemampuan memahami aturan sosial sederhana. Melalui tugas kolaboratif, anak belajar berbagi alat, membantu teman, dan menyelesaikan aktivitas secara bersama-sama. Meskipun kemampuan empati masih berkembang pada tahap dasar, beberapa anak mulai menunjukkan respons sosial yang lebih adaptif, seperti memberi dukungan kepada teman yang mengalami kesulitan. Hal ini mengindikasikan bahwa stimulasi yang dilakukan secara terstruktur dan berulang dapat membantu memperkuat keterampilan sosial-emosional anak tuna grahita.

Selain itu, program ini turut berkontribusi terhadap peningkatan rasa percaya diri anak. Pada awal kegiatan, sebagian anak tampak ragu atau enggan tampil di depan kelompok. Seiring berjalannya sesi intervensi dan adanya penguatan positif berupa pujian serta apresiasi sederhana, anak menjadi lebih berani mengekspresikan diri. Lingkungan yang suportif dan keterlibatan aktif pendamping panti juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan program, karena memberikan rasa aman dan konsistensi dalam pemberian stimulus sosial.

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan menghadapi beberapa tantangan, seperti perbedaan tingkat kemampuan intelektual antar anak dan keterbatasan rentang perhatian. Oleh karena itu, pendekatan individual yang fleksibel dan penyesuaian aktivitas sesuai kemampuan masing-masing anak menjadi hal yang krusial. Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan berbasis aktivitas kelompok efektif dalam mengoptimalkan kemampuan bersosialisasi anak tuna grahita, khususnya dalam aspek komunikasi dasar, kerja sama, dan kepercayaan diri, serta berpotensi untuk dikembangkan sebagai model intervensi berkelanjutan di lingkungan panti.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan program stimulus interaksi sosial berbasis aktivitas kelompok di **Panti Tuna Grahita Santa Ana** efektif dalam mengoptimalkan kemampuan bersosialisasi anak tuna grahita. Program ini mampu meningkatkan keterampilan komunikasi dasar, kerja sama, empati sederhana, serta rasa percaya diri anak melalui kegiatan yang terstruktur, menyenangkan, dan dilakukan secara berulang. Dukungan lingkungan yang suportif serta keterlibatan aktif pendamping turut memperkuat keberhasilan intervensi. Meskipun terdapat tantangan terkait perbedaan tingkat kemampuan dan rentang perhatian anak, pendekatan yang fleksibel dan individual terbukti dapat membantu memaksimalkan hasil, sehingga program ini layak untuk dilanjutkan dan dikembangkan secara berkelanjutan.

Pengakuan/Acknowledgements

Dalam laporan hasil penyuluhan ini membahas tentang bagaimana mengoptimalkan kemampuan bersosialisasi anak-anak yang berada di panti tuna grahita santa anna Tomohon. Kami dari tim penyuluhan mengucapkan terima kasih kepada : Pihak Kepala Panti Tuna Grahita Santa Anna Tomhon yang telah membantu dan memfasilitasi tim penyuluhan mulai dari tahap permohonan pelaksanaan hingga pelaksanaan kegiatan ini. Ketua STIKes Gunung Maria Tomohon yang memberikan kesempatan bagi tim penyuluhan untuk pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini. Seluruh pihak yang terlibat yang tidak bisa disebutkan satu-persatu, kami ucapkan terima kasih.

Daftar Referensi (TNR, ukuran 13)

- Alzahrani, A. M., Alghamdi, A. S., & Alzahrani, H. A. (2021). Impact of screen time on sleep. quality, academic performance, and mental health among university students. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 10(5), 1905–1910. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_1944_20
- American Academy of Pediatrics. (2016). Media and Young Minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- American Optometric Association. (2021). *Computer Vision Syndrome*. Retrieved from <https://www.aoa.org>
- Chang, A.-M., et al. (2015). Evening use of light-emitting eReaders negatively affects sleep,

- circadian timing, and next-morning alertness. *Proceeding of the National Academy of Sciences*, 112(4), 1232-1237.
- Hale, L., & Guan, S. (2015). Screen time and sleep among school-aged children and adolescents: A systematic literature review. *Sleep Health*, 1(4), 302–310. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2015.08.007>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Risiko Penggunaan Gadget Berlebihan pada Anak. <https://www.kemkes.go.id>
- Nugroho, R. A., & Wahyuni, D. (2020). Pengaruh penggunaan gadget terhadap kesehatan mata siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 145–152.
- Putri, N. W., & Kurniawan, Y. (2020). Hubungan Screen Time dengan Kualitas Tidur pada Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 45–52. <https://doi.org/10.22219/jk.v11i1.12345>
- Rahmawati, L., & Sari, R. P. (2022). Pengaruh Durasi Penggunaan Gadget terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 10(2), 89–97.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283.
- UNICEF. (2022). *The State of the World's Children 2022: Children, digital technology, and wellbeing*. Retrieved from <https://www.unicef.org>
- World Health Organization. (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>
- World Health Organization. (2020). *Digital Health and Wellbeing*. Retrieved from <https://www.who.int>