

**KARAKTERISTIK DAN EFEKTIVITAS VIDEO PEMBELAJARAN
UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MERAWAT DIRI PADA
PESERTA DIDIK HAMBATAN INTELEKTUAL: *SYSTEMATIC
LITERATURE REVIEW***

(Kajian Pustaka)



Oleh:

NUR IQLIMA

1102619030

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan**

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KHUSUS

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2026

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Judul : Karakteristik dan Efektivitas Video Pembelajaran untuk Meningkatkan Keterampilan Merawat Diri pada Peserta Didik Hambatan Intelektual: *Systematic Literature Review*

Nama Mahasiswa : Nur Iqlima

NIM : 1102619030

Program Studi : Pendidikan Khusus

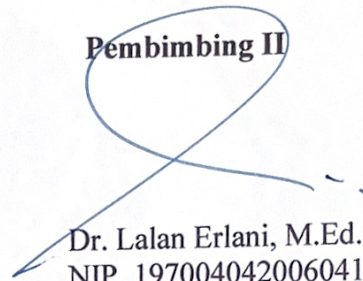
Tanggal Ujian : Selasa, 28 Juli 2026

Pembimbing I



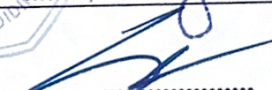
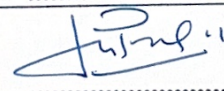
Dr. Indra Jaya, M. Pd.
NIP. 19780822202121002

Pembimbing II



Dr. Lalan Erlani, M.Ed.
NIP. 197004042006041001

Panitia Ujian Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd (Penanggung Jawab) ¹		14 - 08 - 2026
Karta Sasmita, S.Pd, M.Si, Ph.D (Wakil Penanggung Jawab) ²		14 - 08 - 2026
Dr. Irah Kasirah, M.Pd (Ketua Penguji) ³		07 - 08 - 2026
Marja, M.Pd (Anggota) ⁴		05 - 08 - 2026
Dra. Siti Nuraini P., M.Sp.Ed (Anggota) ⁵		05 - 08 - 2026

¹ Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

² Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan dan Alumni

³ Ketua Penguji

⁴ Dosen Penguji

⁵ Dosen Penguji

**KARAKTERISTIK DAN EFEKTIVITAS VIDEO PEMBELAJARAN
UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MERAWAT DIRI PADA
PESERTA DIDIK HAMBATAN INTELEKTUAL: *SYSTEMATIC
LITERATURE REVIEW***

Nur Iqlima

ASBTRAK

Peserta didik dengan hambatan intelektual memerlukan pembelajaran yang mendukung penguasaan keterampilan merawat diri untuk meningkatkan kemandirian dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu media yang digunakan adalah video pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis karakteristik dan mengidentifikasi efektivitas video pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan merawat diri pada peserta didik dengan hambatan intelektual. Penelitian menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) mengacu pada pedoman PRISMA. Artikel diperoleh melalui Google Scholar menggunakan *Publish or Perish* pada rentang tahun 2016–2026. Sebanyak 11 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis menggunakan sintesis naratif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penelitian didominasi oleh desain penelitian tindakan kelas dengan subjek peserta didik hambatan intelektual sedang. Materi yang paling banyak diteliti adalah menggosok gigi, sedangkan video pembelajaran dan video animasi merupakan jenis video yang paling sering digunakan. Hampir seluruh penelitian menerapkan *task analysis* dalam pembelajaran. Seluruh artikel menunjukkan bahwa video pembelajaran efektif meningkatkan keterampilan merawat diri, dengan efektivitas yang paling konsisten pada materi menggosok gigi.

Kata kunci: video pembelajaran, keterampilan merawat diri, hambatan intelektual, *systematic literature review*.

***CHARACTERISTICS AND EFFECTIVENESS OF INSTRUCTIONAL
VIDEOS FOR IMPROVING SELF-CARE SKILLS IN STUDENTS WITH
INTELLECTUAL DISABILITIES: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW***

Nur Iqlima

ABSTRACT

Students with intellectual disabilities require instruction that supports the mastery of self-care skills to enhance their independence in daily life. Instructional videos are one of the media used for this purpose. This study aims to analyze the characteristics and identify the effectiveness of instructional videos in improving self-care skills among students with intellectual disabilities. The study employed a Systematic Literature Review (SLR) method based on PRISMA guidelines. Articles were retrieved via Google Scholar using the Publish or Perish tool, covering the period from 2016 to 2026. Eleven articles meeting the inclusion criteria were analyzed using narrative synthesis. The results indicate that the research was dominated by classroom action research designs involving students with moderate intellectual disabilities. Tooth brushing was the most frequently studied skill, while instructional videos and animated videos were the most commonly used video formats. Almost all studies incorporated task analysis into the instruction. All articles demonstrated that instructional videos were effective in improving self-care skills, with the most consistent effectiveness observed in the area of tooth brushing.

Keywords: *instructional videos, self-care skills, intellectual disabilities, systematic literature review*

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Nur Iqlima

No. Registrasi : 1102619030

Program Studi : Pendidikan Khusus

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Karakteristik dan Efektivitas Video Pembelajaran untuk Meningkatkan Keterampilan Merawat Diri pada Peserta Didik Hambatan Intelektual: *Systematic Literature Review*” adalah:

1. dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian/pengembangan pada bulan Juni-Juli 2026.
2. bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 9 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Nur Iqlima



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Nur Iqlima
NIM : 1102619030
Fakultas/Prodi : Ilmu Pendidikan / Pendidikan Khusus
Alamat email : nuriqlima.contact@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Karakteristik dan Efektivitas Video Pembelajaran untuk Meningkatkan Keterampilan
Merawat Diri pada Peserta Didik Hambatan Intelektual : Systematic Literature Review

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

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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 7 Agustus 2026

Penulis

(Nur Iqlima)
nama dan tanda tangan

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“来都来了”

Alhamdulillahirabbil'alamin. Segala puji bagi Allah, Tuhan seluruh alam. Tanpa bantuan-Nya entah pada versi mana file skripsi ini bisa peneliti akhiri. Melalui lembar yang personal ini, peneliti ingin mempersembahkannya kepada:

1. Bapak dan (terutama) Ibu, yang selalu percaya dan siap sedia mendanai semua keanehan hidup peneliti. Kuajukan satu kavling di surga untuk kalian.
2. Kakak-kakakku, yang selalu sabar, perhatian, dan bermulut sopan meski *software* adiknya sering *ngadat*. Semoga hijau terus portofoliomu.
3. Teman-temanku, yang perhatian, baik hati, tidak sombong, kurang menabung, dan banyak jajan. *At last, lol*.
4. “when yh” klub, yang sudah mau meladeni peneliti dengan segala kebingungan, humor nyebrang, dan celetukan *absurd*-nya.
5. Teman seangkatan, yang bersedia saling membantu, mengingatkan, dan menyelesaikan ini bersama. Sukses deh, kita semua.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan taufiq, karunia, rahmat, serta hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyusun laporan skripsi yang berjudul “Karakteristik dan Efektivitas Video Pembelajaran untuk Meningkatkan Keterampilan Merawat Diri pada Peserta Didik Hambatan Intelektual: *Systematic Literature Review*”.

Peneliti menyadari dengan penuh, pada proses penyusunan sampai selesainya skripsi ini bukan hanya hasil kerja keras peneliti sendiri. Banyak sekali dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan rasa terima kasih kepada beberapa pihak.

Terkhusus kepada Bapak Dr. Aip Badrujaman, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Bapak Karta Sasmita, S.Pd, M.Si, Ph.D selaku Wakil Dekan I, Bapak Dr. Indra Jaya, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Khusus dan dosen pembimbing satu, serta Bapak Dr. Lalan Erlani, M.Ed selaku dosen pembimbing dua. Tak lupa, kepada seluruh staf Prodi Pendidikan Khusus yang telah sabar dan selalu membantu dalam proses perkuliahan dan peradministrasian.

Tak lupa kepada kedua orang tua yang telah memberikan doa, dorongan, dan juga semangat kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi ini. Juga kepada seluruh rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Khusus angkatan 2019 yang telah memberikan dukungan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Akan tetapi, peneliti menerima kritik dan saran. Terakhir, peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan peneliti sendiri.

Jakarta, Juli 2026

Peneliti,
Nur Iqlima

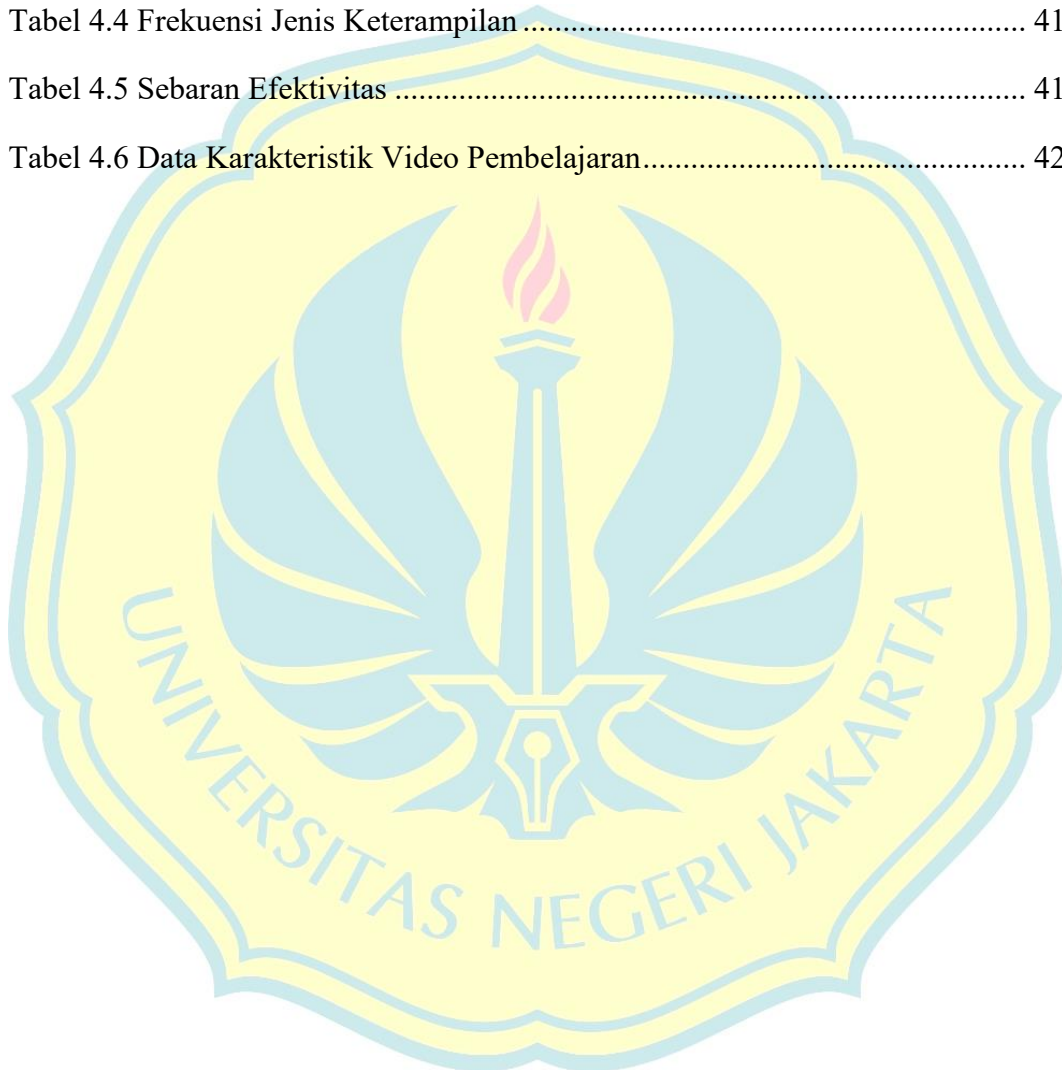
DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	i
ASBTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Kajian.....	4
C. Perumusan Masalah.....	5
D. Tujuan Kajian	5
E. Kegunaan Hasil Penelitian.....	5
BAB II ACUAN KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Hakikat Media Pembelajaran.....	7
1. Pengertian Media Pembelajarans	7
2. Jenis-jenis Media Pembelajaran	8
3. Kelebihan dan Kekurangan Jenis-jenis Media Pembelajaran	9
B. Hakikat Bina Diri.....	10
1. Pengertian Bina Diri	10
2. Komponen Bina Diri	11
C. Hakikat Hambatan Intelektual	13
1. Pengertian Hambatan Intelektual	13
D. Hasil Kajian yang Relevan	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	16

A. Tujuan Khusus Penelitian	16
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	16
C. Pemilihan Korpus	16
D. Prosedur Penelitian	18
E. Teknik Analisis Data	20
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	21
A. Data Hasil Penelitian	21
B. Hasil Analisis Deskriptif	22
C. Hasil Analisis Komparatif	34
D. Interpretasi Hasil Penelitian.....	43
E. Kesimpulan Analisis.....	49
F. Keterbatasan Penelitian	49
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Implikasi	52
C. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Korpus Data Penelitian	21
Tabel 4.2 Ekstraksi Data	35
Tabel 4.3 Frekuensi Jenis Video	41
Tabel 4.4 Frekuensi Jenis Keterampilan	41
Tabel 4.5 Sebaran Efektivitas	41
Tabel 4.6 Data Karakteristik Video Pembelajaran.....	42



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Diagram Alir PRISMA.....	18
-----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Bukti Penelusuran Literatur.....	57
Lampiran 2: Matriks Ekstraksi Data Metadata	58
Lampiran 3: Lembar Saran Revisi Sidang Skripsi.....	59

