



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA
2024

Panduan Guru
Penanganan
Perilaku
bagi Peserta Didik Autis



Ossy Firstanti Wardany
Sera Janwati

SDLB, SMPLB, dan SMALB

Hak Cipta pada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia.
Dilindungi Undang-Undang

Penafian: Buku ini disiapkan oleh pemerintah dalam rangka pemenuhan kebutuhan buku pendidikan yang bermutu, murah, dan merata sesuai dengan amanat dalam UU No. 3 Tahun 2017. Buku ini disusun dan ditelaah oleh berbagai pihak di bawah koordinasi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Buku ini merupakan dokumen hidup yang senantiasa diperbaiki, diperbarui, dan dimutakhirkan sesuai dengan dinamika kebutuhan dan perubahan zaman. Masukan dari berbagai kalangan yang dialamatkan kepada penulis atau melalui alamat surel buku@kemdikbud.go.id diharapkan dapat meningkatkan kualitas buku ini.

**Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB**

Penulis

Ossy Firstanti Wardany
Sera Janwati

Penelaah

Sukinah
Aldjon Nixon Dapa

Penyelia/Penyelarass

Supriyatno
Wijanarko Adi Nugroho
Irma Afriyanti
Robertus Krisnanda Windhartoko

Kontributor

Maria Marcela Benedita Dos Santos
Irawan

Ilustrator

Nadia Ailsa

Editor

Yulianus Febriarko
Robertus Krisnanda Windhartoko

Editor Visual

M. Ady Nugeraha

Desainer

Mohamad Lutvi

Penerbit

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi

Dikeluarkan oleh

Pusat Perbukuan Kompleks Kemdikbudristek Jalan RS. Fatmawati, Cipete, Jakarta Selatan
<https://buku.kemdikbud.go.id>

Cetakan Pertama, 2024

ISBN 978-634-00-0781-7 (PDF)

Isi buku ini menggunakan huruf Noto Sans 10/18 pt., SIL Open Font License.
xvi, 264 hlm.: 17,6 × 25 cm.

Kata Pengantar

Dengan penuh rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, pada tahun ini Pusat Perbukuan kembali menghadirkan buku-buku yang dikembangkan untuk mendukung proses pembelajaran pendidikan khusus. Buku-buku ini merupakan buku teks utama yang tidak hanya dapat digunakan oleh para Sahabat Guru di sekolah luar biasa, namun juga di kelas-kelas inklusi yang tersebar di seluruh Indonesia.

Buku-buku ini hadir dalam lima kesatuan seri yang saling berkaitan satu dengan lainnya. Pada buku tersaji gagasan dan solusi kreatif yang dapat menjadi inspirasi Sahabat Guru dalam merancang kegiatan pembelajaran di kelas, terutama untuk pembelajaran Program Kebutuhan Khusus. Buku ini diharapkan juga menjadi motivasi bagi seluruh komunitas sekolah serta orang tua, guna mendukung anak berkebutuhan khusus dalam memperoleh hak untuk memperoleh pendidikan yang layak dan bermutu.

Kehadiran buku ini mencerminkan komitmen kuat Pusat Perbukuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan khusus dan pendidikan inklusif. Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berperan dalam penyusunan buku ini. Semoga upaya bersama ini mendapat berkah dari Tuhan Yang Maha Esa dan dapat memperkuat semangat untuk selalu memberikan yang terbaik untuk pendidikan demi masa depan generasi mendatang.

Jakarta, 10 Oktober 2024
Kepala Pusat Perbukuan

Supriyatno

Prakata

Kami haturkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas cinta dan kasihnya, buku ini dapat selesai dan hadir untuk sahabat guru semua. Buku ini ada untuk mengajak guru lebih mengenal, mengidentifikasi, dan menangani perilaku peserta didik autis yang diselaraskan dengan Capaian Pembelajaran dalam Kurikulum Merdeka.

Buku ini terdiri dari sembilan bab yang akan memandu guru dalam menangani perilaku yang disesuaikan dengan Kurikulum Merdeka. Bab pertama akan mengajak guru mengenal buku ini dan menjawab pertanyaan mengapa buku ini perlu bagi para guru. Melalui Bab dua, guru dapat lebih menyelami perilaku peserta didik autis, permasalahan, penyebab dan strategi menangani masalahnya. Bab ketiga hingga sembilan terdiri dari materi, kasus, dan contoh penanganan berbagai masalah perilaku pada peserta didik autis. Kasus-kasus yang ada mungkin pernah dijumpai di sekolah, baik di satuan pendidikan khusus maupun umum. Buku ini juga dilengkapi dengan materi dan infografis yang diharapkan dapat membuat guru tertarik dan senang membacanya.

Kami berharap buku ini dapat membantu guru dalam menangani dan mengarahkan perilaku peserta didik autis di kelas. Buku ini hadir sebagai panduan, tetapi bukan berarti kaku sebagai satu-satunya acuan. Kami harap buku ini bisa menginspirasi tanpa membatasi guru dalam mengeksplorasi penanganan perilaku peserta didik autis.

Terakhir, kami ucapkan terima kasih kepada setiap pihak yang membantu dalam menyelesaikan buku ini. Kendati jauh dari sempurna, kami harap buku ini dapat membantu pembaca dalam menangani perilaku peserta didik autis.

Salam hangat dan semangat,

*Ossy Firstanti Wardany
Sera Janwati*

Daftar Isi

Kata Pengantar	iii
Prakata	iv
Daftar Isi	v
Daftar Tabel.	vii
Daftar Gambar	ix
Penanda Visual dalam Buku	xiii
Apa yang Guru Butuhkan?	xiv

BAB 1 Melihat Lebih Dekat Buku Ini

A. Latar Belakang	3
B. Tujuan	8
C. Sasaran Pembaca	9

BAB 2 Mendalami Perilaku Peserta Didik Autis

A. Konsep Penanganan Masalah Perilaku Peserta Didik Autis	14
B. Asesmen Perilaku Peserta Didik Autis	22
C. Prinsip dan Strategi Penanganan Masalah Perilaku Peserta Didik Autis.	29

BAB 3 Langit yang Tantrum

A. Ruang Lingkup Materi.	44
B. Capaian Pembelajaran	44
C. Tujuan Pembelajaran	44
D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat	44
E. Materi Pokok	45

BAB 4 Menyelami Dunia Laut

A. Ruang Lingkup Materi.	62
B. Capaian Pembelajaran	62
C. Tujuan Pembelajaran	62
D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat	62
E. Materi Pokok	63

BAB 5 Warna-Warni Emosi Magenta

A. Ruang Lingkup Materi.94
B. Capaian Pembelajaran94
C. Tujuan Pembelajaran94
D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat94
E. Materi Pokok95

BAB 6 Batur Lebih Terstruktur

A. Ruang Lingkup Materi.120
B. Capaian Pembelajaran120
C. Tujuan Pembelajaran120
D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat120
E. Materi Pokok121

BAB 7 Olea Melompat Lagi dan Lagi!

A. Ruang Lingkup Materi.152
B. Capaian Pembelajaran152
C. Tujuan Pembelajaran152
D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat152
E. Materi Pokok153

BAB 8 Umbra di Tengah Gelap Gulita

A. Ruang Lingkup Materi.172
B. Capaian Pembelajaran172
C. Tujuan Pembelajaran172
D. Saran Alokasi Waktu dan Perilaku Prasyarat172
E. Materi Pokok173

BAB 9 Saat Meru Kehilangan Uang Saku

A. Ruang Lingkup Materi.212
B. Capaian Pembelajaran212
C. Tujuan212
D. Saran Alokasi Waktu Dan Kemampuan Prasyarat212
E. Materi Pokok213

Glosarium.245
--------------------	------

Daftar Pustaka250
--------------------------	------

Indeks255
------------------	------

Pelaku Perbukuan256
----------------------------	------

Daftar Tabel

Tabel 1.1	Capaian Pembelajaran Elemen Perilaku	5
Tabel 1.2	Kompetensi yang Dikembangkan pada Elemen Perilaku dalam Buku Ini	6
Tabel 2.1	Karakteristik Perilaku (Miltenberger, 2012)	14
Tabel 2.2	Dimensi Perilaku	15
Tabel 2.3	Catatan Perilaku Tantrum pada Tulip	26
Tabel 2.4	Pertanyaan Kunci dalam Menganalisis Perilaku Bermasalah Peserta Didik Autis	27
Tabel 2.5	Prinsip Mengatasi Masalah Perilaku Peserta Didik Autis	33
Tabel 2.6	Contoh Tahapan Pemerolehan Kompetensi Perilaku	34
Tabel 2.7	Teknik Modifikasi Perilaku dan Contoh Penerapannya	36
Tabel 2.8	Rancangan Penanganan Perilaku Tantrum Beringin	40
Tabel 2.9	Membuat Tujuan Pemecahan Masalah Perilaku Spesifik	41
Tabel 3.1	Perbedaan Tantrum dan <i>Meltdown</i>	45
Tabel 3.2	Identifikasi Masalah	49
Tabel 3.3	Memilih Prioritas Target Perilaku	50
Tabel 3.4	Profil Peserta Didik Langit di Ranah Elemen Perilaku.	51
Tabel 4.1	Langkah-Langkah Mengembangkan Perilaku Patuh Peserta Didik Autis	65
Tabel 4.2	Identifikasi Masalah	72
Tabel 4.3	Memilih Prioritas Target Perilaku	74
Tabel 4.4	Profil Peserta Didik Laut di Ranah Elemen Perilaku	75
Tabel 4.5	Daftar Perilaku Kooperatif yang Perlu Dikembangkan Pada Laut	82
Tabel 5.1	Cara Belajar Mengidentifikasi Emosi Orang Lain	102
Tabel 5.2	Profil Peserta Didik di Ranah Elemen Perilaku.	105
Tabel 5.3	Daftar Penguat dan Konsekuensi Tiap Peserta Didik Autis	115
Tabel 6.1	Contoh Bantuan Visual dalam Pembelajaran Terstruktur	123
Tabel 6.2	Masalah Perilaku Peserta Didik Autis dalam Belajar dan Kiat Penanganan	124
Tabel 6.3	Analisis Permasalahan Perilaku Batur	133
Tabel 6.4	Analisis Permasalahan Perilaku	141
Tabel 6.5	Daftar Penguat Aktivitas yang Dapat Ditukar Ranau	143
Tabel 7.1	Tipe Perilaku dan Minat yang Terbatas dan Berulang	153
Tabel 7.2	Penyebab Perilaku Repetitif Peserta Didik Autis	155

Tabel 7.3	Contoh Perilaku Repetitif dan Minat Terbatas159
Tabel 7.4	Analisis Permasalahan Perilaku Olea161
Tabel 8.1	Tiga Jenis Respons Terhadap Kecemasan.175
Tabel 8.2	Pencegahan dan Penanganan pada Kecemasan yang Berlebihan175
Tabel 8.3	Kiat Mengatasi Perilaku Agresif184
Tabel 8.4	Penyebab dan Penanganan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri . .	.186
Tabel 8.5	Identifikasi Masalah190
Tabel 8.6	Profil Peserta Didik Umbra di Ranah Elemen Perilaku191
Tabel 8.7	Asesmen Pembelajaran Menghadapi Kecemasan197
Tabel 8.8	Pencatatan Kejadian Ketika Kecemasan Datang.199
Tabel 9.1	Kiat Mempersiapkan Peserta Didik Autis Mengelola Perilaku Sendiri221
Tabel 9.2	Contoh Daftar Masalah dan Saran Solusinya223
Tabel 9.3	Analisis Masalah Perilaku Meru233

Daftar Gambar

Gambar 1.1	Bu Mendung yang Bingung	2
Gambar 1.2	Tujuan Buku Ini	8
Gambar 1.3	Sasaran Pembaca Buku Ini	9
Gambar 1.4	Bu Derai menghadapi Bintang yang Tantrum.	10
Gambar 2.1	Fungsi Perilaku dan Contohnya.	16
Gambar 2.2	Bentuk dan Contoh Gangguan Perilaku pada Peserta Didik Autis	20
Gambar 2.3	Tiga Area Masalah Perilaku Maladaptif pada Peserta Didik Autis.	21
Gambar 2.4	Infografis Tujuan Asesmen Perilaku bagi Guru	22
Gambar 2.5	Langkah Asesmen Perilaku Peserta Didik Autis	23
Gambar 2.6	Contoh Definisi Operasional Sebuah Perilaku.	24
Gambar 2.7	Alur Prakejadian, Kejadian, dan Pascakejadian Perilaku	24
Gambar 2.8	Contoh Pencatatan Perilaku yang Dilakukan Pak Deras	25
Gambar 2.9	Ibu dari Beringin dan Bu Venus Mengobrol.	29
Gambar 2.10	Sudut Pandang Beringin.	31
Gambar 2.11	Hierarki Kompetensi Perilaku yang Diperoleh	33
Gambar 2.12	Teknik-Teknik dalam Memodifikasi Perilaku	36
Gambar 2.13	Urutan Level Bantuan	39
Gambar 3.1	Hal-Hal yang Seringkali Memicu Tantrum	46
Gambar 3.2	Contoh Posisi Badan dan Tangan Guru dalam Mencegah Peserta Didik Autis Menyakiti Diri Sendiri Saat Tantrum.	47
Gambar 3.3	Langit Membenturkan Kepala ke Dinding	48
Gambar 3.4	Contoh Catatan Bu Mendung tentang Perilaku Langit	53
Gambar 3.5	Ilustrasi Angkasa	56
Gambar 3.6	Ilustrasi Pak Deras Mengobrol dengan Bu Mendung.	57
Gambar 4.1	Penyebab dan Contoh Ketidakpatuhan Peserta Didik Autis	64
Gambar 4.2	Kiat Meningkatkan Kepatuhan Pada Peserta Didik Autis	68
Gambar 4.3	Hal-hal yang Harus Diperhatikan Guru Saat Mengajarkan Kepatuhan	69
Gambar 4.4	Contoh Langkah-langkah Mengajarkan Mengimitasi Perilaku pada Peserta Didik Autis	70
Gambar 4.5	Laut Tak Mau Masuk Kelas	71

Gambar 4.6	Menstimulasi Kepatuhan Peserta Didik Dengan Instruksi Menyenangkan 1	77
Gambar 4.7	Menstimulasi Kepatuhan Peserta Didik Dengan Instruksi Menyenangkan 2	78
Gambar 4.9	Laut Mengikuti Pak Timur ke Kelas.	79
Gambar 4.8	Pak Timur Memberikan Instruksi	79
Gambar 4.10	Tahap 1: Mengajarkan Meniru Perilaku Duduk	84
Gambar 4.11	Tahap 2: Mengajarkan Aktivitas Meniru Perilaku Melipat Tangan	85
Gambar 4.12	Tahap 3: Mengajarkan Membedakan 2 Aktivitas Meniru Duduk dan Melipat Tangan	86
Gambar 5.1	Emosi Dasar Manusia	95
Gambar 5.2	Keterampilan Dasar Emosi	96
Gambar 5.3	Contoh Lembar Aku Suka dan Tidak Suka	97
Gambar 5.4	Contoh Kartu Bergambar Sederhana Mengenal Emosi	98
Gambar 5.5	Contoh Cerita Sosial untuk Mempelajari Emosi Senang	98
Gambar 5.6	Contoh Bantuan Visual Mengekspresikan Emosi	100
Gambar 5.7	Magenta dengan Kartu-Kartu Emosi di Meja	104
Gambar 5.8	Kartu Emosi Dasar	107
Gambar 5.9	Kartu Gambar dan Foto Emosi Senang.	108
Gambar 5.10	Ilustrasi Mengajarkan Aturan Kelas	113
Gambar 6.1	Contoh Masalah Perilaku Saat Transisi.	126
Gambar 6.2	Contoh Jadwal Aktivitas harian	127
Gambar 6.3	Kartu Penanda 5 Menit Lagi	127
Gambar 6.4	Contoh Cerita Sosial Saat Istirahat	129
Gambar 6.5	Orang Tua dan Anak Menonton Video Lingkungan Sekolah.	132
Gambar 6.6	Batur Bertanya ke Pak Barito	132
Gambar 6.7	Contoh Papan Informasi Tugas	135
Gambar 6.8	Contoh Media Pemantauan Kemajuan Tugas	135
Gambar 6.9	Papan Informasi Tugas yang Digunakan Pak Barito	136
Gambar 6.10	Contoh Kartu Bertanya yang Digunakan Batur	137
Gambar 6.11	Contoh Dukungan Visual dalam Kegiatan Menyelesaikan Tugas	137
Gambar 6.12	Ranau yang Suka Matematika	140
Gambar 6.13	Jadwal Harian Ranau	144
Gambar 6.14	Kartu Aktivitas	145
Gambar 6.15	Kartu Pengingat Waktu	145
Gambar 6.16	Pilihan Kartu Penguat Aktivitas dalam Token Ekonomi yang Bisa didapatkan Ranau	146



Gambar 6.17	Contoh Gambar Kartu Relaksasi	146
Gambar 6.18	Bintang yang didapatkan Ranau	147
Gambar 7.1	Contoh Bentuk Perilaku Repetitif	154
Gambar 7.2	Contoh Pola Perilaku dan Minat yang Terbatas	156
Gambar 7.3	Olea melompat.	160
Gambar 7.4	Contoh Lembar Pencatatan Grafik Frekuensi Melompat yang Disiapkan.	165
Gambar 7.5	Tamarind Mengamati Tanaman.	167
Gambar 7.6	Kontrak Perilaku Tamarind.	168
Gambar 7.7	Persea menata krayon di meja	169
Gambar 7.8	Bantuan Foto untuk Persea	170
Gambar 8.1	Pemicu Kecemasan pada Peserta Didik Autis	174
Gambar 8.2	Hal yang Boleh dan Tidak Boleh Dilakukan Guru dalam Menanggapi Kecemasan Peserta Didik Autis	179
Gambar 8.3	Andromeda di Pesawat	180
Gambar 8.4	Infografis Topografi Bentuk Perilaku Agresif	181
Gambar 8.5	Bentuk Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Peserta Didik Autis.	185
Gambar 8.6	Penyebab Perilaku Menyakiti Diri Sendiri.	186
Gambar 8.7	Alamanda Memegang Boneka	188
Gambar 8.8	Umbra Menangis Karena Takut Gelap	189
Gambar 8.9	Cerita Sosial Jika Listrik Padam	193
Gambar 8.10	Kartu Menghadapi Listrik Padam	194
Gambar 8.11	Contoh Berbicara Kepada Diri Sendiri	195
Gambar 8.12	Badai Tampak Frustrasi	201
Gambar 8.13	Catatan Pak Topan dan Bu Siklon	203
Gambar 8.14	Lembar Pencatatan Masalah Perilaku Peserta Didik	205
Gambar 8.15	Cerita Sosial Ketika Diejek Teman	208
Gambar 8.16	Cerita Sosial Tentang Mengerjakan Tugas	208
Gambar 8.17	Pak Topan berbicara di depan kelas	209
Gambar 9.1	Manfaat Manajemen Diri bagi Peserta Didik Autis.	214
Gambar 9.2	Contoh Pencatatan Pemantauan Diri	215
Gambar 9.3	Contoh Pemantauan Diri	216
Gambar 9.4	Contoh Lembar Pemantauan Diri	217
Gambar 9.5	Langkah Menetapkan Tujuan.	218
Gambar 9.6	Bentuk dan Contoh Instruksi Diri	220
Gambar 9.7	Pencatatan Membaca dengan Target Menggunakan <i>Self-Graphing</i>	221
Gambar 9.8	Contoh Lembar Kerja Pemecahan Masalah.	224

Gambar 9.9	Infografis Langkah Mengelola Emosi Ketika Menjumpai Masalah atau Hal yang Tidak Menyenangkan	225
Gambar 9.10	Teknik STAR dalam Menghadapi Masalah	226
Gambar 9.11	Hal Penting dalam Manajemen Waktu	227
Gambar 9.12	Contoh Identifikasi Durasi Waktu Awal.	228
Gambar 9.13	Langkah Perencanaan dan Pelaksanaan Aktivitas	230
Gambar 9.14	Contoh Perencanaan Aktivitas	231
Gambar 9.16	Meru Panik	232
Gambar 9.15	Contoh Perencanaan Harian	232
Gambar 9.17	Contoh analisis Masalah yang Dilakukan Meru	236
Gambar 9.18	Serayu Menangis di Meja	240
Gambar 9.19	Lembar Manajemen Diri Milik Serayu	242
Gambar 9.20	Tangkapan Layar Berupa Contoh Catatan Peningat di Ponsel Serayu	242
Gambar 9.21	Catatan Tempel Peningat untuk Serayu.	243

Penanda Visual dalam Buku

Sahabat guru, terdapat beberapa penanda visual dalam buku ini. Sebelum membaca, mari simak penanda visual yang ada dan fungsinya.

Pengingat		Bagian dengan ikon ini menandakan hal penting yang menjadi kesimpulan atau kalimat kunci yang dibahas.
Pranala		Bagian dengan ikon ini menandakan adanya tautan dan Kode QR yang berisikan lampiran maupun tautan video.
Belajar dari Kasus, Yuk!		Bagian ini berisikan cerita kasus dan contoh pemecahan masalahnya dalam bentuk rancangan perilaku
Cerita dari guru lain		Bagian ini berisikan cerita singkat mengenai kasus dan penanganannya.
Pertanyaan untuk guru		Bagian ini berisikan pertanyaan yang membantu guru dalam berefleksi.
Obrolan guru		Bagian ini berisikan percakapan antara guru yang sering ditanyakan sehari-hari.

Apa yang Guru Butuhkan?

Sahabat guru, buku ini akan memandu pembaca untuk lebih memahami perilaku peserta didik autis dan penanganan masalah perilaku yang dialaminya. Setiap peserta didik autis unik dan memiliki permasalahan yang beragam. Oleh karena itu, sahabat guru dapat menggunakan buku ini sesuai dengan permasalahan yang dihadapi di kelas. Guna memudahkan, berikut menu-menu di buku ini.



BAB 1

Mengapa buku ini perlu untuk guru?

Konsep perilaku, asesmen perilaku, dan strategi penanganan perilaku peserta didik autis



BAB 2



BAB 3

Tantrum



BAB 4

Mengikuti instruksi
Meniru perilaku kooperatif

BAB 5

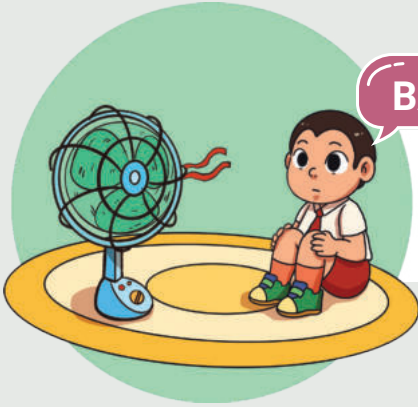


Mengidentifikasi emosi
Mengikuti aturan di kelas

BAB 6



Belajar yang terstruktur
Transisi dalam pembelajaran



BAB 7

Perilaku repetitif (berulang)
Pola perilaku dan minat yang terbatas



BAB 8

Kecemasan dan ketakutan
Perilaku agresif
Menyakiti diri sendiri



BAB 9

Keterampilan manajemen diri
Belajar memecahkan masalah
manajemen waktu dan aktivitas

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMLPB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

1

Melihat Lebih Dekat Buku Ini



Bu Mendung yang Bingung

Bu Mendung adalah seorang guru di Sekolah Luar Biasa (SLB) yang mengajar peserta didik autis. Belakangan, Bu Mendung tampak murung karena merasa bingung. Kebingungan Bu Mendung berpangkal dari adanya Kurikulum Merdeka. Satu sisi Kurikulum tersebut terdengar bagai angin segar di dunia pendidikan. Terlebih, kini Program Kebutuhan Khusus dijadikan mata pelajaran. Namun, di sisi lain hal itu membuat Bu Mendung bingung. Bagaimana caranya menyusun program kebutuhan khusus pada elemen perilaku?



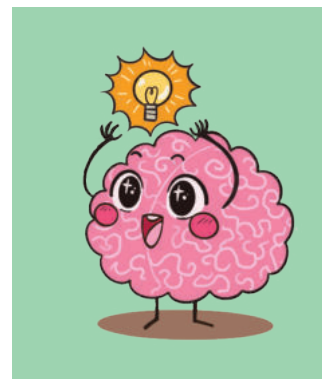
Gambar 1.1 Bu Mendung yang Bingung

“Bagaimana ya, cara menurunkan capaian pembelajaran elemen perilaku ini? Jika peserta didik autis di kelasku memiliki masalah perilaku berteriak dan menyerang guru secara tiba-tiba, bagaimana mengaitkannya dengan capaian pembelajaran? Seperti apa program kebutuhan khusus itu harus kubuat? Bagaimana ya, cara melakukan asesmen terhadap perilaku mereka? Ah, aku jadi bingung,” begitulah keluhan Bu Mendung. Setelah menceritakan keluhannya ke rekan sejawat, Bu Mendung tak merasa sendiri. Ternyata keluhan tersebut dirasakan juga oleh guru di SLB dan sekolah umum lain.

Kebingungan Bu Mendung diperparah karena ia merasa kesulitan mencari referensi yang sesuai. Kebanyakan referensi yang ia temukan berbahasa asing dan kurang mewakili kurikulum saat ini. Sebagai guru, ia membutuhkan buku panduan praktis yang bisa langsung diadaptasi dan memberikan petunjuk tanpa membatasi ruang gerak sebagai guru untuk merdeka mengajar. Bu Mendung berharap buku itu segera ada tidak hanya untuknya, tetapi juga untuk teman-teman guru di sekolah khusus maupun sekolah umum yang mengajar peserta didik autis dengan permasalahan perilakunya yang beraneka rupa.

Apakah pembaca pernah memiliki pengalaman berinteraksi dengan peserta didik autisme? Nah, bagi sahabat guru sendiri, apakah pernah mengalami kebingungan seperti kisah Bu Mendung di atas? Bagaimana pengalaman sahabat guru dalam menghadapi peserta didik autisme? Seperti apa masalah perilaku peserta didik autisme yang di kelas? Menurut APA (2013) dalam DSM V, gangguan spektrum autisme adalah gangguan neurologis yang melekat seumur hidup dan memiliki tiga masalah utama, yakni interaksi sosial, komunikasi sosial, dan perilaku. Nah, dari definisi itu kita mendapatkan kunci bahwa salah satu permasalahan peserta didik autisme adalah masalah perilaku. Sebagaimana spektrum, permasalahan perilaku pada peserta didik dengan gangguan spektrum autisme memiliki bentuk, jenis, kuantitas, dan intensitas yang bervariasi. Kita dapat mengategorikan permasalahan tersebut dalam bentuk perilaku berulang, minat yang terbatas, serta kekakuan akan rutinitas atau aktivitas tertentu. Sahabat guru mungkin pernah menjumpai peserta didik yang tantrum, memiliki gerak berulang seperti menggerakkan tangan berulang, atau menyukai suatu hal dan kesulitan berpindah dari satu aktivitas ke aktivitas lain. Masalah perilaku tersebut tentunya berdampak terhadap kehidupan sehari-hari, baik di rumah maupun sekolah.

Perilaku adalah apa yang kita katakan atau lakukan (Martin & Pear, 2015). **Setiap perilaku tentu memiliki tujuan dan arti.** Oleh karena itu, masalah perilaku pada peserta didik dengan gangguan spektrum autisme selalu memiliki sebab. Sebagai contoh, seorang peserta didik autisme tantrum karena kesulitan mengkomunikasikan yang ia rasakan dan ia butuh atau peserta didik autisme lain senang menjentikkan jari di depan mata untuk menstimulasi diri hingga mengganggu belajarnya. Permasalahan-permasalahan perilaku tersebut menjadi tantangan bagi orang tua maupun guru. Jika permasalahan perilaku tersebut tidak segera tertangani, peserta didik autisme akan sulit



Setiap perilaku peserta didik autisme memiliki tujuan dan arti.

mengembangkan diri. Selain itu, beberapa masalah perilaku peserta didik autis juga dapat menyakiti dirinya sendiri, mengganggu orang lain, atau mengganggu kegiatan belajar di sekolah.

Kita menyadari bahwa mengatasi permasalahan perilaku peserta didik autis akan membantu mengembangkan potensi yang dimiliki untuk mencapai kemandirian. Oleh karena itu, penting bagi guru untuk mengatasi dan mengelola perilaku peserta didik autis. Mengatasi perilaku tersebut menjadi salah satu hal yang perlu ditekankan dalam pembelajaran peserta didik autis dalam Program Kebutuhan Khusus. Hal ini sejalan dengan Permendikbudristek nomor 48 tahun 2023 yang menegaskan pentingnya penyediaan program kebutuhan khusus bagi peserta didik berkebutuhan khusus (PDBK), termasuk peserta didik autis.

Program Kebutuhan Khusus telah menjadi salah satu mata pelajaran wajib bagi PDBK di Kurikulum Merdeka. Program kebutuhan khusus pada peserta didik autis memiliki lima elemen, yakni interaksi sosial, komunikasi, perilaku, sensorik motorik, dan kemandirian. Perilaku merupakan manifestasi dari bentuk komunikasi anak autis. Oleh karena itu, mengatasi masalah perilaku anak autis dalam *setting* mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus akan membantu mereka mencapai tahapan perkembangan yang optimal. Misalnya, di awal, ada cerita bahwa Bu Mendung memiliki peserta didik autis yang kerap tantrum dengan menjerit dan menyerang guru secara tiba-tiba. Peserta didik tersebut perlu diberikan penanganan masalah perilaku (intervensi) agar lebih adaptif di kelas. Oleh karena itu, penting sekali bagi guru seperti Bu Mendung untuk merancang dan mengimplementasikan program kebutuhan khusus, terutama dalam menangani masalah perilaku peserta didik autis.

Kisah Bu Mendung di awal bab menyadarkan kita bahwa guru membutuhkan dukungan berupa panduan yang nyata, bermakna, dan mudah penggunaannya. Apa yang dialami Bu Mendung menyadarkan kita bahwa panduan yang membahas implementasi mengatasi masalah perilaku bagi peserta didik autis yang sesuai dengan Kurikulum Merdeka masih terbatas. Hal inilah yang menyebabkan banyak guru seperti Bu Mendung mengalami kesulitan dalam mengimplementasikan mata pelajaran Program Kebutuhan Khusus pada elemen perilaku. Oleh karena

itu, perlu adanya buku panduan yang menginspirasi guru dalam menangani masalah perilaku peserta didik autisme.

Buku panduan ini hadir untuk menjadi panduan guru dalam menangani dan mengelola perilaku peserta didik autisme. Terdapat beberapa hal yang perlu ditangani guru pada aspek perilaku peserta didik autisme. Hal ini tertuang dalam Capaian Pembelajaran Elemen Perilaku di Kurikulum Merdeka. Mari kita simak Tabel 1.1 berikut untuk mengetahui capaian pembelajaran di elemen perilaku.

Tabel 1.1 Capaian Pembelajaran Elemen Perilaku

Fase	Capaian Pembelajaran Elemen Perilaku
Fondasi	Anak mampu menunjukkan perilaku patuh di lingkungan terdekat dan mengungkapkan ragam emosi.
A	Peserta didik mengenali perilaku kooperatif dan tidak kooperatif, aturan dan tata nilai di berbagai lingkungan, serta mengenal beragam ungkapan emosi.
B	Peserta didik mampu memiliki perilaku yang kooperatif, berperilaku sesuai dengan aturan/norma yang berlaku, mengidentifikasi beragam ungkapan emosi diri sendiri dan orang lain (senang, sedih, marah, dan sebagainya).
C	Peserta didik mampu memiliki perilaku yang kooperatif, berperilaku sesuai dengan aturan/norma yang diinginkan.
D	Peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif dan membentuk perilaku yang adaptif.
E	Peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif dan membentuk perilaku yang adaptif.
F	Peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif dan membentuk perilaku yang adaptif.

Sumber: Keputusan Kepala BSKAP Kemendikbudristek Nomor 032/H/KR/2024

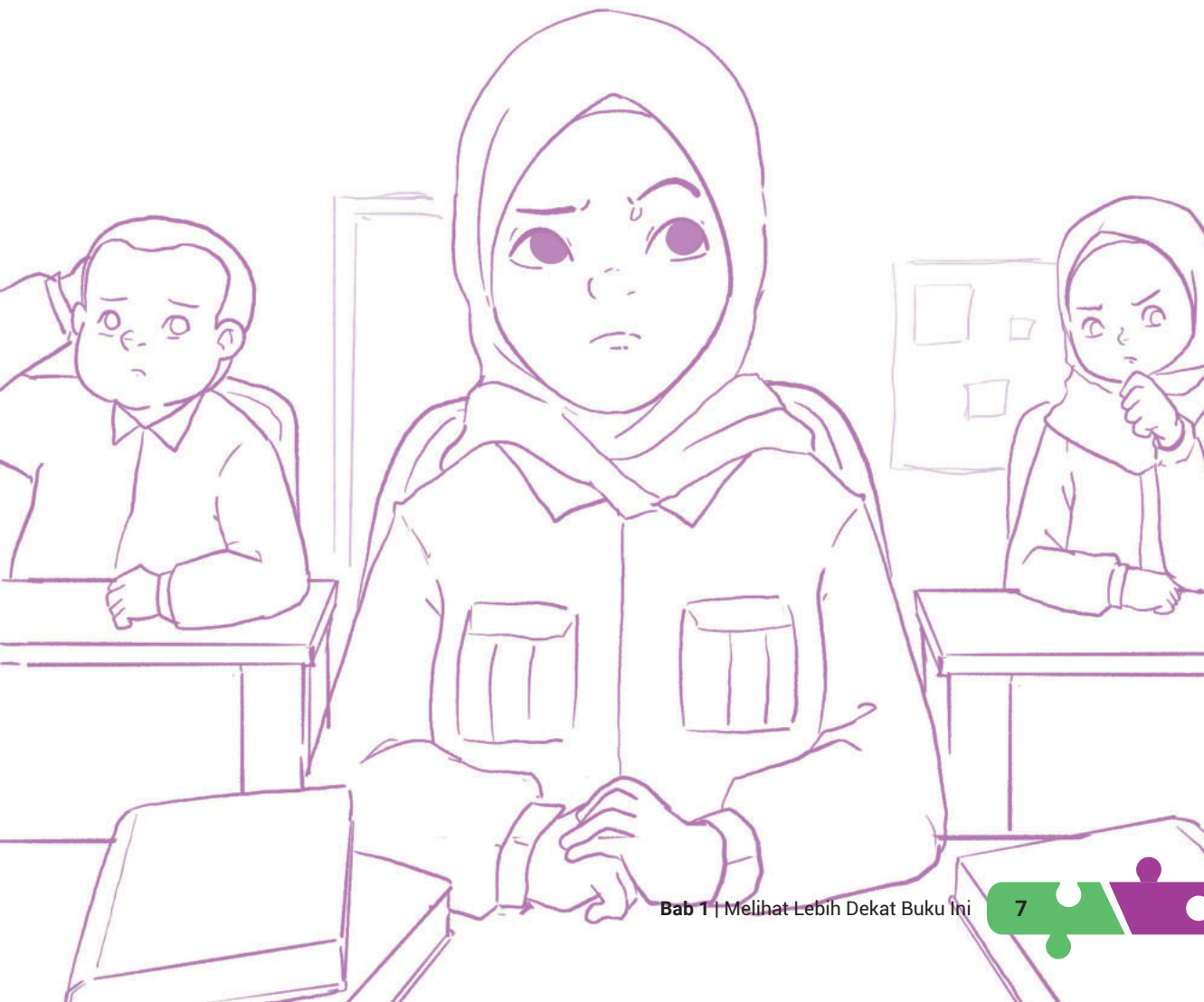
Berdasarkan capaian pembelajaran tersebut, buku ini akan memberikan contoh kasus-kasus dari tiap capaian. Penyajian buku ini dimulai dengan memberikan panduan umum mengenai materi mengatasi masalah perilaku pada peserta didik autis. Selanjutnya, akan terdapat 7 bab yang dapat menjadi sumber inspirasi guru dalam menangani masalah perilaku peserta didik autis. Ketujuh bab tersebut menyajikan contoh permasalahan, analisis kemungkinan penyebab, dan penanganannya. Berikut ini adalah fase dan kompetensi yang akan dikembangkan di buku ini.

Tabel 1.2 Kompetensi yang Dikembangkan pada Elemen Perilaku dalam Buku Ini

Fase	Kompetensi yang Dikembangkan
Fondasi	Mengatasi tantrum
A	Mengikuti instruksi, imitasi perilaku positif.
B	Mengikuti instruksi, meniru perilaku kooperatif
C	Mengembangkan perilaku belajar yang terstruktur Mempersiapkan transisi dalam pembelajaran.
D	Mengurangi perilaku repetitif (berulang) Mengembangkan minat yang terbatas
E	Mengatasi kecemasan yang berlebihan Mengurangi perilaku agresif
F	Mengembangkan manajemen dan regulasi diri Memelihara perilaku positif di berbagai situasi

Kompetensi yang dikembangkan dalam buku ini dapat menjadi contoh yang dapat dikembangkan guru sesuai dengan masalah perilaku yang ditemui. Namun, kita juga menyadari bahwa masalah perilaku peserta didik autis begitu beragam. Oleh karena itu, guru dapat memperluas area kompetensi lain yang diperlukan peserta didik yang mungkin belum dikembangkan dalam buku ini.

Kami berharap buku ini dapat memandu, menginspirasi, tanpa membatasi kreativitas guru dalam mengajar. *Kepada Bu Mendung dan sahabat guru luar biasa, semoga buku ini dapat memandu Anda sekalian!*



B. Tujuan

Buku ini dirancang untuk memenuhi kebutuhan dan menjawab keresahan seperti yang dikeluhkan Bu Mendung di awal. Oleh karena itu, tujuan penulisan buku ini terangkum pada infografis berikut.

Gambar 1.2 Tujuan Buku Ini

Membantu untuk lebih memahami hierarki kemampuan belajar dalam aspek penanganan perilaku.

Memberi inspirasi mengimplementasikan pembelajaran program kebutuhan khusus dalam konteks Kurikulum Merdeka.

Membantu guru dalam berkolaborasi dengan orang tua.

Tujuan Buku Ini



Memberi inspirasi bagi guru tentang tata laksana penanganan perilaku di kelas.

Membantu guru dalam menjalin kolaborasi dengan ahli lainnya untuk mengoptimalkan layanan penanganan perilaku peserta didik autis.

C. Sasaran Pembaca

Buku ini secara khusus dirancang bagi guru yang memiliki peserta didik autis, baik di satuan pendidikan khusus maupun satuan pendidikan umum. Kendati demikian, buku ini juga dapat dibaca orang tua untuk berkolaborasi bersama guru dalam menangani masalah perilaku peserta didik autis.



Gambar 1.3 Sasaran Pembaca Buku Ini

Sahabat guru, untuk melihat pentingnya kolaborasi antara guru dan orang tua, mari simak cerita Bu Derai berikut. Selamat membaca!

Hari Pertama Bu Derai Mengajar Bintang



Bu Derai adalah seorang guru yang mengajar peserta didik autis di SLB Gerimis Pagi. Sebagai guru yang telah belasan tahun mengajar anak autis, Bu Derai menyadari bahwa menjadi pendidik untuk anak autis tidaklah mudah. Seringkali Bu Derai merasa kewalahan menghadapi perilaku peserta didiknya yang seolah-olah tidak mengalami kemajuan.

Saat harus melaporkan hasil perkembangan peserta didiknya, kata-kata yang pertama kali terucap pada orangtua adalah, "Saya mohon maaf," lalu dilanjutkan dengan menceritakan segala kegiatan yang dilakukan di kelas. Bu Derai pun tak lupa mengeluarkan catatan-catatan kecil yang ia tulis di bukunya. Catatan-catatan itu berisi memori kemajuan-kemajuan kecil peserta didiknya. Bagi Bu Derai, sedikit saja

kemajuan perilaku pada peserta didiknya adalah hal yang menggembirakan. Namun, seringkali kemajuan tersebut tidak terlihat dengan jelas.

Bu Derai tidak pernah lupa hari pertamanya menjadi guru di SLB. Begitu masuk, ia harus menangani peserta didik autis di kelas 5 SD bernama Bintang. Saat itu Bu Derai langsung dihadapkan pada kondisi Bintang yang tantrum. Tak tanggung-tanggung, Bintang melemparkan semua benda di hadapannya dan mendorong Bu Derai hingga terjungkal. Baju seragamnya sudah tidak karuan karena tarikan dan dorongan Bintang yang badannya cukup besar saat Bu Derai mencoba menenangkannya.

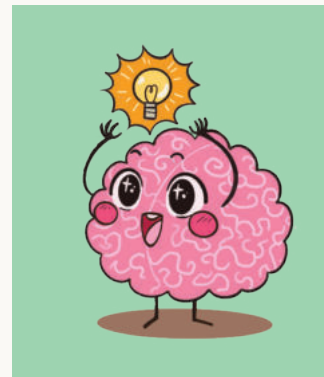
Gambar 1.4 Bu Derai menghadapi Bintang yang Tantrum



Hari itu kepala sekolah dan penjaga sekolah ikut turun tangan menangani Bintang. Kondisi kelas yang sangat tidak kondusif akhirnya membuat kepala sekolah menelpon orang tua. Tak berselang lama, ayah Bintang ke sekolah sambil membawa sebungkus nasi kuning kesukaan Bintang. Amarah Bintang akhirnya reda setelah mendapati ayahnya membawa sebungkus nasi kuning lalu makan dengan lahapnya.

“Maaf, Bu. Saya lupa menyampaikan kalau tadi pagi Bintang belum sarapan. Saya ada urusan kantor mendadak dan Bintang berangkat sekolah dengan perut kosong,” cerita ayah Bintang.

Akhirnya, Bu Derai paham bahwa pemicu perilaku tantrum Bintang adalah karena rasa lapar. Itu adalah pengalaman tak terlupakan Bu Derai 11 tahun lalu saat hari pertama menjadi guru. Bu Derai akhirnya mengambil kesimpulan bahwa **perilaku Bintang adalah caranya berkomunikasi**. Rasa frustrasi Bintang karena kesulitan mengomunikasikan rasa laparnya muncul dalam bentuk perilaku tantrum. Ketika sudah menemukan penyebabnya, perlahan-lahan masalah perilaku Bintang semakin berkurang. Hal ini karena Bintang mulai dapat berkomunikasi dengan bantuan media visual berupa kartu komunikasi.



Perilaku tantrum Bintang adalah cara ia berkomunikasi. Setiap perilaku memiliki tujuan dan fungsi. Mencari fungsi perilaku akan membantu kita dalam menangani permasalahan peserta didik autis.



Pengalaman tersebut menjadi pelajaran penting bagi Bu Derai bahwa **setiap perilaku memiliki arti dan fungsi**. Pengalaman ini juga akhirnya membantu Bu Derai untuk selalu aktif berkomunikasi dengan orang tua untuk mencari penyebab munculnya masalah perilaku pada peserta didik autis. Belasan tahun mengajar, setidaknya ada dua hal penting yang menjadi catatan Bu Derai saat itu. Pertama, mencari tahu pemicu munculnya perilaku, dan kedua, selalu menjalin komunikasi dengan orang tua. Berdasarkan pengalaman Bu Derai ini, kita bisa mengambil pesan bahwa **penting sekali untuk memahami karakter peserta didik autis, berkolaborasi dengan orang tua, dan selalu menanamkan sikap konsisten dan persisten** dalam mendidik peserta didik autis. Maka dari itu, mari mengapresiasi sekecil apapun perkembangan yang peserta didik kita raih.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

2

Mendalami Perilaku Peserta Didik Autis

Sahabat guru yang memiliki peserta didik autis tentu kerap menemui permasalahan dan tantangan dalam menangani masalah perilaku mereka. Misalnya, di bab sebelumnya kita menemui Bu Derai yang memiliki peserta didik yang tantrum sebagai bentuk komunikasi laparnya. Ketika akan menangani masalah perilaku peserta didik autis, tentu kita perlu terlebih dahulu mengenal konsep perilaku, asesmen perilaku, dan teknik dalam memodifikasi perilaku. Yuk, simak penjabarannya pada bab 2 ini!

A. Konsep Penanganan Masalah Perilaku Peserta Didik Autis

1. Apa itu Perilaku?



Kita bisa mendefinisikan perilaku sebagai semua gerak dan tindakan seseorang yang dapat diamati, diukur, dipengaruhi dan berdampak pada lingkungan.

Sebelum kita memberikan penanganan perilaku peserta didik autis, kita harus memiliki pemahaman yang jelas mengenai konsep perilaku. Perilaku memiliki beberapa nama lain yaitu aktivitas, tindakan, kinerja, tanggapan/respons, dan reaksi. Perilaku adalah semua aktivitas seseorang yang dapat diukur, baik verbal maupun non verbal, yang terlihat maupun terselubung (Sundel & Sundel, 2005). Mari kita simak karakteristik perilaku pada Tabel 2.1 berikut.

Tabel 2.1 Karakteristik Perilaku (Miltenberger, 2012)

No	Karakteristik Perilaku
1	Perilaku adalah apa yang orang lakukan dan katakan.
2	Perilaku memiliki satu dimensi atau lebih.
3	Perilaku dapat diamati, dijelaskan, dan direkam.
4	Perilaku berdampak pada lingkungan.
5	Perilaku secara sistematis dipengaruhi lingkungan (<i>lawful</i>).
6	Perilaku mungkin terlihat (<i>overt</i>) dan tidak terlihat (<i>covert</i>).

Karakteristik perilaku yang dapat diukur disebut dimensi perilaku. Setidaknya ada **tiga (3)** dimensi yang paling umum, yakni frekuensi, durasi, dan intensitas (Sarafino, 2012). Simak Tabel 2.2 berikut untuk memahami mengenai dimensi perilaku.

Tabel 2.2 Dimensi Perilaku

Dimensi	Arti	Contoh
Frekuensi	Jumlah kejadian sebuah perilaku yang terjadi dalam periode waktu tertentu.	Bintang berteriak sebanyak 5 kali dalam 1 jam pelajaran.
Durasi	Lamanya waktu berlangsungnya sebuah perilaku.	Bintang menangis selama 25 menit hari ini.
Intensitas	Kekuatan suatu perilaku mengacu pada upaya fisik atau energi yang dalam menghasilkan perilaku.	Bintang berteriak dengan sangat kencang.

Selain dimensi perilaku, karakteristik perilaku yang lain yaitu perilaku berdampak pada lingkungan. Misalnya, di bab sebelumnya kita mengetahui bahwa teriakan Bintang membuat Bu Derai mendatangnya. Perilaku juga dipengaruhi lingkungan. Misalnya, Bintang berteriak karena kepanasan saat upacara bendera.

Setiap perilaku memiliki tujuan atau fungsi. Apapun yang kita lakukan pasti ada tujuannya. Setidaknya ada **empat (4)** fungsi perilaku menurut Alberto & Troutman (2013) yang tersaji pada infografis berikut ini.



Perhatian (*Attention*)

Ketika perilaku bertujuan untuk mendapatkan perhatian dari orang lain.

Contoh, menangis agar mendapatkan perhatian guru.



Mencari stimulus sensoris

Ketika perilaku bertujuan untuk mendapatkan sensasi yang menyenangkan, atau mengurangi sensasi yang tidak menyenangkan.

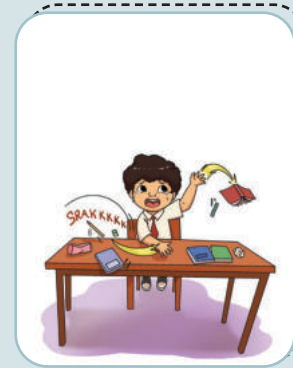
Contoh, berteriak karena kepanasan saat upacara.



Mendapatkan sesuatu

Ketika perilaku bertujuan untuk mendapatkan sesuatu atau akses melakukan sesuatu.

Contoh, menangis karena lapar.



Menghindari sesuatu

Ketika perilaku bertujuan menghindari orang, situasi, atau aktivitas tertentu.

Contoh, melempar buku karena tidak mau mengerjakan tugas.

Gambar 2.1 Fungsi Perilaku dan Contohnya

Perilaku dapat menjadi satu-satunya cara bagi peserta didik autis untuk berkomunikasi dengan kita saat kemampuan komunikasinya belum berkembang secara optimal. Guru perlu memahami pemicu dan maksud dari perilaku yang muncul dari peserta didik untuk mengembangkan perilaku adaptifnya.



2. Bentuk-Bentuk Gangguan Perilaku Autis

Salah satu ciri khas dari gangguan spektrum autis adalah perilaku yang terbatas dan berulang (*restricted and repetitive behaviors*). Perilaku berulang dan terbatas terbagi atas perilaku sensorik-motorik yang berulang dan tuntutan akan kesamaan (Keating, Van Goozen, Uljarevic, Hay, & Leekam, 2023). Menurut Wilmshurst (2017), perilaku sensorik dan motorik yang berulang lebih sering terjadi pada peserta didik autis disertai hambatan intelektual.

Secara umum, dampak masalah komunikasi, interaksi sosial, sensorik motorik, serta perilaku yang kaku dan berulang (repetitif) kerap memicu masalah-masalah perilaku lain pada peserta didik autis. Simak infografis mengenai bentuk dan contoh dari gangguan perilaku pada peserta didik autis berikut ini.

Gerak motorik berulang (gerak repetitif)

Contoh

Bertepuk tangan, mengepakkan tangan, menjentikkan jemari, dan lain-lainnya.



Manipulasi objek berulang

Contoh

Membariskan mainan, memutar-mutar mainan.

Vokal yang berulang/vokal yang stereotip

Contoh

Ekolalia, mengulang-ulang lirik lagu.



Gerak motorik berulang (gerak repetitif)

Contoh

Tuntutan akan kesamaan rutinitas, tidak suka jika ada perubahan letak benda, hanya ingin menggunakan pakaian bermotif garis-garis.



Perilaku kompulsif dan ritualistik

Contoh

Memeriksa pintu berulang, mengatur ulang susunan buku, mencuci tangan berkali-kali.

Minat yang terbatas

Contoh

Menyukai suatu hal dan tidak ingin berpindah.



Tantrum

Contoh

Berteriak, berguling di lantai, menjerit.

Menyakiti diri sendiri

Contoh

Mencubit diri sendiri, membenturkan kepala, menggigit tangan sendiri.



Agresi terhadap orang lain

Contoh

Kontak fisik yang membahayakan orang lain seperti menendang, memukul, mendorong orang lain.



Perilaku mengganggu dan merusak

Contoh

Melempar, merusak, atau memecahkan barang.

Ketidakpatuhan

Contoh

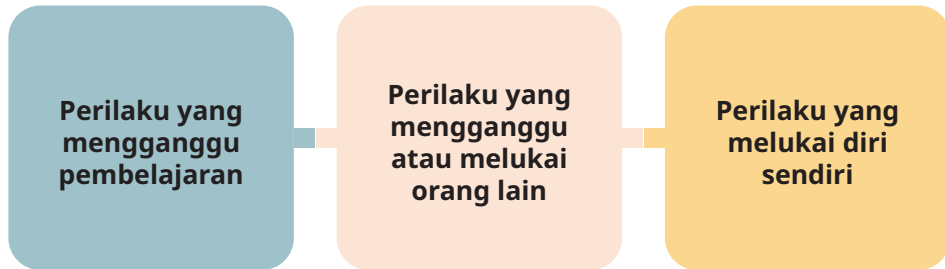
Kesulitan mengikuti instruksi.



Gambar 2.2 Bentuk dan Contoh Gangguan Perilaku pada Peserta Didik Autis

3. Area yang Perlu Ditangani dalam Perilaku Autis

Kita telah mengetahui bahwa peserta didik autis memiliki masalah perilaku. Modifikasi perilaku berguna untuk menangani masalah perilaku peserta didik autis. Infografis berikut menunjukkan 3 area utama yang perlu di modifikasi perilakunya.



Gambar 2.3 Tiga Area Masalah Perilaku Maladaptif pada Peserta Didik Autis (diadaptasi dari Siegel, 2008)

Ada peserta didik autis yang memiliki ketiga bentuk permasalahan tersebut, tetapi ada pula yang sebagian saja. Kita tidak bisa sekaligus memodifikasi semua masalah perilaku peserta didik autis. Oleh karena itu, kita perlu membuat **daftar prioritas** perilaku mana yang perlu ditangani lebih dulu. Misalnya, perilaku yang membahayakan diri sendiri dan orang lain terkadang perlu lebih dahulu diubah dibandingkan perilaku yang kurang berdampak terhadap diri sendiri atau orang lain.



B. Asesmen Perilaku Peserta Didik Autis

Ketika kita hendak memodifikasi perilaku peserta didik autis, asesmen menjadi hal pertama yang kita perlukan. Yuk, kita bahas bersama mengenai asesmen perilaku pada peserta didik autis.

1. Apa itu Asesmen Perilaku?

Asesmen perilaku berarti mengumpulkan informasi mengenai perilaku peserta didik untuk memperoleh gambaran mengenai hambatan, potensi, dan kebutuhan peserta didik dalam ranah penanganan perilaku.

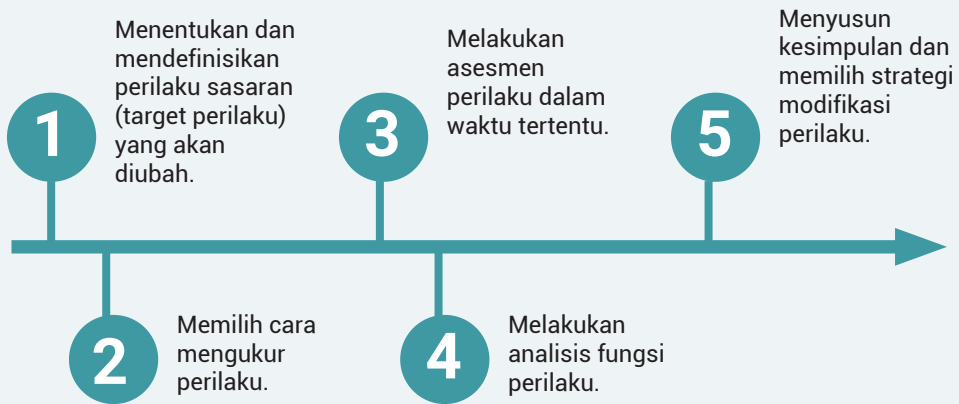
Tujuan Asesmen Perilaku bagi Guru



Gambar 2.4 Infografis Tujuan Asesmen Perilaku bagi Guru

2. Apa Saja Langkah-Langkah Asesmen Perilaku?

Asesmen perilaku dapat kita artikan sebagai proses mengukur perilaku yang hendak kita tingkatkan atau turunkan. Asesmen perilaku dapat berupa penghitungan perilaku serta analisis fungsi perilaku. Berikut ini adalah langkah-langkah dalam mengasesmen perilaku.

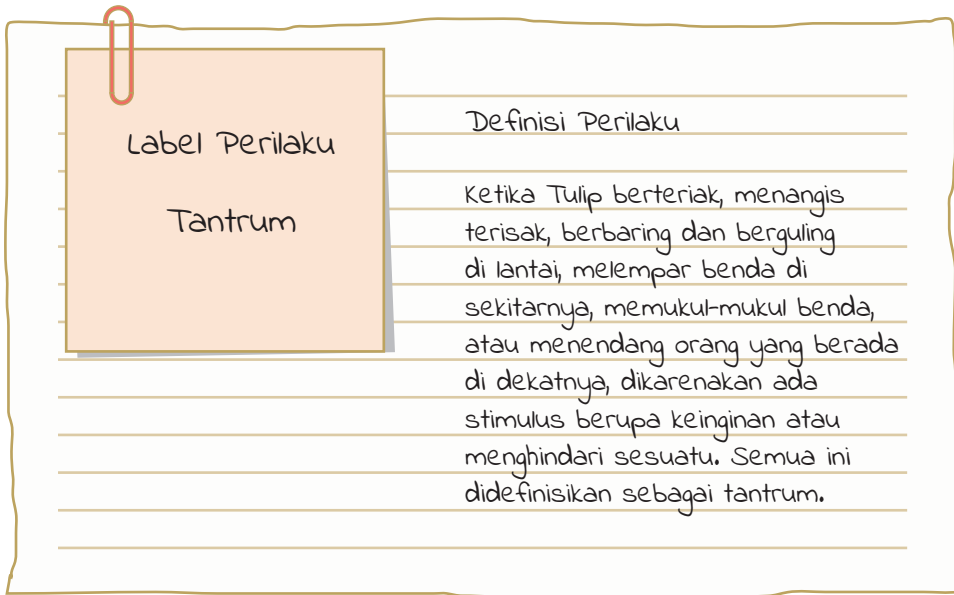


Gambar 2.5 Langkah Asesmen Perilaku Peserta Didik Autis (Sarafino, 2012)

Agar lebih memahami langkah asesmen perilaku, yuk simak langkah yang dilakukan Pak Deras berikut ini.

a. Menentukan dan Mendefinisikan Perilaku Sasaran (Target Perilaku) yang akan Diubah

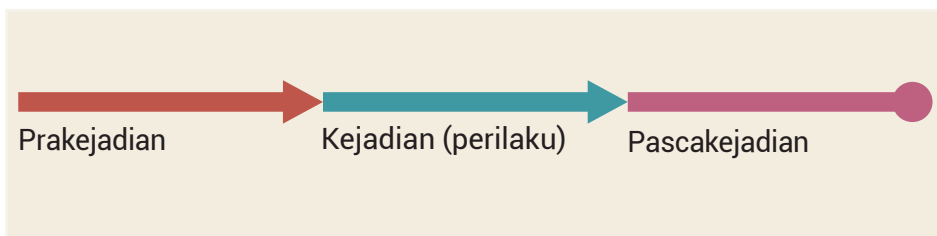
Pak Deras memiliki seorang peserta didik autis berusia 7 tahun di kelas bernama Tulip. Pak Deras telah mengidentifikasi bahwa perilaku yang paling membutuhkan penanganan pada Tulip adalah tantrum. Artinya, tantrum adalah target perilaku atau perilaku sasaran yang perlu ditangani. Nah, perilaku sasaran tersebut harus didefinisikan terlebih dahulu. Definisi perilaku akan membantu kita untuk observasi lanjutan. Berdasarkan observasi awal, Pak Deras pun menuliskan definisi dari perilaku yang menjadi sasarannya.



Gambar 2.6 Contoh Definisi Operasional Sebuah Perilaku

b. Memilih Cara Mengukur Perilaku

Pak Deras telah mendefinisikan masalah perilaku perilaku Tulip. Selanjutnya, ia perlu memilih cara mengukur perilaku. Ia akan melakukan pencatatan durasi dan frekuensi. Oleh karena itu, ia ingin mengetahui berapa lama dan seberapa sering Tulip tantrum. Selain itu, Pak Deras juga menyiapkan kertas kosong untuk menuliskan pemicu tantrum (prakejadian), bentuk perilaku tantrum, dan apa yang terjadi setelah Tulip tantrum (pasca kejadian).



Gambar 2.7 Alur Prakejadian, Kejadian, dan Pascakejadian Perilaku



- **Prakejadian (*Antecedent*)** dapat berupa motivasi yang mungkin dimiliki peserta didik, perilaku dari orang lain yang memicu perilaku itu muncul, atau hal lain yang dianggap sebagai pemicu perilaku bermasalah.
- **Kejadian (*Behavior*)** dapat berupa seperti apa bentuk perilaku yang muncul atau frekuensi dan durasinya.
- **Pascakejadian (*Consequence*)** dapat berupa reaksi teman sekelas, respons guru, dan respons peserta didik setelah melakukan perilaku tersebut.

c. Melakukan Asesmen Perilaku dalam Waktu Tertentu

Setelah memutuskan untuk melakukan pencatatan durasi, frekuensi, serta prakejadian-perilaku-pascakejadian, Pak Deras merencanakan melakukan asesmen perilaku selama satu minggu terhadap Tulip. Pak Deras menggunakan buku catatan kecil yang kerap disimpangnya di saku untuk mencatat perilaku Tulip. Selain itu, ia juga menggunakan jam tangan atau pencatat waktu di ponsel. Berikut ini adalah contoh pencatatan perilaku yang dilakukan Pak Deras terhadap perilaku tantrum Tulip di hari pertama ia melakukan pencatatan.

Tally banyak Kejadian (Frekuensi)	Jumlah	Durasi kejadian	Jumlah
11	2	5 menit,	17 menit
11	2	12 Menit	17 menit

Gambar 2.8 Contoh Pencatatan Perilaku yang Dilakukan Pak Deras

Sumber: Kemendikbudristek/Sera Janwati (2024)

Meskipun tidak dituliskan langsung ketika perilaku itu terjadi, tetapi Pak Deras selalu mencoba mencatat dan mengingat apa yang terjadi sebelum Tulip tantrum, bentuk perilaku yang muncul, dan apa yang terjadi setelahnya. Pak Deras percaya bahwa hal tersebut akan membantunya dalam menganalisis fungsi perilaku Tulip. Pak Deras merasa perlu mengetahui pemicu-pemicu (*triggers*) tantrum, serta hubungan sebab-akibat dari perilaku tersebut.

Tabel 2.3 Catatan Perilaku Tantrum pada Tulip

Prakejadian	Saya meminta Tulip mengeluarkan krayon untuk memulai aktivitas mewarnai sambil menunjukkan lembar mewarnai bergambar tiga ekor bebek.
Bentuk Perilaku yang Muncul	Ia malah berteriak, menangis, berguling-guling di lantai, merobek lembar mewarnai dan melempar krayon hingga patah dan berhamburan.
Pascakejadian	Saya membiarkan Tulip menangis hingga reda. Tulip berkata, "Tidak bebek!" karena tidak mau mewarnai gambar bebek.

d. Melakukan Analisis Fungsi Perilaku

Pak Deras menyadari bahwa perilaku tantrum Tulip tidak datang tanpa sebab. Tiap kali tantrum, selalu ada maksud yang ingin Tulip komunikasikan. Melakukan analisis perilaku bukanlah proses tunggal, tetapi serangkaian proses analisis perilaku baik saat asesmen berlangsung maupun setelahnya. Pak Deras mempelajari catatan-catatan perilaku yang sudah ia kumpulkan. Guna memudahkan analisis, Pak Deras menggunakan pedoman pertanyaan dari buku yang ia baca. Daftar pertanyaan kunci yang dijawab Pak Deras dapat dilihat di Tabel 2.4.

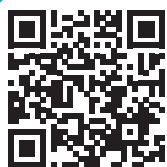
Tabel 2.4 Pertanyaan Kunci dalam Menganalisis Perilaku Bermasalah Peserta Didik Autis

Siapa	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Siapa yang ada di dekat peserta didik ketika perilaku itu muncul? ◦ Apakah ada guru lain yang kerap terlibat ketika perilaku itu terjadi?
Apa	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Apa tanda-tanda perilaku tersebut akan muncul? ◦ Apa yang terjadi ketika perilaku tersebut muncul? ◦ Apa yang terjadi setelah perilaku itu muncul?
Di mana	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Apakah perilaku tersebut terjadi di kelas atau ada tempat yang spesifik? ◦ Apakah perilaku muncul di area tertentu atau di tempat umum? ◦ Di mana perilaku itu biasa terjadi?
Kapan	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Kapan perilaku itu muncul? ◦ Apakah perilaku tersebut muncul spesifik pada waktu tertentu? ◦ Apakah perilaku tersebut spesifik terjadi ketika waktu transisi dari kegiatan satu ke lain?
Mengapa	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Mengapa perilaku ini terjadi? ◦ Apa yang hendak dikomunikasikan dari perilaku ini? ◦ Apa fungsi perilaku tersebut? ◦ perubahan apa yang bisa dilakukan untuk mengatasi perilaku tersebut?

Diadaptasi dari *The 5ws as a guide to Functional Behavior Assessment* (Boroson, 2020)

e. Menyusun Kesimpulan dan Memilih Strategi Modifikasi Perilaku

Setelah Pak Deras mengetahui fungsi perilaku tantrum dari Tulip beserta pemicu dan dampaknya, ia pun bersiap untuk merancang program penanganan masalah perilaku yang tepat untuk Tulip.



Contoh-contoh instrumen perilaku dapat dilihat di Lampiran 3 dan Lampiran 13 Buku Panduan Guru Pendidikan Khusus Autis disertai Hambatan Intelektual

https://buku.kemdikbud.go.id/s/Autis3_BPG



Lampiran 1 Beberapa Instrumen Asesmen Perilaku

https://buku.kemdikbud.go.id/s/A_lampiran1



C. Prinsip dan Strategi Penanganan Masalah Perilaku Peserta Didik Autis

Sahabat guru, mari kita melihat prinsip-prinsip dan strategi penanganan masalah perilaku melalui cerita Beringin dan Bu Venus berikut.

Cerita tentang Beringin

Beringin adalah peserta didik autis usia 9 tahun di sekolah Ceria, sebuah sekolah penyelenggara pendidikan inklusi. Suatu hari, Ibu dari Beringin datang menemui Bu Venus, guru kelasnya. Yuk simak obrolan Bu Venus dan Ibu dari Beringin.



Gambar 2.9 Ibu dari Beringin dan Bu Venus Mengobrol

Bu, mengapa ya, Beringin di rumah tidak seperti di sekolah? Kalau di sekolah, dia bisa bilang 'hape' untuk minta *handphone*. Dia juga *nurut* kalau dibatasi main HP 30 menit saja di sekolah. Kalau di rumah, aduh... bisa dari pukul tujuh hingga sebelas dia menonton video lebah dan capung itu. Kalau saya ambil, pasti langsung marah, ngamuk, menangis kencang sampai saya malu dengan tetangga. Kadang, saya terpaksa biarkan dia berjam-jam bermain hp daripada tetangga saya yang tantrum. Saya bingung, mengapa Beringin *nurut* dengan Bu guru, tetapi tidak dengan saya?



Bu Beringin



Bu Venus

Membentuk perilaku memang tugas kita bersama, Bu. Kita harus berkolaborasi dalam membentuk, menguatkan, serta memelihara perilaku agar nantinya bisa tergeneralisasi di berbagai tempat. Jika di sekolah, saya yang bertugas menerapkan aturan itu. Jika di rumah, ibulah yang harus menerapkan aturan yang dulu pernah saya sampaikan. Kira-kira sudah Bu Beringin terapkan belum?

Hehe, belum maksimal ya, Bu. Saya kayaknya kurang tegas. Saya takut dia menangis dan bikin heboh kompleks, Bu.



Bu Beringin



Bu Venus

Ibu, anak-anak mempelajari perilaku dari pengalaman. Jika Beringin bisa mendapatkan HP di sekolah dengan aturan tertentu, tapi aturan itu tidak tegas diterapkan di rumah, maka ia cenderung mengabaikan aturan itu di rumah. **Konsistensi kita akan membantu anak kita lebih disiplin.**

Kita mungkin jarang mencoba memandang suatu peristiwa dari sudut pandang peserta didik autis. Padahal, ketika kita bisa mendapatkan sudut pandang mereka, akan lebih mudah bagi kita dalam menentukan langkah. Mari kita coba mengambil sudut pandang Beringin.

“Tuh kan, dengan menangis dan melempar barang, ibu akan membiarkanku menonton capung sampai aku mengantuk. Ah, begitu rupanya cara untuk bilang, “Biarkan aku main,” pada ibu. Aku akan menangis tiap ibu melarangku!”

“Ternyata, biar aku berteriak dan menangis, Bu Venus tidak memberikan HP-nya. Berarti aku harus bilang “HP” agar diberikan HP saat istirahat. Baiklah aku menurut”



Ketika bersama Bu Venus



Ketika bersama ibu di rumah

Gambar 2.10 Sudut Pandang Beringin



Jika mencoba mengambil sudut pandang Beringin, **bisa disimpulkan bahwa perilaku Beringin adalah bentuk komunikasinya**. Beringin yang belum memiliki persepsi komunikasi yang benar akan menjadikan tantrum sebagai komunikasi. Saat Beringin melihat respons orang tua terhadap tantrumnya, ia akan merasa bahwa ada korelasi antara tantrum dan keinginannya. Beringin menyimpulkan bahwa berteriak dan melempar benda adalah komunikasi yang bisa dipahami ibunya.

Nah, Sahabat guru, berdasarkan perilaku Beringin, mari kita petakan prinsip dan strategi untuk mengurangi masalah perilaku peserta didik autis dan bagaimana cara melakukan penguatan perilaku agar anak siap belajar dan mampu beradaptasi dengan lingkungannya.

1. Prinsip-prinsip dalam Mengatasi Masalah Perilaku Peserta Didik Autis

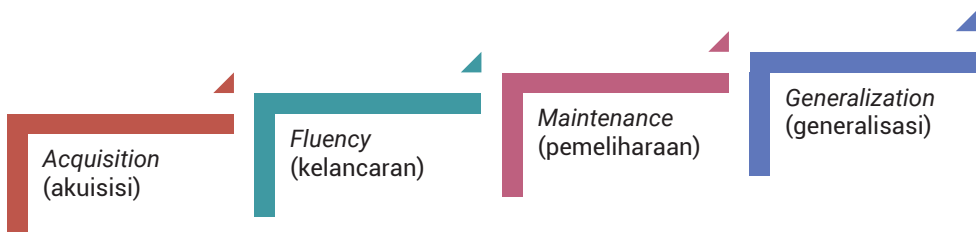
Seorang guru perlu memiliki prinsip dalam memberikan pembelajaran, termasuk dalam membantu mengembangkan perilaku peserta didik autis. Ada tiga (3) prinsip yang harus kita pegang erat dalam membantu mengarahkan perilaku peserta didik autis (Notbohm & Zysk, 2010; Siegel, 2008; dan William & Wright, 2004). Ketiga prinsip itu adalah kolaboratif (*collaborative*), konsistensi (*consistency*), dan ketekunan (*persistence*) atau bisa disebut prinsip 3K.

Tabel 2.5 Prinsip Mengatasi Masalah Perilaku Peserta Didik Autis

Kolaboratif <i>(Collaborative)</i>	Konsistensi <i>(Consistency)</i>	Ketekunan <i>(Persistence)</i>
<p>Guru perlu berkolaborasi bersama orang tua, keluarga, dan terapis untuk mendukung penanganan masalah perilaku. Intervensi yang terintegrasi antara pihak yang berinteraksi dengan peserta didik akan membuat mereka lebih mudah memahami tentang bagaimana seharusnya mereka berperilaku.</p>	<p>Guru bersama orang tua dan pihak lainnya harus konsisten dalam menerapkan rancangan program intervensi perilaku sudah ditetapkan. Terapkan pendekatan yang telah dirancang pada berbagai situasi. Struktur dan aturan rutin sangat membantu peserta didik autis yang menyukai kejelasan dan pola yang dipahami.</p>	<p>Tidak ada yang instan, karenanya ketekunan guru dalam menerapkan program sangat penting. Perilaku adalah sebuah proses berkelanjutan. Karena itu ketekunan, bertahan dalam menghadapi tantangan, kemampuan memecahkan masalah, kreativitas dan selalu memiliki inisiatif amat dibutuhkan.</p>

(Disarikan dari Notbohm & Zysk 2010; Siegel, 2008; dan William & Wright, 2004)

Selain menerapkan prinsip 3K tersebut, guru juga perlu memiliki kreativitas, inovasi, solusi, kepekaan, dan rasa empati terhadap peserta didik autis. Tak hanya itu, kita juga perlu mengingat prinsip penanganan masalah perilaku berdasarkan hierarki perilaku fungsional. Menangani perilaku lebih dari sekadar peserta didik autis mampu memenuhi kriteria ketuntasan, tetapi juga mengembangkan perilaku tersebut sampai tahapan generalisasi. Tahapan generalisasi adalah ketika peserta didik autis sudah dapat menerapkan perilaku yang dipelajari di mana saja, kapan saja, dan dengan siapa saja.



Gambar 2.11 Hierarki Kompetensi Perilaku yang Diperoleh (Alberto & Troutman, 2013)

Agar lebih memahami hierarki tersebut, mari kita simak cerita Bu Venus yang mengajarkan keterampilan meminta pada Beringin. Ia ingin Beringin bisa berkata "Mau HP" ketika menginginkan menonton video di gawainya. Berikut tahapan belajar keterampilan meminta pada Beringin yang melalui **empat (4) tahap hierarki** menurut Alberto & Troutman (2013) tersebut.

Tabel 2.6 Contoh Tahapan Pemerolehan Kompetensi Perilaku

Tahap	Deskripsi	Contoh
<p style="text-align: center;">Akuisisi <i>(Acquisition)</i></p>	<p>Peserta didik mempelajari satu perilaku baru yang sebelumnya tidak dapat dilakukan hingga di level tertentu.</p>	<p>Beringin belajar mengucapkan kata "HP" dengan pengucapan dipisah per suku kata "ha" dan "pe" saat ingin menonton video serangga kesukaannya di gawainya. Sebelumnya, Beringin hanya mengetahui bahwa cara agar bisa menonton video adalah dengan menangis atau teriak terlebih dahulu.</p>
<p style="text-align: center;">Kelancaran <i>(Fluency)</i></p>	<p>Peserta didik memberikan respons secara spontan sesuai stimulus yang diberikan, sudah diberikan pengecoh.</p>	<p>Saat Beringin ingin menonton video serangga ia akan mendatangi guru. Ketika Bu Venus berkata, "Mau apa?" Beringin merespons dengan mengatakan "HP" dengan cepat.</p>

Tahap	Deskripsi	Contoh
<p>Pemeliharaan <i>(Maintenance)</i></p>	<p>Kemampuan menunjukkan respons secara tepat seiring waktu tanpa diajarkan kembali.</p>	<p>Ketika Beringin sudah selesai mengerjakan tugas, biasanya ia boleh menonton video. Guru menunggu Beringin berkata, "Mau HP" untuk meminta aktivitas menonton video disukainya tersebut.</p>
<p>Generalisasi <i>(Generalization)</i></p>	<p>Proses yang paling penting dalam meyakinkan bahwa target perilaku yang diajarkan fungsional. Anak mampu mengadaptasikan perilaku yang sudah dikuasai setidaknya dalam empat dimensi dasar yang beragam, yaitu instruksi, material, orang, dan <i>setting</i> (tempat, waktu, kondisi).</p>	<p>Beringin secara spontan akan meminta benda yang diinginkan dengan bahasa verbal secara konsisten dan adaptif. Beringin telah bisa meminta menonton video pada guru atau orang tua, baik di rumah atau sekolah.</p>

2. Mengembangkan Perilaku Peserta Didik Autis

Sahabat guru, ketika melakukan modifikasi perilaku, setidaknya ada empat (4) hal yang bisa kita lakukan. Keempat hal itu adalah meningkatkan perilaku yang kurang, memelihara perilaku positif yang sudah ada, mengurangi perilaku bermasalah, dan membentuk serta mengembangkan perilaku baru.



Gambar 2.12 Teknik-Teknik dalam Memodifikasi Perilaku
(Dikembangkan dari Sarafino, 2012)

Agar lebih memahami teknik-teknik yang dibahas di Gambar 2.12, yuk simak tabel berikut.

Tabel 2.7 Teknik Modifikasi Perilaku dan Contoh Penerapannya

Teknik	Konsep	Contoh
<p>Penguatan <i>(Reinforcement)</i></p>	<p>Proses ketika konsekuensi perilaku memperkuat perilaku tersebut. Penguatan positif adalah ketika anak mendapatkan stimulus menyenangkan setelah perilaku tersebut ia lakukan. Penguatan negatif adalah ketika konsekuensi perilaku melibatkan mengurangi atau menghilangkan stimulus yang tidak menyenangkan.</p>	<p>Beringin menonton video serangga setelah mengerjakan tugas (penguatan positif). Beringin memakai payung untuk menghindari diri dari hujan (penguatan negatif).</p>

Teknik	Konsep	Contoh
<p>Pemunahan (<i>Extinction</i>)</p>	<p>Prosedur atau kondisi di mana respons yang sebelumnya diperkuat tidak lagi menerima penguatan.</p>	<p>Ibu membiarkan Beringin menangis ketika waktu menonton video sudah habis untuk menunjukkan bahwa tangisan bukanlah bentuk komunikasi yang benar untuk menyampaikan keinginan.</p>
<p>Hukuman (<i>Punishment</i>)</p>	<p>Proses di mana konsekuensi dari suatu perilaku menekan perilaku itu, sehingga mengurangi frekuensi, durasi, atau besarnya perilaku. Hukuman positif adalah ketika stimulus yang tidak menyenangkan diberikan sebagai konsekuensi perilaku tersebut. Hukuman negatif adalah ketika stimulus menyenangkan dikurangi atau dihilangkan sebagai konsekuensi perilaku tersebut. Hukuman terdiri dari teguran, aktivitas tidak menyenangkan, denda, <i>time out</i> (mengeluarkan peserta didik autis dari lingkungan). Hukuman fisik seperti memukul sangat tidak disarankan diberikan kepada peserta didik.</p>	<p>Bu Venus menegur Beringin yang tidak mau belajar (hukuman positif). Guru mengurangi waktu menonton video Beringin karena tidak mau mengikuti aktivitas belajar hari ini (hukuman negatif).</p>
<p>Membentuk (<i>Shaping</i>)</p>	<p>Proses pembentukan perilaku dengan cara melakukan perilaku tersebut dan menambahkan kuantitas langkah sedikit demi sedikit hingga mencapai tujuan.</p>	<p>Beringin ingin terbiasa berlari 250 meter tiap hari. Ia memulai dengan lari 100 meter tiap hari di minggu pertama, menambah menjadi 150 meter di minggu kedua. Hingga di minggu ketiga perilaku lari 250 meter tiap hari terbentuk.</p>

Teknik	Konsep	Contoh
<p>Perangkaian (<i>Chaining</i>)</p>	<p>Proses mengajarkan sebuah perilaku sesuai dengan urutan rantai perilaku. Perilaku kompleks yang terdiri dari banyak komponen perilaku yang terjadi bersamaan dalam suatu urutan disebut rantai perilaku (<i>behavior chain</i>). Proses menganalisis rantai perilaku dengan memecahnya menjadi komponen-komponen stimulus-respons individu disebut analisis tugas (<i>task analysis</i>).</p>	<p>Bu Venus mengajarkan <i>toilet training</i> pada Beringin. Beringin melakukan langkah demi langkah berdasarkan analisis tugas yang dibuat Bu Venus.</p>
<p>Bantuan (<i>Prompting</i>)</p>	<p>Prompt adalah stimulus tambahan yang kita berikan agar seseorang melakukan apa yang kita arahkan, atau mengoreksi jika perilaku tersebut kurang tepat. Bantuan terdiri dari <i>response prompt</i> dan <i>stimulus prompt</i>. Respons prompt adalah bantuan yang digunakan untuk mengubah respons yang terdiri dari bantuan verbal, gestur, <i>modelling</i> (mencontohkan) dan bantuan fisik. Sedangkan stimulus prompt adalah ketika kita menambahkan bantuan di awal, terdiri dari bantuan bergambar, bantuan auditori (misalnya alarm), dan bantuan mengondisikan lingkungan.</p>	<p>Ketika mengajarkan <i>toilet training</i>, Bu Venus mengajarkan Beringin menyiram kloset dengan mencontohkan (<i>modelling</i>). Bu Venus mengangkat papan bertuliskan 15 menit sebagai pengingat bahwa 15 menit lagi tugas harus dikumpulkan (bantuan bergambar).</p>

Teknik	Konsep	Contoh
<p>Memudarkan <i>(Fading)</i></p>	<p>Proses pengurangan bantuan (<i>prompt</i>) secara bertahap agar perilaku dapat bertahan alami tanpa ketergantungan dengan bantuan (<i>prompt</i>).</p>	<p>Saat Bu Venus mengajarkan Beringin untuk menyimpan sepatu di rak, Bu Venus memberikan instruksi, "Simpan di rak!" sambil mengarahkan tangan Beringin mengambil sepatunya dan menyimpannya di rak (<i>Physical prompt</i>). Seminggu kemudian saat Beringin bisa menirukan kegiatan menyimpan sepatu di rak, Bu Venus hanya memberikan instruksi sambil menunjuk sepatu, "Simpan sepatu di rak!" (gestur).</p>

(Dikembangkan dari Sarafino (2012) dan Miltenberger (2014))

Catatan : Hukuman adalah langkah terakhir ketika langkah lain sudah kita coba dan belum berhasil. Ingat bahwa **hukuman fisik sebaiknya tidak diberikan dan tidak direkomendasikan untuk diberikan kepada peserta didik apa pun alasannya**. Konsekuensi atas perilaku yang dapat diberikan seperti teguran, *time-out* (dipisahkan sementara dari lingkungan seperti diajak ke pojok ruangan), atau aktivitas yang kurang menyenangkan tetapi tidak menyakiti peserta didik.

Ketika menerapkan *prompt*, secara bertahap kita perlu menurunkan level bantuan agar perilaku dapat terbentuk secara alami. Perlahan-lahan bantuan yang kita berikan harus dikurangi agar peserta didik bisa melakukan perilaku yang diajarkan dengan mandiri. Gambar berikut memperlihatkan urutan bantuan dari bantuan paling banyak hingga sedikit.



Gambar 2.13 Urutan Level Bantuan (Dikembangkan dari Miltenberger, 2016)

3. Dukungan Keluarga dan Kolaborasi dengan Ahli

Sahabat guru, berdasarkan kisah Beringin pada bagian sebelumnya, kita bisa melihat bahwa penting sekali berkolaborasi. Misalnya, guru berkolaborasi dengan terapis dan orang tua untuk menggeneralisasi perilaku. Jika perilaku yang diajarkan Bu Venus tidak diajarkan juga di rumah oleh ibunya, maka akan sulit sekali perilaku itu digeneralisasi.

Kolaborasi tidak harus sesuatu yang formal. Misalnya, setelah mendengarkan curhatan Ibu Beringin, Bu Venus pun mengajak terapis sekolah untuk berdiskusi. Mereka kemudian merumuskan rancangan modifikasi perilaku sederhana bersama-sama. Rancangan penanganan perilaku tantrum Beringin yang dibuat Bu Venus dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2.8 Rancangan Penanganan Perilaku Tantrum Beringin

Masalah perilaku	Tantrum di rumah saat ingin menonton video serangga.
Kemungkinan penyebab dan fungsi perilaku	Menginginkan sesuatu tapi kesulitan mengkomunikasikan. Beringin memiliki persepsi bahwa di rumah ia bisa menonton video serangga dengan berteriak dan melempar barang.
Potensi dan hal yang disukai	Menonton video serangga menggunakan ponsel Ibu.
Strategi jangka pendek	Mengucapkan “hape” saat ingin menonton video serangga.
Strategi jangka panjang	Menggunakan bahasa ekspresif verbal saat menginginkan sesuatu.

Setelah membuat rancangan intervensi perilaku untuk Beringin, Bu Venus dan Ibu dari Beringin membuat tujuan pemecahan masalah perilaku secara Spesifik dengan kriteria SMART (*Specific, Measurable, Achievable, Realistic, Time Limited*) yang dikembangkan oleh William & Wright (2004).

Tabel 2.9 Membuat Tujuan Pemecahan Masalah Perilaku Spesifik

KRITERIA	CONTOH
<p>S</p> <p><i>Specific</i> (Spesifik)</p>	<p>Menuliskan secara spesifik perilaku yang akan dikembangkan, dikurangi atau dihilangkan.</p>
<p>M</p> <p><i>Measurable</i> (Dapat diukur)</p>	<p>Mengembangkan kemampuan <i>Mand</i> (meminta sesuatu) yaitu menonton video dengan mengungkapkan bahasa ekspresif verbal yaitu “HP”.</p>
<p>A</p> <p><i>Achievable</i> (Dapat dicapai)</p>	<p>Perilaku dapat diukur, misalnya frekuensi, durasi, dan intensitas.</p>
<p>R</p> <p><i>Realistic</i> (Realistis)</p>	<p>Tujuan yang kita kembangkan dimulai dari sesuatu yang paling mudah untuk peserta didik.</p>
<p>T</p> <p><i>Time Limited</i> (Batasan Waktu)</p>	<p>Tujuan harus realistis dan peserta didik sudah memenuhi fase yang dibutuhkan untuk mempelajari perilaku baru yang akan diajarkan (<i>pre-requisite</i>).</p>
<p>T</p> <p><i>Time Limited</i> (Batasan Waktu)</p>	<p>Membuat target waktu yang diharapkan agar bisa tetap fokus.</p>
<p>T</p> <p><i>Time Limited</i> (Batasan Waktu)</p>	<p>Dalam 1 bulan anak bisa mengkomunikasikan “Hape” secara mandiri. Jika belum tercapai maka target perilaku diturunkan menjadi lebih rendah dan melatih kemampuan <i>pre-requisite</i> sebelumnya.</p>

“Selalu ada arti dibalik perilaku peserta didik.
Tugas kita sebagai guru adalah mencari tahu
arti dibalik perilakunya.
Bukan malah jengkel dan kesal karena ulahnya.”

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

3

Langit yang Tantrum

A. Ruang Lingkup Materi

**Mengurangi
Tantrum**

**Mengenali Emosi
Sendiri**

B. Capaian Pembelajaran

Capaian pembelajaran pada fase fondasi pada anak usia dini adalah anak mampu menunjukkan perilaku patuh di lingkungan terdekat dan mengungkapkan ragam emosi.

C. Tujuan Pembelajaran

Berdasarkan capaian pembelajaran fase fondasi tersebut, berikut tujuan pembelajaran yang hendak dicapai.

1. Peserta didik autisme mampu belajar mengendalikan perilaku tantrum saat di lingkungan sekolah.
2. Peserta didik autisme mulai dapat menerapkan perilaku terarah untuk menyampaikan keinginan dan perasaan.

D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat

1. Intervensi perilaku dilakukan secara terintegrasi dengan kegiatan belajar di kelas dan sekolah.
2. Guru melakukan pencatatan perilaku harian dan evaluasi perkembangan perilaku peserta didik setelah 3 (tiga) bulan.
3. Sebelum melaksanakan aktivitas pembelajaran ini, peserta didik autisme setidaknya sudah mulai memiliki kemampuan melakukan kontak mata (5-10 detik).

E. Materi Pokok

1. Mengenal Perilaku Tantrum

Tantrum adalah respon perilaku ketika seorang anak tidak mengetahui cara mengelola atau mengekspresikan pengalaman emosionalnya (Hershberg, 2018). Tantrum merupakan hal umum yang terjadi pada anak usia dini. Seiring meningkatnya keterampilan berkomunikasi dan regulasi emosi, perilaku tantrum akan berkurang. Akan tetapi, pada peserta didik autisme yang mengalami masalah dalam keterampilan berkomunikasi dan regulasi emosi, perilaku tantrum kerap terus terjadi dan membutuhkan penanganan khusus.

Tantrum adalah bentuk komunikasi yang menandakan kesulitan dalam mengungkapkan perasaan, keinginan, atau rasa ketidaknyamanan.

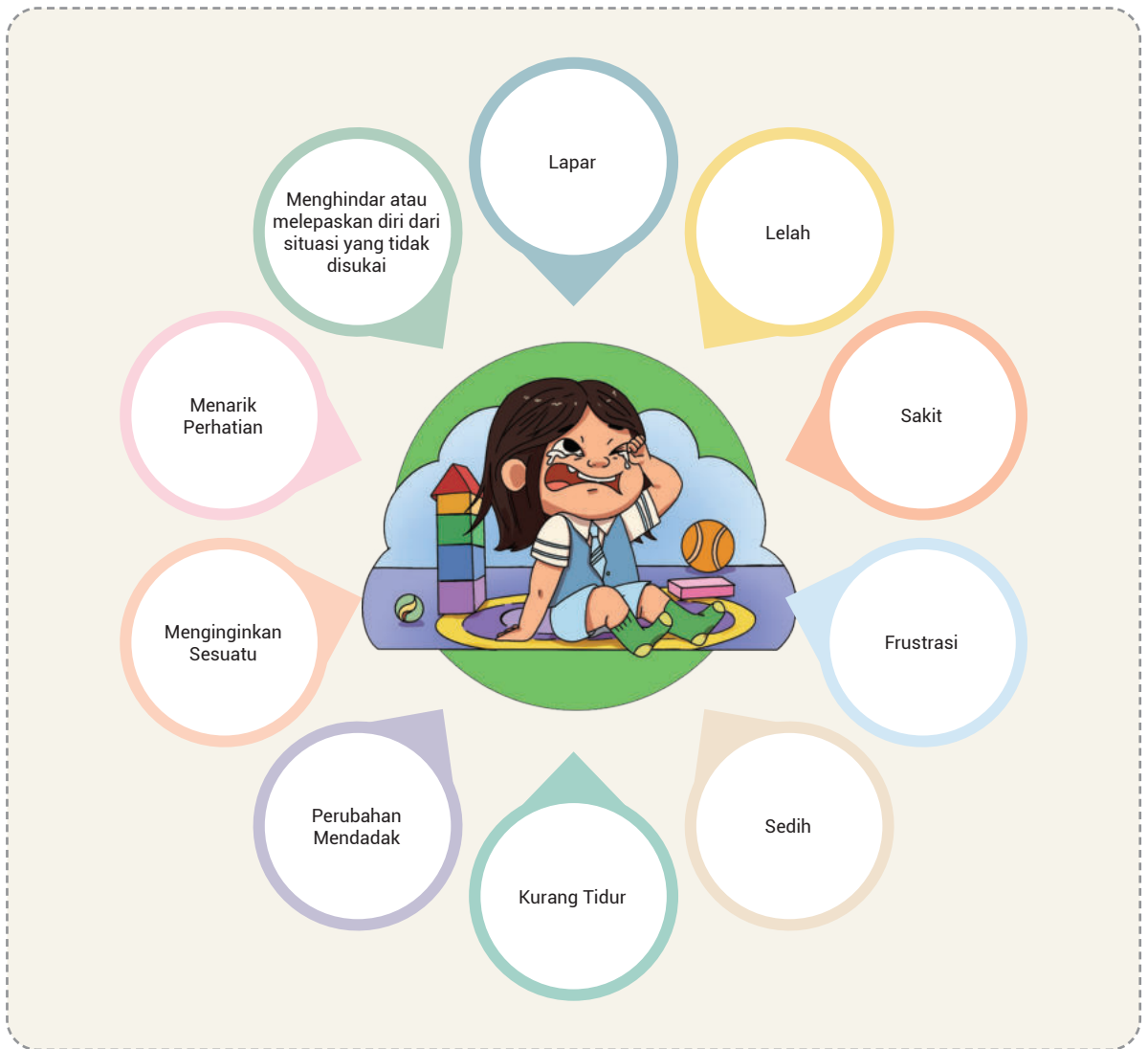


Ketika tantrum terjadi, peserta didik autisme sangat mungkin merasakan lebih dari satu perasaan. Hal ini termanifestasikan dalam bentuk perilaku ledakan emosi. Perilaku tersebut misalnya adalah berteriak, menangis, melempar benda, menyerang orang yang ada di dekatnya, atau berguling di lantai. Selain itu, perilaku tantrum juga sering memicu perilaku lain seperti menyakiti diri sendiri (*self injury*) dan orang lain (agresif).

Tantrum kerap dianggap sama dengan *meltdown* karena memunculkan reaksi perilaku yang serupa dengan yang telah disebutkan di atas. Namun, ada perbedaan di antara keduanya. Mari simak Tabel 3.1 berikut untuk memahami perbedaan tantrum (*temper tantrum*) dan *meltdown*.

Tabel 3.1 Perbedaan Tantrum dan *Meltdown*

Istilah	Pemicu
Tantrum	Kesulitan dalam mengekspresikan dan meregulasi emosi serta dampak dari masalah berkomunikasi verbal dan non-verbal.
<i>Meltdown</i>	Reaksi kewalahan terhadap jumlah <i>input</i> sensoris yang masuk (<i>sensory overload</i>) atau reaksi dari kecemasan. Misalnya, ruangan yang terlalu terang atau terlalu berisik.



Gambar 3.1 Hal-Hal yang Seringkali Memicu Tantrum

Tantrum kadangkala muncul akibat kurang konsistennya sebuah aturan diterapkan atau hasil dari pembelajaran di masa lampau. Misalnya, seorang ayah berkata "Tidak" ketika anaknya meminta es krim. Namun, setelah melihat sang anak menangis, sang ayah menjadi kasihan dan luluh. Suatu hari nanti, ketika sang anak ingin es krim, ia akan kembali menangis.

2. Strategi Penanganan Ketika Anak Tantrum

Seringkali kita bertanya-tanya, apa hal yang perlu kita lakukan ketika peserta didik autis mengalami tantrum? Berikut ini adalah beberapa hal yang bisa dilakukan guru dalam menangani tantrum pada peserta didik autis.

- a. Guru perlu **memahami penyebab tantrum**. Beda penyebab, berbeda pula penanganannya.
- b. Ketika perilaku tantrum tersebut tidak membahayakan, biarkan peserta didik **mengekspresikan emosi** yang ia rasakan.
- c. Guru memberikan **validasi emosi** kepada peserta didik sebagai bentuk pengenalan terhadap ekspresi emosi yang tidak menyenangkan. Misalnya dengan mimik wajah datar guru berkata "Oh, Langit sedang marah? Baiklah, ibu beri waktu ya!"
- d. Guru **memastikan peserta didik autis aman** dan terhindar dari tempat dan benda-benda berbahaya saat tantrum.
- e. Peserta didik autis yang memiliki kecenderungan menyakiti diri sendiri dapat **diberikan pengaman**. Misalnya adalah helm dan bantalan siku atau lutut.
- f. Peserta didik autis **diberikan respons datar** saat tantrum sebagai upaya untuk menunjukkan bahwa tantrum bukanlah cara komunikasi yang baik dan peserta didik tidak akan mendapatkan respons apapun dari perilaku tersebut.
- g. Jika perilaku yang muncul adalah menyakiti diri sendiri, **guru menahan perilaku tersebut dengan melakukan peluk panda** atau memeluk dari belakang. Guru juga bisa memegang kedua tangan peserta didik dari belakang dan menahannya selama beberapa waktu. Hal ini bertujuan untuk meminimalisasi peserta didik terluka atau terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan.



Gambar 3.2 Contoh Posisi Badan dan Tangan Guru dalam Mencegah Peserta Didik Autis Menyakiti Diri Sendiri Saat Tantrum.



Ketika Langit Tantrum



Gambar 3.3 Langit Membenturkan Kepala ke Dinding

Langit sudah mampu merespons dengan cara menoleh ketika namanya dipanggil dan bisa melakukan kontak mata 3 hingga 5 detik, ia cenderung menangis ketika menginginkan sesuatu. Selain itu, berdasarkan hasil asesmen dari psikolog yang dibawa orang tua saat mendaftar, Langit memiliki **kecenderungan menyakiti diri sendiri (self-injury) saat tantrum**. Kecenderungan tersebut ternyata terjadi di sekolah dalam bentuk perilaku membenturkan kepalanya. Kadang ia membenturkan ke meja, ke dinding, atau ke lantai. Di samping menyakiti diri, beberapa kali Langit juga mencakar dan menggigit Bu Mendung yang berusaha menghentikannya membenturkan kepala.

Bu Mendung bertanya-tanya, "Apa sebab Langit membenturkan kepalanya?". Apalagi perilaku tantrum ini terjadi hampir tiap hari ketika kegiatan belajar dimulai. Satu hal yang menjadi petunjuk adalah Langit selalu tantrum setelah melihat *playdough* atau *puzzle*. Bu Mendung juga menemukan bahwa durasi tantrum Langit tidak menentu. Tantrum yang dialami Langit kadang terjadi kurang dari 15 menit, kadang lebih, tapi tidak pernah lebih dari 30 menit.

Bu Mendung adalah seorang guru di TKLB Biasa di Luar. Saat ini adalah tahun ajaran baru. Baru sebulan ia mendampingi empat orang peserta didik berkebutuhan khusus di kelasnya. Salah satunya adalah seorang peserta didik autis bernama Langit.

Langit adalah seorang anak laki-laki berusia 5 tahun dengan gangguan spektrum autis yang berada pada **fase fondasi**. Saat ini, Langit belum bisa berkomunikasi secara verbal. Meski

Berdasarkan pengamatan sebulan ke belakang, Bu Mendung berkesimpulan bahwa pemicu Langit tantrum adalah karena ingin bermain *playdough* atau *puzzle*. Ketika Bu Mendung berinisiatif untuk menyembunyikan dua benda pemicu tersebut di lemari, Langit tetaplah tantrum. Ia hanya sebentar membenturkan kepala sebelum akhirnya berlarian di kelas sambil menjerit-jerit. Lalu, ia merebut buku mewarnai milik temannya untuk disobek.

Setelah menyadari permasalahan Langit, Bu Mendung kemudian melakukan identifikasi kemungkinan penyebab atau pemicu perilaku tantrum pada Langit. Simak identifikasi masalah yang dilakukan Bu Mendung di Tabel 3.2 berikut.

Tabel 3.2 **Identifikasi Masalah**

Perilaku Tantrum Langit		
Deskripsi Perilaku		
Perilaku tantrum pada Langit berupa menangis dan membentur-benturkan kepalanya ke meja, dinding, atau lantai. Perilaku ini selalu terjadi menjelang kegiatan belajar di kelas dimulai.		
Penyebab	Ya/Tidak	Deskripsi
Masalah pemrosesan sensoris	✗	Perilaku muncul dalam kondisi lingkungan yang normal seperti TK pada umumnya. Tenang dan pencahayaan tidak terlalu terang.
Kesulitan berkomunikasi	✓	Perilaku muncul ketika Langit melihat <i>playdough</i> dan <i>puzzle</i> saat kegiatan belajar akan dimulai. Langit menolak mengikuti kegiatan belajar dan hanya ingin bermain <i>playdough</i> dan <i>puzzle</i> . Saat ia tidak menemukan kedua mainan itu, ia merobek buku gambar temanya.
Keinginan tidak terpenuhi	✓	Langit ingin bermain <i>playdough</i> dan <i>puzzle</i> saat kegiatan belajar akan dimulai

Perubahan mendadak	✗	Tidak terjadi perubahan jadwal ataupun kondisi mendadak lainnya. <i>Setting</i> tempat dan waktu kejadian cenderung tidak mengalami perubahan.
Respons guru	✓	Menyembunyikan pemicu (mainan <i>playdough</i> dan <i>puzzle</i>) setelah mengobservasi bahwa ada hubungan antara kedua mainan tersebut dan perilaku tantrum.
Kondisi anak yang kurang baik (sakit, lapar, lelah, kurang tidur, dll)	✗	Anak sedang dalam kondisi tubuh dan kesehatan yang cukup baik. Menurut ayahnya, Langit sudah sarapan dan cukup tidur.

Kesimpulan

Ada hubungan antara munculnya perilaku tantrum dan mainan.

Keinginan untuk bermain *playdough* dan *puzzle*.

Perilaku Langit ini berpengaruh pada semua area pengembangan perilaku yang di antaranya adalah perilaku yang mengganggu pelajaran serta menyakiti diri sendiri dan orang lain.

Perilaku tantrum pada Langit dimanifestasikan dalam perilaku membenturkan kepala, mencakar guru, hingga menjerit dan menangis. Bu Mendung menyadari bahwa ia tidak bisa sekaligus menangani perilaku tersebut. Oleh karena itu, ia memilih prioritas target perilaku yang dapat dilihat pada Tabel 3.3 berikut.

Tabel 3.3 **Memilih Prioritas Target Perilaku**

Prioritas 1	Prioritas 2	Prioritas 3
Perilaku menyakiti diri sendiri	Perilaku yang mengganggu atau melukai orang lain	Perilaku yang mengganggu pembelajaran
Membenturkan kepala	Mencakar dan menggigit guru, merobek buku teman.	Menjerit, menangis, berlarian di kelas yang menyebabkan belajar tidak dimulai.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil identifikasi, maka target perilaku yang menjadi prioritas yaitu perilaku yang muncul dan berkorelasi langsung dengan pemicu munculnya perilaku tantrum. Perilaku ini adalah **menyakiti diri sendiri ketika ingin memainkan *playdough* dan *puzzle***. Target perilaku diprioritaskan berdasarkan urgensi pentingnya mencegah peserta didik terluka dan kebutuhan belajar menyampaikan perasaan keinginan.

Setelah memilih prioritas target perilaku, Bu Mendung kemudian merumuskan profil peserta didik Langit. Profil peserta didik tersebut nantinya membantu Bu Mendung dalam mengembangkan rancangan penanganan perilaku. Berikut profil peserta didik Langit.

Tabel 3.4 **Profil Peserta Didik Langit di Ranah Elemen Perilaku**

Nama	: Langit Petang
Usia	: 5 tahun
Kebutuhan khusus	: Autis
Sekolah/Kelas	: TKLB Biasa di Luar

Ranah Elemen Perilaku	
Potensi	<ul style="list-style-type: none">• Koordinasi motorik cukup baik.• Menoleh saat dipanggil nama.• Mampu mempertahankan kontak mata 3 hingga 5 detik.• Peserta didik autis lebih stabil dan tenang saat mendapatkan apa yang diinginkan.
Hambatan	<ul style="list-style-type: none">• Perilaku tantrum dengan kecenderungan perilaku agresif dan menyakiti diri sendiri saat menginginkan sesuatu. Durasi tantrum tidak tetap berada di kisaran 15–30 menit dengan frekuensi satu hingga dua kali dalam satu hari.
Kebutuhan	<ul style="list-style-type: none">• Mengurangi frekuensi dan intensitas tantrum di sekolah.

Nah, sahabat guru, setelah memilih prioritas target perilaku dan membuat profil peserta didik, hal yang selanjutnya dapat dilakukan adalah membuat rancangan program kebutuhan khusus yang merujuk pada profil peserta didik elemen perilaku. Rancangan ini dikaitkan dengan capaian pembelajaran pada elemen

perilaku dalam program kebutuhan khusus autis. Berikut ini adalah rencana penanganan perilaku yang dibuat Bu Mendung.

Rencana Penanganan Masalah Perilaku Tantrum pada Langit

Capaian Pembelajaran

Capaian pembelajaran fase fondasi anak mampu menunjukkan perilaku patuh di lingkungan terdekat dan mengungkapkan ragam emosi.

Tujuan Pembelajaran

Peserta didik autis dapat mengurangi perilaku tantrum dan menyakiti diri sendiri

Alokasi Waktu (Target)

1. Terintegrasi dengan kegiatan belajar setiap hari.
2. Pencatatan perilaku dilakukan setiap hari dan evaluasi berkala (misalnya, setiap 3 bulan).
3. Target perilaku yang ditetapkan adalah menurunnya frekuensi dan durasi Langit tantrum setelah 3 bulan. Target yang ditetapkan di akhir, frekuensi tantrum Langit berkurang menjadi 3 kali dalam seminggu, dan durasinya berkurang menjadi maksimal 15 menit saat tantrum terjadi.

Strategi Pencegahan Tantrum pada Langit

1. Menggunakan kartu bergambar *playdough* dan *puzzle* untuk mengajarkan Langit mengomunikasikan apa yang ia inginkan dengan menunjuk/mengambil gambar tersebut.
2. Aktivitas bermain *playdough* dan *puzzle* selama 30 menit dijadikan sebagai penguatan untuk meningkatkan perilaku menyampaikan keinginan bermain secara tepat (menunjuk/mengambil gambar kegiatan yang disukai).
3. Mempelajari keterampilan bahasa reseptif mengenai identifikasi emosi.
4. Mengintegrasikan program kebutuhan khusus elemen perilaku dengan program kebutuhan khusus elemen komunikasi dan interaksi sosial. Hal ini agar Langit dapat belajar mempertahankan kontak mata, melakukan inisiasi sosial, mengungkapkan kebutuhan dan keinginan, baik verbal maupun non-verbal.
5. Menyediakan aturan yang jelas dan petunjuk visual tentang kegiatan di sekolah.
6. Orang tua melakukan langkah antisipasi sebelum berangkat ke sekolah tentang kegiatan yang akan dilakukan dan aturan sederhana tentang apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan.

Langkah-Langkah yang Guru Lakukan Ketika Perilaku Tantrum Muncul

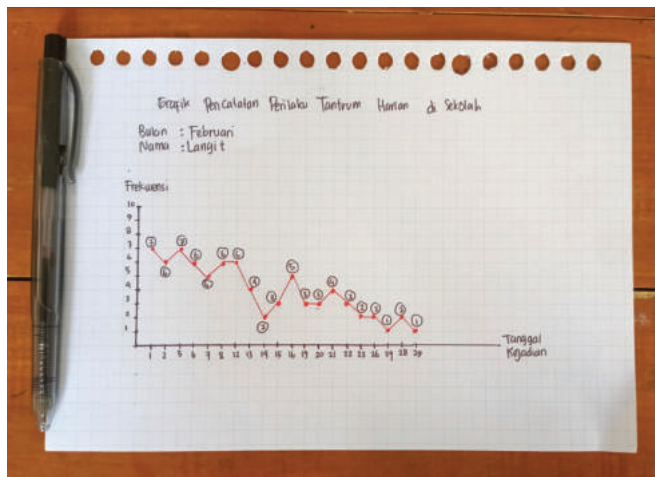
1. Langit diberikan kesempatan dan durasi waktu untuk meluapkan emosinya saat tantrum. Durasi yang diberikan 15 menit.
2. Langit diberikan ruang yang aman untuk meluapkan emosinya.
3. Langit diberikan validasi emosi oleh guru saat tantrum.
4. Langit diberikan penanganan berupa posisi peluk panda oleh guru saat muncul perilaku menyakiti diri sendiri. Guru bisa mencari alternatif lain yang sesuai dengan kondisi peserta didik.
5. Jika emosi telah reda, Langit diberikan bantuan fisik (*physical prompt*) untuk menunjuk mainan yang diinginkan, yaitu *playdough* dan *puzzle*. Guru dapat segera memberikan mainan yang diinginkan sebagai penguat ketika menunjukkan respons yang sesuai. Guru juga dapat memberikan pujian pada Langit.
6. Secara bertahap bantuan (*prompt*) dihilangkan (Lihat Bab 2 tentang hierarki bantuan)

Asesmen Perilaku

Pencatatan Perilaku Tantrum pada Langit

Tanggal	Frekuensi Kejadian	Durasi	Catatan

Guru juga dapat langsung mencatat frekuensi dan durasi dengan membuat grafik frekuensi dan durasi perilaku di jurnal atau buku catatan.



Gambar 3.4 Contoh Catatan Bu Mendung tentang Perilaku Langit

Sumber: Kemendikbudristek/ Sera Janwati (2024)

Alternatif Kegiatan Pembelajaran

1. Mengajarkan keterampilan komunikasi bahasa ekspresif verbal memilih benda yang diinginkan (benda yang disukai dan benda lain sebagai pengecoh).
2. Mengajarkan keterampilan identifikasi emosi melalui kartu bergambar.
3. Mengajarkan keterampilan bahasa ekspresif non-verbal. Misalnya, mengangguk untuk benda yang diinginkan jika peserta didik sudah bisa melakukan imitasi gerakan mengangguk.

Remedial dan Pengayaan

Remedial

Apabila setelah 3 bulan peserta didik autis **belum** menunjukkan perubahan sesuai dengan target yang diharapkan, berikut yang dapat dilakukan.

1. Menganalisa kembali kemungkinan penyebab perilaku muncul.
2. Menambah durasi target pencapaian 3 bulan lagi.
3. Apabila setelah 3 bulan tidak menunjukkan perkembangan, guru dapat mencari metode alternatif lain.

Pengayaan

Apabila peserta didik autis **sudah** menunjukkan perubahan sesuai dengan target yang diharapkan, berikut yang dapat dilakukan.

1. Menentukan target perilaku baru, baik durasi dan frekuensinya, misalnya frekuensi tantrum menjadi seminggu sekali, dan durasi 8 menit ketika tantrum.
2. Memperluas keterampilan mengenali emosi diri sendiri.
3. Menambah waktu bermain *puzzle/ playdough* sebagai penguat dari perilaku.

Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian dengan mengulas hal yang terjadi di hari tersebut. Berikut ini adalah beberapa pertanyaan yang dapat digunakan guru untuk berefleksi.

- Apakah saya sudah menerapkan strategi mencegah tantrum yang dibuat hari ini?
- Apakah saya sudah bereaksi sesuai dengan rencana?
- Apakah saya sudah konsisten dalam menerapkan strategi?
- Adakah hal-hal yang menghambat hari ini dalam menerapkan pencegahan tantrum dan pengelolaan perilaku Langit?

Inspirasi Bersama Orang Tua

1. Orang tua dan anak melakukan kegiatan bermain bersama di rumah. Orang tua dapat menstimulasi anak untuk menunjuk mainan yang diinginkan untuk saat bermain bersama.
2. Orang tua memberikan media komunikasi augmentatif dan alternatif berupa PECS (*Picture Exchange Communication System*), buku komunikasi bergambar sederhana, atau papan bergambar sederhana yang berisikan kegiatan atau kebutuhan anak.
3. Orang tua dapat melakukan cara-cara yang sama dengan yang digunakan guru dalam menghadapi anak yang tantrum.
4. Orang tua mengomunikasikan kepada seluruh anggota keluarga yang sering berinteraksi dengan anak dalam menghadapi anak yang tantrum. Selain itu, orang tua juga mengajak seluruh anggota keluarga untuk ikut berperan mengarahkan anak dalam mengomunikasikan keinginannya dengan benar.
5. Orang tua memberikan aturan sederhana tentang batasan bermain.

Sahabat guru, selain Bu Mendung, mari kita berkenalan dengan Bu Embun. Ia adalah seorang guru TK yang memiliki seorang peserta didik autis bernama Angkasa. Sama halnya dengan Langit, Angkasa juga sering tantrum. Namun, tiap peserta didik autis memiliki sebab dan bentuk tantrum yang berbeda. Oleh karena itu, simak cerita berikut untuk mengetahui bagaimana Bu Embun menangani tantrum pada Angkasa.

Belajar dari Kasus, Yuk!



Angkasa dan Rengekan di Depan Gerbang

Angkasa adalah seorang peserta didik autis berusia 6,5 tahun yang bersekolah di sebuah TK Inklusi. Setiap pagi ketika baru turun dari mobil ayahnya, Angkasa selalu tantrum dengan merengek dan berteriak di depan gerbang sekolah. Durasi menangisnya berkisar antara 20-30 menit. Durasi ini yang bisa terbilang cukup lama. Jika sudah menangis, suasana hatinya menjadi buruk dan merusak aktivitas belajarnya sehabian.

Ketika suasana hati Angkasa saat belajar buruk, ia akan menyerang Bu Embun, guru pembimbing khususnya, dengan cara mencakar, memukul, hingga menendang. Perilaku Angkasa ini berdampak terhadap kegiatan belajar peserta didik lain. Setiap Angkasa tantrum, suasana kelas pun juga ikut menjadi gaduh. Semakin gaduh kelas, semakin kencang pula teriakan Angkasa. Bu Embun dengan dibantu Bu Rinai sebagai wali kelasnya pun mencatat perilaku Angkasa dan kemungkinan penyebabnya. Kedua guru tersebut juga meminta orang tua Angkasa untuk melakukan hal yang sama.

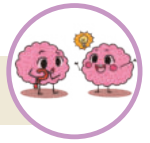
Akhirnya, didapatkan kesimpulan bahwa penyebab teriakan dan renekan Angkasa adalah **kebisingan**. Suara bising tersebut bersumber dari anak-anak yang riuh bermain di halaman sekolah dan suara kendaraan bermotor di jalan raya. Setelah memahami pemicunya, maka Bu Embun menyampaikan kepada orang tua Angkasa untuk membawa *headphone* ke sekolah. *Headphone* itu nantinya akan digunakan oleh Angkasa untuk mendengar musik klasik favorit Angkasa sebagai strategi penanganan perilaku berteriak dan merengeknya. Bu Embun meminta orang tua agar memakaikan *headphone* sejak dari rumah.

Pada hari pertama pelaksanaan strategi itu, perilaku berteriak dan merengek Angkasa masih muncul, tetapi durasinya berkurang. Oleh karena itu, Angkasa bisa mengikuti pembelajaran dengan baik. Penanganan yang diterapkan Bu Embun

ternyata cukup efektif. Belakangan Angkasa tidak lagi berteriak dan agresif. Ia bisa mengikuti pelajaran dan kelas menjadi lebih kondusif.



Gambar 3.5 Ilustrasi Angkasa



Gambar 3.6 Ilustrasi Pak Deras Mengobrol dengan Bu Mendung

Sahabat guru, setelah membaca bab ini, mungkin ada banyak pertanyaan yang menyeruak di kepala. Beberapa pertanyaan yang mungkin muncul dari benak sahabat guru sekalian dapat kita simak melalui percakapan Pak Deras dan Bu Mendung mengenai tantrum berikut ini.

Bu Mendung, saya ingin bertanya, nih. Saat menangani perilaku tantrum peserta didik, apakah boleh menggunakan metode alternatif lain dalam waktu yang bersamaan, misal berbeda antara metode di sekolah dan di rumah?



Pak Deras



Bu Mendung

Wah, sebaiknya hal itu dihindari, Pak Deras. Tidak direkomendasikan untuk menggunakan metode yang berbeda dalam satu waktu. Apalagi kalau intervensi yang kita lakukan belum memenuhi target. Guru dan orang tua harus sama-sama sejalan dan konsisten dalam menerapkan suatu rencana.

Nah, saya mau nanya lagi, nih. Saya sering banget ditanya oleh orang tua. Apa yang bisa orang tua lakukan jika anaknya tiba-tiba tantrum di tempat ramai, misalnya di pesta perkawinan?



Pak Deras



Bu Mendung

Masalah ini cukup umum, ya. Nah, orang tua bisa membawa anak keluar dari tempat tersebut. Ajak ke tempat yang lebih aman untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Lalu berikan anak kesempatan untuk meluapkan emosinya. Validasi terlebih dahulu perasaannya dan berikan respons datar, maksudnya wajah orang tua jangan ikut sedih atau tertawa-tawa. Selanjutnya, jika anak sudah tenang berikan pelukan.

Nah, lebih baik lagi, jika orang tua melakukan langkah pencegahan. Misalnya menjelaskan bagaimana situasi pesta tersebut nanti. Ajarkan juga bagaimana menghadapi perubahan situasi. Contoh orang tua memberikan gambar atau foto bagaimana suasana pesta. Anak juga bisa diajarkan mengelola emosi. Misalnya menarik napas, menghitung satu sampai sepuluh.

Oh begitu. Nah saya tertarik dengan pernyataan Bu Mendung, bahwa berikan kesempatan pada anak untuk meluapkan emosi. Apakah tidak masalah membiarkan peserta didik tantrum dan meluapkan emosinya?



Pak Deras



Bu Mendung

Tidak mengapa selama itu tidak menyakiti dirinya. Emosi harus dilepaskan, sebab emosi yang menumpuk bisa menjadi ledakan yang lebih besar. Tidak apa-apa mereka menangis. Membatasi mereka meluapkan emosi malah membuat masalah baru di kemudian hari.

Nah pertanyaan terakhir dari saya, apa benar tantrum bisa hilang sendiri seiring usia bertambah usia pada anak autis?



Pak Deras



Bu Mendung

Begitu Pak Deras, tantrum terjadi ketika anak kesulitan dalam memproses emosi dan mengungkapkannya dengan tepat. Anak yang persepsi bahasanya belum terbentuk seperti anak autis, akan menjadikan tantrum sebagai bentuk komunikasi. Sehingga, tantrum akan hilang seiring dengan pemahaman anak berkaitan dengan kemampuan komunikasi yang meningkat. Makanya sangat penting untuk mengarahkan anak agar paham bagaimana cara berkomunikasi yang benar.

Wah, meskipun namanya Bu Mendung, mendengar Bu Mendung menjawab saya jadi tercerahkan.



Pak Deras



Bu Mendung

Saya juga senang bisa menjawab pertanyaan Pak Deras yang sederas hujan.

Nah, demikian tanya jawab antara Pak Deras dan Bu Mendung. Semoga percakapan tersebut dapat memberi gambaran sahabat guru sekalian tentang strategi penanganan perilaku tantrum. Selain itu, semoga bab ini juga bisa membantu sahabat guru sekalian untuk semakin memahami tentang perilaku tantrum yang kerap terjadi pada peserta didik autis, ya!

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

4

Menyelami Dunia Laut

A. Ruang Lingkup Materi

**Mengikuti
Instruksi**

**Meniru Perilaku
Kooperatif**

B. Capaian Pembelajaran

Capaian pembelajaran Fase A adalah peserta didik mengenali perilaku kooperatif dan tidak kooperatif, aturan dan tata nilai di berbagai lingkungan, serta mengenal beragam ungkapan emosi.

C. Tujuan Pembelajaran

Berdasarkan capaian pembelajaran fase A tersebut, berikut tujuan pembelajaran yang hendak dicapai.

1. Peserta didik autis mampu mengikuti instruksi sederhana satu tahap saat berada di lingkungan kelas, sekolah, dan rumah.
2. Peserta didik autis mampu meniru perilaku positif (perilaku kooperatif) di kelas dan menunjukkan perilaku siap belajar.

D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat

1. Sebelum melaksanakan aktivitas pembelajaran ini, peserta didik autis setidaknya sudah memiliki kemampuan melakukan kontak mata (5-10 detik) dan frekuensi tantrum sudah menurun maksimal dua kali dalam seminggu dengan durasi tidak lebih dari 15 menit.
2. Kegiatan ini dapat dilakukan secara terpisah pada 1 jam pelajaran (menyesuaikan satuan pendidikan) setiap hari atau dapat ditambahkan sesuai dengan kebutuhan peserta didik autis.

3. Lamanya intervensi bergantung pada perkembangan tiap peserta didik autis yang memiliki berbagai kebutuhan khusus sehingga membutuhkan dukungan yang berbeda.

E. Materi Pokok

Kepatuhan bisa menjadi hal pertama yang kita ajarkan kepada peserta didik autis setelah mereka memiliki kontak mata yang dikembangkan dalam elemen interaksi sosial. Kepatuhan dapat berupa kemampuan peserta didik dalam mengikuti instruksi yang diberikan guru. Namun, di awal masa sekolah, peserta didik autis sering menunjukkan tanda-tanda ketidakpatuhan. Hal ini disebabkan oleh dampak dari karakteristik spektrum autis yang terbatas dalam interaksi sosial dan komunikasi.

Kesulitan dalam berinteraksi sosial dan berkomunikasi sosial menyebabkan peserta didik autis terbatas memahami aturan-aturan sosial yang terdapat di kelas. Hambatan mereka dalam berkomunikasi juga menyebabkan masalah perilaku akibat kesulitan mengomunikasikan keinginan dan kebutuhan. Sulitnya memahami aturan sosial, instruksi guru, serta keterbatasan dalam berkomunikasi inilah yang menyebabkan masalah perilaku yang sering dianggap sebagai ketidakpatuhan. Sahabat guru, mari simak materi berikut untuk lebih memahami ketidakpatuhan pada peserta didik autis.

1. Ketidakpatuhan Pada Peserta Didik Autis

Ketidakpatuhan (*noncompliance*) didefinisikan sebagai kesulitan mengikuti perintah yang kerap terjadi tak hanya pada peserta didik autis di usia kanak-kanak, tetapi juga terkadang menetap hingga dewasa (Luiselli, 2011). Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, kesulitan mengikuti perintah ini dapat disebabkan karena sulitnya memahami instruksi karena hambatan interaksi sosial dan komunikasi yang dimiliki. Ketika seorang peserta didik autis diam saja saat diminta bertepuk tangan, ketidakpatuhan ini dapat disebabkan mereka tidak mengerti instruksi verbal yang disampaikan guru.

Setiap perilaku memiliki fungsi, begitu pula ketidakpatuhan. Mengadaptasi fungsi perilaku, ada tiga penyebab dari ketidakpatuhan yang dapat dilihat pada Gambar 4.1 berikut ini.

Penyebab		
<p>Mendapatkan sesuatu (perhatian, barang, aktivitas yang disukai).</p> <p>Contoh</p> <p>Menangis dan menolak masuk kelas agar diajak bermain keliling sekolah.</p>	<p>Menghindar atau melarikan diri dari sesuatu atau aktivitas yang tidak disukai.</p> <p>Contoh</p> <p>Menangis dan menolak masuk kelas karena tidak mau mengerjakan tugas.</p>	<p>Bentuk kesulitan memahami instruksi karena hambatan dalam interaksi sosial dan komunikasi.</p> <p>Contoh</p> <p>Tidak masuk ke kelas karena tidak paham ketika guru berkata, "Masuk kelas!"</p>

Gambar 4.1 Penyebab dan Contoh Ketidakpatuhan Peserta Didik Autis

Ketidakpatuhan di awal masuk sekolah sering disebabkan oleh kesulitan memahami instruksi karena hambatan interaksi sosial dan komunikasi. Peserta didik autis yang kesulitan dalam kontak mata, memahami apa yang dikomunikasikan guru, serta memiliki masalah perilaku, akan sulit memahami instruksi. Oleh karena itu, sebelum diajarkan kepatuhan, guru perlu mengajarkan kontak mata yang terdapat dalam elemen interaksi sosial sebagai kemampuan prasyarat mengajarkan kepatuhan.

2. Strategi Membangun Kepatuhan dan Siap Belajar

Kepatuhan dan siap belajar adalah keterampilan awal yang perlu dimiliki seluruh peserta didik. Para peserta didik autis yang mulai duduk tenang, memberikan perhatian pada guru, dan mulai mengikuti instruksi dapat dikatakan telah siap belajar. Membangun kepatuhan dan siap belajar dapat dimulai dari

mengajarkan peserta didik untuk mengenal instruksi dan mematuhi. Selain itu, membangun kepatuhan juga membutuhkan prasyarat kemampuan pada elemen lain berupa interaksi sosial dan komunikasi. Contohnya adalah peserta didik autis membutuhkan keterampilan kontak mata sebelum mempelajari perilaku patuh.

Langkah-langkah yang bisa dilakukan guru dalam mengajarkan kepatuhan yaitu dengan mengadaptasi teknik atau langkah-langkah meningkatkan kepatuhan berbasis anteseden dari Luiselli (2011). Langkah-langkah tersebut dapat dilihat pada Tabel 4.1 berikut ini.

Tabel 4.1 Langkah-Langkah Mengembangkan Perilaku Patuh Peserta Didik Autis

Langkah-langkah	Deskripsi
<p>Melakukan identifikasi instruksi yang menyenangkan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Guru menentukan 3 (tiga) instruksi aktivitas yang menyenangkan atau disukai peserta didik autis. (Contoh : “Ambil bola!”, “Lempar bola!” dan “Tendang bola!”) • Instruksi yang diberikan dimulai dari aktivitas yang disukai peserta didik autis. • Guru perlu berkomunikasi dengan orang tua untuk menentukan instruksi yang menjadi prioritas.
<p>Melakukan identifikasi target instruksi yang akan diajarkan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Guru memilih 1 (satu) target instruksi (contoh: “Masuk kelas!”) setelah melaksanakan 3 (tiga) instruksi yang berkaitan dengan aktivitas yang menyenangkan bagi peserta didik autis. • Target Instruksi merupakan aktivitas yang diharapkan untuk menjadi kebiasaan dalam aktivitas sehari-hari.
<p>Penerapan intervensi</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Guru mengajarkan 3 (tiga) instruksi aktivitas yang menyenangkan. • Guru memberikan 1 (satu) target instruksi setelah peserta didik autis berhasil menyelesaikan 3 (tiga) instruksi menyenangkan. • Instruksi disampaikan secara singkat dalam bentuk perintah. • Berikan penguatan positif pada peserta didik sesegera mungkin saat berhasil mengikuti instruksi.

Kita perlu mengingat bahwa peserta didik autis mengalami permasalahan dalam membangun relasi sosial. **Masalah perilaku seperti ketidakpatuhan yang muncul pada peserta didik autis merupakan bentuk gejala dari gangguan hubungan sosial tersebut** (Kauffman, 2015). Peserta didik autis perlu membangun hubungan sosial agar dapat terlibat dalam pembelajaran dengan guru. Oleh sebab itu, membangun kedekatan (*bonding*) dapat menjadi langkah awal untuk membangun kepercayaan peserta didik autis terhadap guru. Salah satu cara mengembangkan kedekatan adalah dengan menggunakan teknik *joining*. Teknik ini dilakukan dengan mengikutsertakan guru atau orang tua ke dalam dunia peserta didik autis (Kauffman, 2015). Misalnya, guru ikut duduk dan meniru apa yang peserta didik autis lakukan atau ikut bermain bersama di sebelahnya untuk membangun kedekatan dan kepercayaan.

Selain itu, ada beberapa hal yang perlu kita perhatikan agar kegiatan mengajarkan kepatuhan ini bisa lebih efektif dilakukan. Rekomendasi kiat-kiat yang bisa dilakukan oleh guru dapat dilihat pada Gambar 4.2 berikut ini.

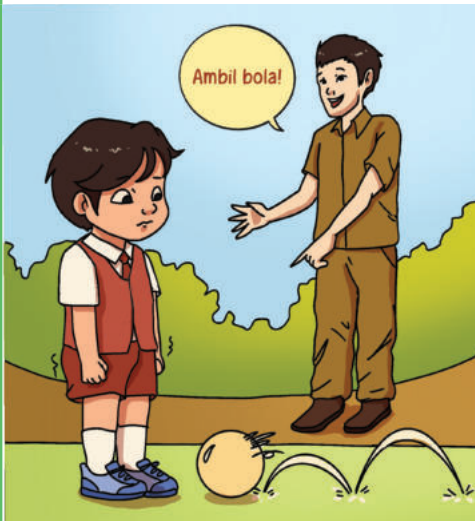


Lakukan [✓]

Memberikan peserta didik autisme penguatan positif sesegera mungkin setelah dia mampu mematuhi instruksi yang diberikan.



Guru atau orang tua di rumah perlu mencoba memberikan instruksi dalam kondisi kehidupan sehari-hari (tidak dalam konteks belajar).



Hindari [X]

Tidak memberikan penguatan sesegera mungkin.



Guru dan orang tua perlu menghindari bahwa belajar harus selalu duduk di meja setiap hari.



Lakukan [✓]

Memantau secara konsisten perilaku kepatuhan dan ketidakpatuhan yang muncul dalam setiap kali instruksi.



Berikan kesempatan keluarga atau orang terdekat untuk mencoba instruksi yang diajarkan.

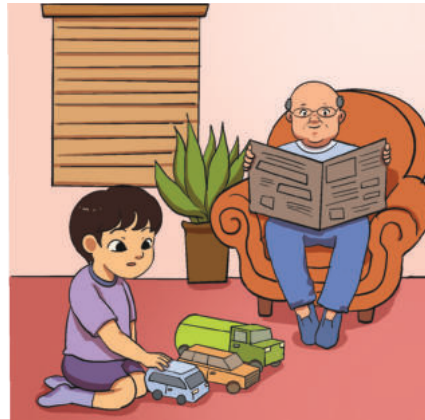


Hindari [X]

Tidak melakukan pengamatan berkala terhadap perilaku peserta didik autis.



Tidak melibatkan keluarga dalam mengajarkan anak mematuhi instruksi yang sedang dipelajari.



Gambar 4.2 Kiat Meningkatkan Kepatuhan Pada Peserta Didik Autis

3. Strategi Mengembangkan Imitasi Perilaku Kooperatif


Setelah peserta didik autis mampu mengikuti instruksi, kita dapat mengajarkan mereka untuk meniru dan mengembangkan perilaku kooperatif dalam belajar. Perhatian bersama (*joint attention*) perlu dikembangkan agar peserta didik

autis mampu secara spontan mengimitasi perilaku yang diharapkan. Guru bisa memperhatikan gambar 4.3 di bawah ini ketika akan memilih aktivitas dan mengajarkan imitasi perilaku pada peserta didik autis.

a Guru dapat mencoba memulai dengan ikut bergabung dalam aktivitas yang dilakukan peserta didik terlebih dahulu. Hal ini bertujuan agar peserta didik merasa memiliki kesamaan ketertarikan yang akan berpengaruh positif terhadap pembentukan kedekatan (*bonding*).

b Guru dapat mengajarkan perilaku meniru di lingkungan kelas yang natural agar peserta didik autis dapat berperilaku lebih spontan dan menggeneralisasi perilaku.

c Guru dapat mengajarkan perilaku imitasi mulai dari gerakan motorik kasar yang sederhana seperti, bertepuk tangan, mengangkat tangan, atau memegang anggota tubuh seperti hidung dan kepala. Guru juga dapat menggunakan mainan atau benda untuk mengajarkan mengimitasi perilaku memanipulasi benda, seperti mendorong mobil-mobilan.



Gambar 4.3 Hal-hal yang Harus Diperhatikan Guru Saat Mengajarkan Kepatuhan

Selanjutnya, saat guru sudah mampu mengambil perhatian dan menjalin kedekatan dengan peserta didik autis, maka kegiatan mengajarkan imitasi bisa dilakukan. Guru dapat mengamati inspirasi langkah-langkah mengajarkan imitasi peserta didik autis pada gambar 4.4 berikut.

1



Guru dan peserta didik duduk berhadapan sehingga dapat membangun kontak mata.

2



Guru memulai mencontohkan gerakan yang akan diajarkan sambil berkata, "Tirukan!"

3



Guru menunggu peserta didik autis merespons.

4



Guru memberikan bantuan fisik pada peserta didik autis.

5



Guru kembali memberikan contoh dan instruksi menirukan.

6



Berikan kesempatan peserta didik autis untuk merespons (5 detik).

7



Jika respons yang diberikan salah, koreksi dengan berkata, "Tidak."

Lalu, berikan lagi instruksi yang sama seperti sebelumnya.

8



Jika respons yang diberikan benar, berikan penguatan.

Gambar 4.4 Contoh Langkah-langkah Mengajarkan Mengimitasi Perilaku pada Peserta Didik Autis

Kiat guru agar peserta didik autis mematuhi dan mengikuti instruksi

- ✓ Awali dengan memberikan instruksi satu aktivitas yang peserta didik autis sukai.
- ✓ Mulai dari hal yang mudah agar memotivasi peserta didik autis untuk melakukannya.
- ✓ Berikan instruksi sambil mencontohkan gerakan yang ditargetkan.
- ✓ Konsisten dan berikan penguatan positif.



Sahabat guru, mari temui Laut dan Pak Timur pada *Belajar dari Kasus, Yuk!* berikut. Apa yang dilakukan Pak Timur semoga dapat membantu sahabat guru sekalian untuk lebih memahami cara mengajarkan kepatuhan pada peserta didik autis.

Belajar dari Kasus, Yuk!



Laut yang Tak Mau Masuk Kelas

Laut adalah seorang peserta didik autis berusia 8 tahun yang baru dua minggu menjadi peserta didik di SDLB Tepi Pantai. Setiap hari Laut diantar ke sekolah oleh ayahnya. Namun, setiap sang ayah mengantarkan sampai depan kelas, ia hanya mematung di depan pintu kelas. Laut menunjukkan respon penolakan untuk masuk kelas saat bel berbunyi. Ia akan berlari keluar kelas saat Pak Timur, wali kelasnya, mengajaknya masuk.

Awalnya, Pak Timur membiarkan Laut berada di luar kelas dan berjalan-jalan pada hari-hari pertama masuk sekolah. Pak Timur berpikir bahwa mungkin itu adalah cara Laut mengenal sekolah ini. Namun, perilaku itu tidak kunjung menunjukkan perubahan. Belakangan, Laut akan langsung duduk di teras kelas sambil memeluk tiang



Gambar 4.5 Laut Tak Mau Masuk Kelas

bangunan sejak pagi sampai bel pulang usai. Kadangkala ia juga bersandar di tiang sambil menjentik-jentikkan jemarinya. Ia tak mau berpindah dan akan berguling-guling di lantai jika Pak Timur atau guru lain mencoba memindahkan Laut. Sementara itu, Pak Timur memiliki 3 peserta didik lain yang sudah mau dan bisa masuk kelas.

Apa yang terjadi pada Laut ini membuat Pak Timur berpikir keras. Apa yang harus ia lakukan agar Laut memahami instruksi untuk masuk ke kelas? Pak Timur mulai mengajak ayah Laut untuk berbicara dan bertanya apa saja aktivitas anaknya sebelum menjadi peserta didik di sekolah tersebut. Ayahnya bercerita bahwa biasanya Laut akan bermain di pantai dekat rumah dari pagi hingga siang hari. Laut bisa berjam-jam bermain pasir di pantai. Ia suka bermain pasir dan batu-batu kecil atau sekadar duduk di tepi pantai belakang rumahnya. Namun, sejak masuk sekolah, Laut hanya bermain ke pantai di hari libur. Cerita dari ayah Laut ini memberikan sedikit titik terang bagi Pak Timur. Mungkin saja perubahan yang terjadi pada aktivitas yang biasa ia lakukan setiap hari menyebabkan Laut sulit beradaptasi.

Setelah masa observasi awal Laut di sekolah sebagai peserta didik baru selesai, Pak Timur mulai mengidentifikasi masalah. Hal ini ia lakukan setelah melakukan pengamatan, bertanya dengan ayah Laut, dan mencoba mengingat bagaimana perilaku Laut dua minggu terakhir dengan mengurai beberapa kemungkinan penyebabnya. Hasil identifikasi masalah Pak Timur dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut ini.

Tabel 4.2 **Identifikasi Masalah**

Perilaku: Tidak patuh

Deskripsi Perilaku

Perilaku tidak patuh pada Laut diartikan sebagai perilaku penolakan masuk kelas. Perilaku ini dimanifestasikan dalam bentuk berdiri mematung di depan kelas, berlari di sekitar halaman sekolah saat bel masuk, duduk sambil memeluk tiang bangunan, dan berguling-guling di lantai saat diajak masuk ke kelas.

Penyebab	Ada/Tidak	Deskripsi
Masalah pemrosesan sensoris	✗	Tidak ada suara bising dan ia tidak menunjukkan reaksi terhadap suara yang gaduh dari kelas lain. Laut juga tidak menunjukkan masalah saat berjalan-jalan di lingkungan sekolah saat matahari bersinar terik.
Kesulitan berkomunikasi	✓	Perilaku muncul ketika Laut diajak masuk ke kelas. Ia berdiam diri, terpaku di depan pintu, atau berguling saat diajak masuk dapat diasumsikan bentuk komunikasinya dalam menolak masuk ke kelas.
Keinginan tidak terpenuhi	✓	Perilaku muncul sebagai bentuk tuntutan akan rutinitas yang biasa ia lakukan di pagi hari, yakni bermain di pantai belakang rumah.
Perubahan mendadak	✓	Perilaku muncul akibat perubahan situasi yang mengejutkan dari sudut pandang Laut.
Respons guru	✓	Respon guru yang mengajaknya masuk membuatnya berperilaku menghindar dengan berlari, berguling-guling di lantai, atau enggan beranjak dari tiang bangunan.
Kondisi anak yang kurang baik (sakit, lapar, lelah, kurang tidur, dll)	✗	Laut selalu sekolah dalam keadaan sehat, cukup tidur, dan sarapan.

Kesimpulan

Ada hubungan antara perubahan situasi sebelum Laut mulai bersekolah dengan setelah ia mulai bersekolah. Ada rutinitas bermain di pantai yang hilang di pagi hari. Hal ini mengakibatkan Laut menolak untuk belajar karena memiliki keinginan bermain di pantai.

Perilaku tidak patuh secara langsung berpengaruh terhadap area pembelajaran yaitu **perilaku mengganggu pembelajaran yang masuk ke dalam prioritas ketiga**. Guna memastikan apakah ia sudah memilih prioritas target perilaku yang tepat, Pak Timur melakukan analisis pemilihan prioritas target perilaku yang ditampilkan pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 **Memilih Prioritas Target Perilaku**

Prioritas 1	Prioritas 2	Prioritas 3
Perilaku menyakiti diri sendiri	Perilaku yang mengganggu atau melukai orang lain	Perilaku yang mengganggu pembelajaran
Laut tidak memiliki perilaku melukai diri sendiri.	Laut tidak memiliki perilaku melukai orang lain.	Laut menolak masuk kelas dan menempel di tiang sekolah, berguling-guling saat dipindahkan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil identifikasi, perilaku Laut dimasukkan ke dalam prioritas tiga, yaitu perilaku yang mengganggu pembelajaran. Laut tidak memiliki perilaku menyakiti diri sendiri (prioritas satu). Ia juga tidak memiliki perilaku menyakiti orang lain (prioritas dua) yang dapat dikategorikan sebagai perilaku mengganggu orang lain. Perilaku mengganggu pembelajaran pada Laut adalah manifestasi **ketidakpatuhan** yang **menghambat kesiapan belajar di kelas**. Perilaku ini berbentuk **menolak masuk kelas**. Oleh karena itu, target perilaku yang diprioritaskan untuk membentuk kepatuhan Laut agar siap belajar yaitu **mematuhi instruksi masuk kelas**.

Setelah melakukan analisis tersebut dan mendapatkan target prioritas yang tepat, Pak Timur kemudian menyusun profil peserta didik Laut dalam ranah elemen perilaku. Profil peserta didik Laut yang dibuat Pak Timur dapat dilihat pada Tabel 4.4 berikut ini.

Tabel 4.4 **Profil Peserta Didik Laut di Ranah Elemen Perilaku**

Nama	: Laut
Usia	: 8 Tahun
Kebutuhan khusus	: Autis
Sekolah/Kelas	: 1 SDLB Tepi Pantai
Ranah Elemen Perilaku	
Potensi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laut merespons saat dipanggil namanya dengan menoleh. 2. Laut menyukai bermain pasir. 3. Laut bisa duduk tenang dalam waktu lama pada kegiatan yang ia sukai.
Hambatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laut menolak masuk kelas saat kegiatan belajar dimulai.
Kebutuhan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mematuhi instruksi masuk kelas. 2. Pengembangan pola rutinitas baru.

Pak Timur telah memilih perilaku yang menjadi prioritas untuk ditangani dan juga menyusun profil peserta didik Laut. Selanjutnya, ia membuat rancangan penanganan perilaku masuk kelas dan siap belajar untuk Laut sebagai berikut.

Capaian Pembelajaran Elemen Perilaku

Peserta didik mengenali perilaku kooperatif dan tidak kooperatif, aturan dan tata nilai di berbagai lingkungan, serta mengenal beragam ungkapan emosi.

Tujuan Pembelajaran

Peserta didik autis mematuhi instruksi masuk ke kelas.

Alokasi Waktu dan Model Pelaksanaan

1. Kegiatan ini dapat dilakukan 1 jam pelajaran setiap hari di awal pelajaran.
2. Model pelaksanaan dilakukan secara kolaboratif dengan mengandalkan sumber daya guru yang ada. Berikut ini adalah beberapa pilihan yang bisa dilakukan.
 - a. Guru meminta pada orang tua Laut untuk datang 30 menit lebih awal dari jam masuk kelas agar bisa melakukan aktivitas *joining* lebih awal.
 - b. Melakukan kerjasama dengan guru di kelas lain untuk mengawasi peserta didik lain yang sudah berada di dalam kelas.
 - c. Apabila memungkinkan, guru bisa berkolaborasi dengan orang tua dalam pelaksanaannya saat di sekolah.
4. Evaluasi program setelah 3 (tiga) bulan. Jika dalam kurun waktu tersebut Laut belum menunjukkan kemajuan, maka waktu intervensi ditambahkan 3 (tiga) bulan lagi.
5. Jika dalam 3 (tiga) bulan kedua belum terlihat kemajuan, maka diperlukan modifikasi atau mengubah metode intervensi.
6. Guru dan orang tua bisa melakukan kolaborasi dengan ahli seperti terapis perilaku.

Persiapan Belajar

1. Guru memilih **2 (dua) instruksi penting yang menyenangkan berdasarkan** aktivitas familiar yang pasti disukai laut, yaitu "Ambil pasir!", "Ambil Ikan!" dan target instruksi sasaran yaitu, "Ke sini!"
2. Guru mempersiapkan mainan yang disukai Laut. Mainan ini misalnya adalah bak pasir dan mainan ikan-ikan kecil (untuk aktivitas "Ambil Ikan!").
3. Guru menstimulasi respon Laut dengan memanggil namanya hingga mau melakukan kontak mata (terintegrasi dengan program kebutuhan khusus interaksi sosial).

Langkah-Langkah Kegiatan Belajar

Tahap 1 : Instruksi Penting yang Menyenangkan

Aktivitas 1 “Ambil Pasir!”

1

Laut diberi stimulasi oleh guru melalui kegiatan bersama yang disukainya. Laut diberikan stimulus berupa instruksi “lihat” atau dipanggil namanya.

2

Laut diberi stimulasi oleh guru melalui kegiatan bersama yang disukainya. Laut diberikan stimulus berupa instruksi “lihat” atau dipanggil namanya.

3

Laut segera diberikan penguatan positif seperti pujian saat memberikan respons yang sesuai. Namun, guru akan memberikan koreksi dengan berkata “**Tidak**” saat Laut tidak melakukan hal yang sesuai instruksi. Laut kemudian diberikan bantuan fisik secara bertahap untuk mengambil pasir. Guru dapat mengurangi level bantuan hingga Laut mandiri (Lihat hierarki bantuan di bab 2).



Gambar 4.6 Menstimulasi Kepatuhan Peserta Didik Dengan Instruksi Menyenangkan 1

Setelah Laut mulai dapat merespons instruksi "Ambil pasir!" dengan benar, kegiatan berlanjut ke aktivitas kedua, yaitu mengambil ikan.

Aktivitas 2 "Ambil Ikan!"

- 1 Laut diajak oleh guru untuk berpindah tempat bermain mendekati kelas. Ikan-ikan mainan dimasukkan ke dalam bak pasir, lalu diberikan instruksi, "**Ambil Ikan!**"



- 2 Laut diberikan penguatan positif berupa **tos** atau ungkapan "**Hore!**" saat memberikan respons positif seperti mulai memegang ikan. Guru segera memberikan koreksi jika respons tidak sesuai dengan berkata "**Tidak**" diikuti bantuan fisik agar Laut langsung mengambil mainan ikan. Bantuan dikurangi secara perlahan hingga Laut mampu mengikuti instruksi secara mandiri.

Gambar 4.7 Menstimulasi Kepatuhan Peserta Didik Dengan Instruksi Menyenangkan 2

Setelah Tahap 1 terlampaui, guru akan melanjutkan ke tahap 2 untuk mengajarkan instruksi perilaku sasaran atau perilaku target.

Tahap 2 : Instruksi Perilaku Sasaran Masuk Kelas

1 Laut diberikan stimulus menggunakan bak pasir kesukaannya agar bisa mendekati ke kelas.

2 Laut mulai diberikan **instruksi target 1**, yaitu: “**ke sini!**”



Gambar 4.8 Pak Timur Memberikan Instruksi



3 Laut diberikan penguatan positif saat menunjukkan respons sesuai instruksi (berjalan mendekati guru).

4 Laut akan diberikan koreksi oleh guru jika respons tidak sesuai dengan berkata “**Tidak**”. Selanjutnya, Laut diberikan bantuan fisik (misalnya dipegang tangannya). Bantuan perlahan diturunkan.

6 Laut diberikan penguatan positif oleh guru.

7 Laut diberikan koreksi dengan berkata “**Tidak**” saat keliru, lalu dibantu. Bantuan dapat dihilangkan secara bertahap.

5 Ketika Laut berjalan, guru memberikan **instruksi target 2**, yaitu “**Masuk Kelas!**” sambil mencontohkan berjalan masuk kelas.

Gambar 4.9 Laut Mengikuti Pak Timur ke Kelas.

Asesmen Perilaku Kepatuhan

Asesmen dapat berbentuk daftar tanda centang (✓). Guru bisa melakukan 10 kali percobaan pemberian instruksi. Berikut ini adalah contoh asesmen perilaku di tahap akuisisi yang bisa digunakan.

Tahap 1: Instruksi Penting “Ambil Pasir!” (Instruksi Penting 1)

Instruksi	Percobaan										Total skor
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
“Ambil Pasir”											

Bentuk instrumen penilaian terhadap instruksi “Ambil Ikan!” dapat menggunakan bentuk yang sama dengan instrumen instruksi “Ambil Pasir!” tersebut.

Instrumen Penilaian Tahap 2 : Target Instruksi

Instruksi	Percobaan										Total skor
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
“Ke Sini!”											
“Masuk Kelas!”											

Kriteria penilaian yang digunakan pada Tahap 1 dan 2 adalah sebagai berikut.

Kriteria Penilaian

- 1 : Mampu
- 0 : Tidak mampu

Nilai:	$\frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh} \times 10}{\text{Jumlah percobaan}}$
--------	---

Kriteria Keberhasilan/Peningkatan:

Peserta didik autis setidaknya mencapai skor minimal 80 selama 3 (tiga) hari berturut-turut.

Alternatif Kegiatan Pembelajaran

1. Guru dapat menggunakan bantuan media visual berupa papan bergambar atau kartu bergambar untuk membantu peserta didik autis memahami instruksi.
2. Guru dapat memodifikasi instrumen penilaian sesuai dengan kebutuhan dan kemudahan dalam melakukan pencatatan dan penilaian. Misalnya adalah dengan menggunakan skala *rating* atau bentuk lainnya.

Remedial

Apabila setelah 3 (tiga) bulan peserta didik autis **belum** menunjukkan perubahan, berikut ini adalah beberapa langkah yang bisa dilakukan.

1. Menambah durasi target pencapaian 3 (tiga) bulan lagi.
2. Meningkatkan kemampuan pada elemen program kebutuhan khusus interaksi sosial, terutama kontak mata.
3. Apabila setelah 3 (tiga) bulan kedua tidak menunjukkan perkembangan, guru dapat mencari metode alternatif lain.

Pengayaan

Apabila peserta didik autis **sudah** mampu melakukan seluruh instruksi yang diharapkan, berikut yang dapat guru lakukan.

1. Mengajarkan keterampilan baru berupa aktivitas fungsional, misalnya: "Ambil sepatu!", "Simpan di rak!"
2. Mengajarkan keterampilan lain yang mendukung kegiatan belajar di dalam kelas. Misalnya adalah dengan memberikan instruksi "Tutup pintu!", "Ambil pensil!"

Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian dengan mengulas hal yang terjadi di hari tersebut. Beberapa pertanyaan yang dapat digunakan guru untuk berefleksi adalah sebagai berikut.

- Apakah peserta didik sudah dapat mengimitasi perilaku sesuai harapan?
- Apakah guru sudah menerapkan rencana dengan konsisten?
- Apa yang menjadi hambatan dan apa bisa saya perbaiki dan tingkatkan agar intervensi lebih optimal?

Inspirasi Kegiatan di Rumah Bersama Orang Tua

1. Orang tua dapat mengajak Laut ke pantai dan memberikan instruksi berkaitan dengan aktivitas yang disukai seperti bermain pasir dan kerang.
2. Orang tua dapat menstimulasi anaknya di rumah dengan menggunakan mainan yang disukai.
3. Orang tua dapat mengajak Laut melakukan permainan bergiliran (*turn-taking*) di rumah. Misalnya, bergantian memasukkan bola atau menyusun balok.



Satu semester berlalu, Laut perlahan-lahan mulai menunjukkan kepatuhan. Ia mulai dapat masuk ke kelas ketika bel bunyi. Laut mulai bisa diarahkan melalui instruksi "Masuk Kelas!" dari Pak Timur. Bahkan, beberapa kali Laut berinisiatif langsung masuk kelas tanpa diberikan instruksi saat bel berbunyi setelah diantar ayahnya.

Pak Timur selanjutnya berencana membuat strategi pengembangan perilaku baru agar Laut mau mengikuti kegiatan belajar dan bersikap kooperatif di kelas. Sebelum itu, Pak Timur membuat daftar perilaku kooperatif yang dibutuhkan untuk kesiapan belajar Laut di kelas serta kemampuan prasyarat.

Tabel 4.5 Daftar Perilaku Kooperatif yang Perlu Dikembangkan pada Laut

Kemampuan yang Dibutuhkan	Aktivitas	Perilaku Prasyarat
1. Siap belajar di kelas	1. Duduk 2. Tangan dilipat	1. Masuk kelas
1. Menyimpan barang pada tempatnya	1. Menyimpan sepatu di rak sepatu. 2. Menyimpan tas di atas meja.	1. Instruksi satu tahap mengambil benda. 2. Instruksi satu tahap menyimpan benda.

Berdasarkan daftar perilaku kooperatif tersebut, Pak Timur akan merancang pembelajaran agar Laut dapat meniru perilaku siap belajar. Berikut ini adalah rancangan pembelajaran untuk meningkatkan meniru perilaku kooperatif.

Rencana Pembelajaran Meniru Perilaku Kooperatif

Capaian Pembelajaran

Peserta didik mengenali perilaku kooperatif dan tidak kooperatif, aturan dan tata nilai di berbagai lingkungan, serta mengenal beragam ungkapan emosi.

Tujuan Pembelajaran

Peserta didik autis dapat meniru perilaku duduk dan melipat tangan sebagai kesiapan belajar.

Alokasi Waktu

1. Kegiatan ini dapat dilakukan terintegrasi dalam kegiatan belajar di kelas. Guru bisa menyediakan waktu sekitar 5 -10 menit sebelum kegiatan belajar dimulai.
2. Evaluasi program setelah 3 (tiga) bulan. Jika setelah tiga bulan belum menunjukkan kemajuan, maka waktu intervensi ditambahkan 3 (tiga) bulan lagi. Jika 3 (tiga) bulan kedua belum terlihat kemajuan, maka diperlukan memodifikasi atau mengubah metode intervensi.

Persiapan Belajar

1. Guru memilih 2 aktivitas imitasi yang akan dilakukan, yaitu **"tirukan (duduk)"** dan **"tirukan (tangan dilipat)"**!
2. Guru mempersiapkan mainan yang disukai Laut di atas meja sebagai penguatan perilaku.

Langkah-Langkah Kegiatan Belajar

"Aku Bisa Duduk dan Melipat Tangan!"

Tahap 1 : Meniru Perilaku Duduk

- 1 Laut berdiri saling berhadapan dengan guru.



- 2 Guru memberikan arahan "Tirukan!" sambil guru duduk sebagai bentuk mencontohkan perilaku duduk.



- 3 Laut lalu dibantu guru untuk duduk dengan bantuan fisik.



- 4 Laut diarahkan guru untuk berdiri kembali. Guru lalu mengulang instruksi dan berkata "Tirukan!" sambil duduk.

Jika Laut bisa mengikuti, maka diperbolehkan memainkan mainannya di atas meja sambil duduk selama 1 menit.



- 6 Guru dapat mengulangi kegiatan 1 hingga 5 sebanyak 3 hingga 5 kali dalam satu sesi.

Gambar 4.10 Tahap 1: Mengajarkan Meniru Perilaku Duduk

Jika Laut sudah menuntaskan kegiatan di tahap 1, guru bisa melanjutkan ke tahap 2.

Tahap 2: Meniru Perilaku Melipat Tangan

Laut diberikan instruksi "Tirukan!" oleh guru, sambil guru mencontohkan melipat tangan. Kegiatan ini dilakukan dalam posisi Laut sudah duduk di kursi.



1



3

Laut segera diberikan penguatan positif saat merespons benar, misalnya diperbolehkan memainkan mainan kesukaannya di atas meja selama 1 menit.

Guru dapat memberikan bantuan sesuai kebutuhan Laut.



2

Ulangi kegiatan a dan b sebanyak 3 hingga 5 kali dalam satu sesi.

4

Gambar 4.11 Tahap 2: Mengajarkan Aktivitas Meniru Perilaku Melipat Tangan

Jika Laut sudah menuntaskan kegiatan di tahap 2, maka aktivitas dapat dilanjutkan ke kegiatan tahap selanjutnya

Tahap 3: Meniru Duduk dan Melipat Tangan

Laut diajak oleh guru berdiri saling berhadapan mendekati ke kursi.

1



Laut diberikan instruksi "Tirukan!" sambil guru melakukan gerakan duduk.

2



Laut diberikan instruksi "Tirukan!" sambil guru melakukan gerakan tangan dilipat.

3



4

Saat Laut mampu melakukan kedua aktivitas imitasi duduk dan tangan dilipat tanpa tertukar, ia dapat diberikan penguatan.

Ketika Laut belum mampu merespons dengan benar, maka diberikan koreksi dan bantuan. Bantuan tersebut nanti dikurangi sedikit demi sedikit.

5



Gambar 4.12 Tahap 3: Mengajarkan Membedakan 2 Aktivitas Meniru Duduk dan Melipat Tangan

Asesmen Perilaku

Asesmen perilaku dalam tahap ini guru dapat menggunakan instrumen pencatatan perilaku sebagai berikut.

Tahap Akuisisi 1: Imitasi Tahap 1

Imitasi	Percobaan								Total skor
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Duduk									

Tahap Akuisisi 2: Imitasi Tahap 2

Imitasi	Percobaan								Total skor
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Tangan dilipat									

Kriteria Penilaian

1 : Mampu

0 : Tidak mampu

Nilai:	$\frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh} \times 10}{\text{Jumlah percobaan}}$
--------	---

Tahap kelancaran (*Fluency*): Membedakan gerakan imitasi 1 (duduk) dan 2 (tangan dilipat)

Instruksi	Skor
Duduk	
Tangan dilipat	
Tangan dilipat	
Duduk	
Tangan dilipat	
Duduk	
Total Skor	

Pada tahapan ini, guru dapat mengacak susunan instruksi untuk mengetahui apakah peserta didik autis sudah memahami dan mampu membedakan instruksi yang diberikan.

Skor	Level Kemampuan	Deskripsi Kriteria Penilaian
4	Sangat berkembang	Peserta didik autis melakukan apa yang diinstruksikan paling lambat 5 detik setelah instruksi diberikan.
3	Berkembang sesuai harapan	Peserta didik autis melakukan apa yang diinstruksikan paling lambat 10 detik setelah instruksi diberikan, dan dibantu bantuan gestur atau verbal.
2	Mulai berkembang	Peserta didik autis melakukan apa yang diinstruksikan paling lambat 60 detik setelah instruksi diberikan dengan bantuan fisik, gestur, verbal, atau visual tambahan.
1	Belum berkembang	Peserta didik autis belum mampu melakukan dan menolak saat diberikan bantuan.

Nilai:	$\frac{\text{Jumlah Skor yang didapat} \times 10}{\text{Jumlah skor maksimal}}$
--------	---

Kriteria Keberhasilan Pembelajaran

1. Peserta didik autis setidaknya mencapai skor minimal 80 selama 5 kali kesempatan berturut-turut pada tahap akuisisi.
2. Peserta didik autis setidaknya mencapai skor minimal 80 selama 3 hari berturut-turut pada tahap kelancaran (*fluency*) sebelum mengajarkan keterampilan instruksi kepatuhan baru lainnya.

Alternatif Kegiatan Pembelajaran

1. Guru dapat mengajarkan keterampilan imitasi lain yang bersifat fungsional seperti meniru kegiatan menyimpan sepatu di rak, menyimpan tas di atas meja, tangan keatas, tangan ke samping, dan lainnya.
2. Peserta didik autis boleh dibantu oleh pengasuh/asisten guru/guru lain sebagai pemberi bantuan fisik di awal saat mengajarkan aktivitas baru.
3. Guru dapat mengajarkan peserta didik autis meniru perilaku lain saat kegiatan bermain, olahraga, dan kegiatan sehari-hari lain di sekolah.
4. Guru menghitung lamanya peserta didik autis duduk di kursi dan menambahkan penilaian berdasarkan durasi duduknya.

Remedial

Apabila setelah 3 (tiga) bulan peserta didik autis **belum** menunjukkan perubahan, berikut ini adalah langkah yang bisa dilakukan:

1. Menambah durasi target pencapaian 3 bulan lagi.
2. Memperbanyak aktivitas bermain bersama di atas meja untuk memperkuat *bonding*.
3. Apabila setelah 3 bulan kedua tidak menunjukkan perkembangan, guru dapat mencari metode alternatif lain.

Pengayaan

Apabila peserta didik autis **sudah** menunjukkan perubahan perilaku yang diharapkan, berikut ini adalah langkah yang bisa guru lakukan:

1. Meningkatkan durasi peserta didik autis duduk dan memberikan penguatan.
2. Mengarahkan duduk di beberapa tempat yang berbeda, misalnya duduk di lantai atau kursi lain.
3. Memberikan aktivitas meniru yang lebih bervariasi.
4. Menggunakan media audio visual yang bisa diikuti gerakannya oleh peserta didik, misalnya senam atau tarian.

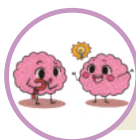
Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian dengan mengulas hal yang terjadi di hari tersebut. Berikut beberapa pertanyaan yang dapat digunakan guru untuk berefleksi.

- Apakah peserta didik autis sudah dapat mengimitasi perilaku yang diajarkan?
- Apa saja yang mendukung peserta didik autis mampu mencapai tujuan?
- Hal apa saja yang menghambat perkembangan perilaku imitasi pada peserta didik autis?
- Apa yang bisa saya perbaiki dan tingkatkan agar intervensi lebih optimal?

Inspirasi Kegiatan di Rumah Bersama Orang Tua

1. Orang tua dapat mengajak anak meniru kegiatan duduk di berbagai tempat dan lokasi.
2. Orang tua dapat menstimulasi anaknya di rumah dengan mengajak bermain mainan yang disukai di atas meja.
3. Orangtua dapat melakukan kegiatan bersama dengan duduk di atas kursi atau lantai.
4. Orang tua bisa melakukan kegiatan menari atau senam bersama anak di rumah.



Pak Daya Bertanya, Pak Timur Menjawab

Kepatuhan menjadi dasar peserta didik autis belajar di kelas. Namun, terkadang ada beberapa hal yang sering kita pertanyakan dalam mengajarkan kepatuhan. Oleh karena itu, mari simak obrolan ringan Pak Daya dan Pak Timur mengenai kepatuhan pada peserta didik autis.



Pak Daya

Pak Timur, jujur saya bingung. Katanya kepatuhan adalah hal yang harus kita ajarkan kepada peserta didik autis di awal. Namun, saya mencemaskan kepatuhan yang dimiliki disalahgunakan. Bagaimana cara mencegah peserta didik autis untuk tidak patuh dan bisa menolak melakukan hal-hal yang merugikan mereka?

Begini Pak Daya, dalam prosesnya, peserta didik autis akan belajar secara bertahap mulai dari tahapan akuisisi atau pemerolehan perilaku, hingga generalisasi. Semuanya berproses mulai dari tahapan yang kaku hingga fleksibel. Nah, pada tahapan generalisasi anak akan diberikan arahan atau pemahaman berkaitan dengan bagaimana menempatkan perilaku kepatuhan. Saat di tahapan generalisasi, peserta didik diajarkan tentang hal-hal apa saja yang bisa dipatuhi dan siapa saja yang bisa dipatuhi.



Pak Timur



Pak Daya

Oh iya Pak Timur, apa benar menggunakan cara-cara yang kasar seperti berteriak atau memukul dapat membuat peserta didik autis lebih patuh dan memahami instruksi?

Salah satu prinsip penting dalam memberikan penanganan perilaku pada peserta didik autis adalah dengan ketegasan. Membangun ketegasan itu melalui konsistensi sehingga terbentuk pemahaman pada peserta didik autis. Cara seperti berteriak atau melakukan kekerasan fisik sangat tidak direkomendasikan karena tidak berbanding lurus dengan kepatuhan yang berdasarkan pemahaman. Kita ingin mendidik, karenanya kepatuhan yang ingin dibentuk berdasarkan pemahaman bukan ketakutan.



Pak Timur



Pak Daya

Terakhir, apa benar memodifikasi perilaku peserta didik autis bisa membuat mereka sembuh?

Pertama, sebagai guru kita harus menyadari bahwa autis adalah gangguan neurologis dan bukan penyakit, sehingga kurang tepat jika kita sebut sembuh. Namun, kita bisa menggunakan istilah lain yaitu mengalami perkembangan dan menjadi lebih mandiri dan adaptif sebagai manusia. Meskipun peserta didik autis nantinya dapat mandiri dan fungsional, tetapi gejala spektrum autis mereka masih melekat. Itulah yang menjadikan keunikannya.



Pak Timur



Pak Daya

Oh, begitu rupanya Pak Timur. Karena bukan penyakit seperti batuk pilek, jadi istilah sembuh kurang tepat, ya! Terima kasih Pak Timur. Saya jadi merasa lebih tercerahkan.

Sama-sama Pak Daya, semoga bermanfaat, ya!



Pak Timur



Sahabat guru, kepatuhan adalah awal bagi peserta didik autis untuk dapat mengikuti pelajaran di sekolah. Kepatuhan memang membutuhkan kedisiplinan, tetapi kita tidak boleh menggunakan kekerasan. Berikan instruksi yang jelas, lugas, dan konsisten untuk membantu peserta didik autis memahami apa yang kita sampaikan. Terakhir, selalu semangat dan mari mengajar dengan hati!

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

5

Warna-Warni Emosi Magenta

A. Ruang Lingkup Materi

Mengidentifikasi Emosi

Mengikuti Aturan di Kelas

B. Capaian Pembelajaran

Capaian pembelajaran pada Fase B adalah peserta didik mampu memiliki perilaku yang kooperatif, berperilaku sesuai dengan aturan/norma yang diinginkan, mengidentifikasi berbagai ungkapan emosi diri sendiri dan orang lain (senang, sedih, marah, dan sebagainya).

C. Tujuan Pembelajaran

Berdasarkan capaian pembelajaran fase B tersebut, berikut tujuan pembelajaran yang hendak dicapai.

1. Peserta didik autisme mampu mengidentifikasi emosi dasar dirinya sendiri dan orang lain.
2. Peserta didik autisme mampu mengikuti aturan di kelas.

D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat

1. Kegiatan ini dapat dilakukan 1 (satu) jam pelajaran setiap hari atau dapat ditambahkan sesuai dengan kebutuhan.
2. Lamanya intervensi bergantung pada perkembangan tiap peserta didik yang memiliki level kebutuhan dan dukungan yang berbeda.
3. Sebelum melaksanakan aktivitas ini, peserta didik setidaknya sudah dapat melakukan kontak mata, memahami instruksi satu tahap, dan mulai berperilaku kooperatif di kelas.

E. Materi Pokok

1. Mengidentifikasi Emosi Pada Peserta Didik Autis

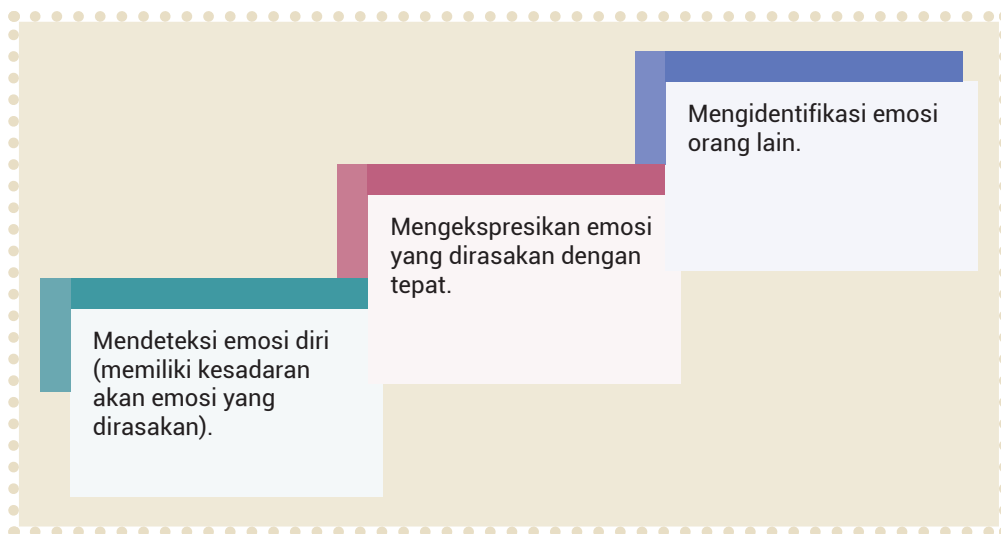
Emosi adalah perasaan yang kita rasakan saat berada dalam sebuah situasi.

Peserta didik autis memiliki hambatan dalam mengidentifikasi, dan mengekspresikan emosi yang ia rasakan. Selain itu, peserta didik autis juga memiliki hambatan dalam mengenali emosi orang lain. Sebagai langkah awal, guru dapat mengajarkan emosi primer atau emosi dasar. Menurut Ekman (1992) manusia memiliki 6 (enam) emosi dasar, yaitu senang, sedih, marah, takut, jijik, dan terkejut. Emosi dasar umumnya mulai berkembang pada 6 (enam) bulan pertama kehidupan. Namun, pada peserta didik autis, perkembangan emosi mereka terhambat. Hal ini disebabkan keterbatasan mereka dalam berinteraksi sosial dan berkomunikasi. Setiap guru perlu mengembangkan kompetensi emosi pada setiap peserta didik, lebih lagi pada peserta didik autis. Berikut ekspresi emosi dasar seperti pada Gambar 5.1 di bawah ini.



Gambar 5.1 Emosi Dasar Manusia

Kompetensi emosi diperlukan agar peserta didik autis mampu mengomunikasikan perasaan dan mencegah masalah perilaku. Mengadaptasi pendapat Santrock (2011) mengenai kompetensi emosional, Gambar 5.2 menyajikan keterampilan dasar emosi yang perlu guru ajarkan kepada peserta didik autis.



Gambar 5.2 Keterampilan Dasar Emosi (Santrock, 2011)

a. Inspirasi Kegiatan Pembelajaran Mengidentifikasi Emosi

Sahabat guru, berikut adalah beberapa kegiatan yang dapat menjadi inspirasi dalam kegiatan pembelajaran mengidentifikasi emosi. Kegiatan ini terdiri dari mendeteksi emosi diri, mengekspresikan emosi, dan mengenal ekspresi orang lain. Sahabat guru dapat mencoba maupun mengembangkannya sesuai dengan kebutuhan dan kondisi peserta didik di sekolah.

1) Kegiatan Mendeteksi dan Menamai Emosi Diri

Menyadari emosi yang dirasakan merupakan langkah awal mengakuisisi kompetensi keterampilan emosi. Peserta didik autis dapat belajar mengenali reaksi tubuh akan suatu kejadian dan menghubungkannya dengan emosi dasar.

Berikut ini adalah beberapa kegiatan yang bisa dilakukan untuk mengajarkan deteksi emosi awal.

a) *Aku Suka dan Aku Tidak Suka*

Belajar emosi dapat dimulai dari mengenali reaksi peserta didik terhadap suatu situasi. Peserta didik autis dapat belajar membedakan situasi yang ia sukai (emosi positif) dan yang tidak disukai (emosi negatif). Misalnya, peserta didik autis belajar membedakan yang disukai dan tidak disukai dengan papan bergambar seperti pada Gambar 5.3 berikut.



Gambar 5.3 Contoh Lembar Aku Suka dan Tidak Suka

b) *Mengenal Emosiku*

Guru bisa mulai mengenalkan bahwa emosi memiliki nama. Guru dapat mengaitkan emosi dengan kejadian sehari-hari. Guru dapat menggunakan bantuan visual yang menggambarkan emosi. Guru juga dapat menggunakan kartu emosi dengan gambar atau foto untuk mengenalkan emosi. Misalnya, guru menggunakan kartu emosi senang untuk menamai emosi yang dirasakan peserta didik yang sedang senang. Contoh kartu emosi dapat dilihat pada gambar 5.4 berikut ini.



Gambar 5.4 Contoh Kartu Bergambar Sederhana Mengenai Emosi

c) *Menggunakan Dukungan Visual*

Media pembelajaran atau dukungan visual dapat membantu pembelajaran emosi pada peserta didik autis. Guru dapat menggunakan foto atau gambar yang menunjukkan ekspresi tertentu. Misalnya, menggunakan cerita sosial bergambar seperti pada Gambar 5.5 di bawah untuk menjelaskan sebuah situasi saat merasa senang. Cerita sosial dapat menyesuaikan kemampuan peserta didik autis. Guru juga dapat menggunakan video yang menggambarkan emosi.

Senang

Ketika aku merasa senang, hatiku jadi tenang. Ketika aku senang, aku tersenyum atau tertawa riang.

Alisku Naik

Tersenyum atau Tertawa

Ada banyak hal yang membuat aku senang.

Bermain Ayunan

Bermain dengan Kucing

Makan Telur Goreng

Gambar 5.5 Contoh Cerita Sosial untuk Mempelajari Emosi Senang

2) Mengekspresikan Emosi

Belajar mengekspresikan emosi dapat dilakukan ketika peserta didik autis sudah dapat mengenali dan membedakan emosi dasar. Tahap ini dapat dilakukan dengan mengajarkan ekspresi emosi sesuai dengan apa yang peserta didik autis rasakan. Berikut ini adalah beberapa kegiatan yang bisa dilakukan untuk belajar ekspresi emosi.

a) *Menggambar Emosi*

Ekspresi emosi tidak selalu dari raut wajah. Peserta didik autis dapat menggambarkan situasi emosi yang dirasakan saat ini dengan kegiatan menggambar dan mewarnai. Guru juga dapat menjadikan kegiatan menggambar raut wajah sebagai bentuk refleksi pembelajaran harian.

b) *Ekspresiku*

Ekspresi emosi yang muncul dari peserta didik autis bisa menjadi materi belajar. Guru bisa membantu peserta didik autis untuk mengenali emosinya sendiri dengan menamai ekspresi yang muncul saat itu juga. Guru juga dapat menggunakan cermin untuk membantu peserta didik autis melihat ekspresi wajah ketika merasakan emosi tertentu.

c) *Bantuan Visual untuk Mengenali dan mengekspresikan Emosi*

Peserta didik autis dapat menggunakan bantuan visual untuk mengekspresikan emosi. Bantuan visual dapat berbentuk video yang berisikan seorang model mengekspresikan emosi dasar. Guru dan peserta didik autis dapat menonton video tersebut untuk mengenali emosi.

Bantuan visual juga dapat berupa kartu emosi, termometer emosi, atau menggunakan zona emosi di kelas sebagaimana dicontohkan pada Gambar 5.6 berikut.

Simak video mengenali emosi dengan memindai kode QR berikut.



https://buku.kemdikbud.go.id/s/Autis3_Video_a



Kartu emosi

Peserta didik autis dapat menunjukkan kartu emosi untuk mengomunikasikan apa yang ia rasakan.



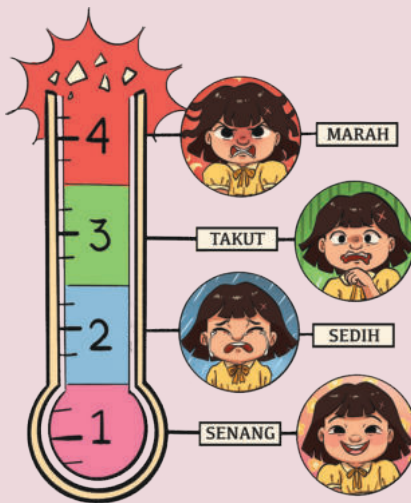
Zona emosi

Peserta didik autis dapat berdiri atau memilih kartu pada zona yang sesuai dengan perasaannya sekarang.



Termometer emosi

Peserta didik autis dapat menunjuk level yang ia rasakan saat ini.



Pindai untuk mendapatkan versi siap cetaknya.



https://buku.kemdikbud.go.id/s/A_lampiran2

Gambar 5.6 Contoh Bantuan Visual Mengekspresikan Emosi



Kiat Guru dalam Membantu Peserta Didik Autis Belajar Mengelola Emosi

Secara bertahap guru dapat mengajarkan peserta didik autis mengelola emosi melalui cara-cara berikut ini:

- Berlatih menarik napas sebanyak 3-5 kali ketika perasaan tidak menyenangkan datang.
- Menghitung 1-10 atau hingga 100 ketika merasa marah atau menghadapi situasi yang tidak disukai.
- Berhenti sejenak dari aktivitas saat ini dan melakukan relaksasi dengan menarik napas perlahan.
- Beberapa peserta didik autis mungkin butuh berlari, melompat, meremas bola karet atau *squishy* atau melakukan aktivitas fisik untuk menyalurkan emosinya.
- Pembelajaran mengenal dan mengekspresikan emosi hendaknya dapat kontekstual sesuai dengan situasi yang dialami. Guru perlu menghindari berekspresi pura-pura untuk mengajarkan emosi. Mengajarkan secara natural sesuai dengan situasi dan kejadian lebih disarankan.
- Arahkan peserta didik autis untuk menyalurkan emosinya ke dalam aktivitas yang menyenangkan seperti mewarnai, menggambar dan bermain sepeda.
- Beberapa peserta didik autis mungkin membutuhkan ruangan khusus yang aman untuk bisa menyalurkan emosinya.

3) Mengenal Ekspresi Emosi Orang Lain

Setelah peserta didik autis mampu mengenali emosi diri, pembelajaran dapat diperluas menjadi mengenali emosi orang lain. Secara sederhana peserta didik autis dapat membedakan raut wajah seperti raut senang dan sedih. Peserta didik autis juga dapat dikenalkan pada perbedaan intonasi suara.

Beberapa kegiatan yang bisa dilakukan untuk belajar mengenali ekspresi emosi orang lain dapat dilihat dalam tabel berikut ini.

Tabel 5.1 Cara Belajar Mengidentifikasi Emosi Orang Lain

Aktivitas	Deskripsi kegiatan
<p>Membaca raut wajah dan gestur seseorang.</p> 	<p>Peserta didik autis dapat mempelajari ciri-ciri ekspresi wajah terkait emosi dengan berbagai cara. Misalnya, mengamati wajah guru yang menunjukkan emosi tertentu, mengamati foto, atau menonton video.</p>
<p>Belajar mendeteksi arti dari intonasi suara.</p> 	<p>Peserta didik autis mempelajari bahwa intonasi suara dapat menunjukkan emosi tertentu. Peserta didik autis dapat belajar dari suara guru, orang tua, atau menonton video.</p>
<p>Aktivitas berbasis cerita.</p> 	<p>Peserta didik autis dapat mempelajari emosi orang lain dari cerita sosial yang dibuat guru, membaca buku cerita bersama, atau menonton video atau film. Misalnya, guru menanyakan ekspresi apa pada buku tersebut atau bagaimana perasaan peserta didik jika menjadi tokoh dalam cerita. Aktivitas membaca dan berdiskusi ini dapat dibiasakan untuk terus mengembangkan keterampilan emosi.</p>

2. Memahami Aturan di Kelas

Peserta didik autis perlu diajarkan aturan sederhana di kelas. Hal ini bertujuan untuk membentuk perilaku disiplin di kelas dan membantu guru dalam mengelola kelas. Aturan kelas juga membantu peserta didik autis untuk lebih teratur dan terarah. Terlebih, peserta didik autis membutuhkan aturan dan rutinitas yang dapat diprediksi. Aturan kelas tersebut dapat berisi rutinitas kelas dan perilaku yang diharapkan di kelas.

Sahabat guru, dalam memberikan aturan kelas dan menerapkannya di kelas, kita membutuhkan strategi. Guru dapat mencoba menerapkan dan mengembangkan strategi berikut sesuai dengan kebutuhan dan kondisi di kelas.

Strategi yang dapat Guru Lakukan dalam Menerapkan Aturan di Kelas

- a. Guru dapat mencoba membuat 2-3 aturan kelas di awal dan perlahan menambah aturan tersebut.
- b. Aturan yang dibuat guru dapat dimulai dari melakukan perilaku yang peserta didik autis sudah mampu untuk melakukan. Misalnya, guru membuat aturan 'duduk tenang' karena peserta didik autis sudah dapat duduk di kursi.
- c. Guru dapat menulis aturan kelas secara singkat dengan maksimal 5 (lima) hingga 6 (enam) kata. Aturan kelas sebaiknya merujuk pada perilaku positif yang dapat diamati dan diukur. Misalnya, "Mengangkat tangan ketika ingin bicara".
- d. Guru dapat menggunakan gambar untuk memberikan contoh perilaku apa yang harus dilakukan.
- e. Ajarkan aturan kelas ini saat pembelajaran di kelas. Guru dapat menggunakan lagu, buku, boneka mainan, video, hingga bermain peran. Misalnya, guru menjelaskan aturan kelas setiap sebelum belajar. Guru juga dapat membuat lembar kerja untuk mempelajari aturan kelas.
- f. Berikan penguatan seperti pujian atau stiker ketika peserta didik autis mampu mengikuti aturan. Penguatan dapat diberikan secara spesifik agar peserta didik autis memahami perilaku apa yang harus dipertahankan. Misalnya, "Bagus, kamu bisa duduk tenang hari ini!"

- g. Konsisten dengan aturan dan konsekuensi yang dirancang.
- h. Berikan raut wajah datar (tanpa ekspresi) saat peserta didik autis melanggar aturan. Guru dapat mengingatkan aturan yang ada dan meminta peserta didik autis melakukannya.
- i. Peserta didik autis di kelas umum pada sekolah reguler diarahkan agar duduk sebangku dengan peserta didik lain yang dapat mencontohkan perilaku yang diharapkan.



Inspirasi Mengajarkan dan Menerapkan Aturan Kelas

Mengenalkan dengan papan perilaku baik dan perilaku buruk di kelas

- Menggunakan token ekonomi.
- Membuat bantuan visual aturan kelas.
- Membuat kontrak perilaku sederhana.

Sahabat guru, pengenalan emosi diri adalah hal yang penting dalam perkembangan kompetensi emosi peserta didik autis. Agar mendapatkan gambaran pembelajaran mengenal emosi, mari kita simak cerita Bu Cemara dan Magenta berikut.



Belajar dari Kasus, Yuk!

Magenta dan Warna-Warni Emosinya



Gambar 5.7 Magenta dengan Kartu-Kartu Emosi di Meja

Bu Cemara adalah guru yang mengajar di kelas lima SDLB. Ada tiga peserta didik berkebutuhan khusus di kelas Bu Cemara. Salah satunya adalah peserta didik bernama Magenta. Ia adalah peserta didik autis yang cenderung pasif. Berdasarkan hasil observasi di awal tahun ajaran baru dan diskusi dengan guru sebelumnya, Magenta sudah dapat berkomunikasi verbal sebanyak

2 hingga 3 kata dalam satu kalimat untuk mengungkapkan kebutuhan dan memahami instruksi dengan cukup baik.

Meskipun begitu, diketahui bahwa ia belum mampu mengomunikasikan emosi baik secara verbal maupun gestur. Magenta juga terbatas dalam menunjukkan emosinya. Orang tua Magenta menjelaskan bahwa anaknya jarang menangis, tertawa, dan mengungkapkan emosi-emosi lain yang ia rasakan. Oleh sebab itu, orang tua Magenta berharap sang anak lebih ekspresif dan dapat mengomunikasikannya.

Berdasarkan kasus Magenta tersebut, Bu Cemara pun ingin mengajarkan emosi dasar pada Magenta. Sebelum membuat rancangan, Bu Cemara memulai dengan menyusun profil peserta didik di ranah elemen perilaku pada Magenta yang tersaji pada tabel berikut.

Tabel 5.2 **Profil Peserta Didik di Ranah Elemen Perilaku**

Nama	: Magenta Dikala Senja
Usia	: 13 tahun
Kebutuhan khusus	: Autis
Sekolah/Kelas	: SLB Pentawarna / V
Ranah elemen perilaku	
Potensi	<ul style="list-style-type: none">• Mampu berkomunikasi verbal 2 hingga 3 kata untuk menyampaikan kebutuhannya.• Memahami instruksi dengan cukup baik.
Hambatan	<ul style="list-style-type: none">• Kesulitan mengekspresikan emosi secara mimik wajah ataupun verbal.
Kebutuhan	<ul style="list-style-type: none">• Mampu mengekspresikan emosi diri.• Mampu mengidentifikasi perasaan atau ekspresi emosi orang lain.

Prioritas Perilaku yang Akan Ditangani

Berdasarkan uraian tentang ranah elemen perilakunya, Magenta membutuhkan pembelajaran mengenai keterampilan **mengidentifikasi emosi yang dirasakan oleh diri sendiri dan orang lain serta cara mengekspresikan emosi dengan tepat.**

Berdasarkan prioritas tersebut, Bu Cemara kemudian mengembangkan rancangan pembelajaran mengidentifikasi emosi dan ekspresi emosi pada Magenta.

Pembelajaran Mengenal Emosi

Capaian Pembelajaran

Peserta didik mengenali perilaku kooperatif dan tidak kooperatif, aturan dan tata nilai di berbagai lingkungan, serta mengenal beragam ungkapan emosi.

Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik autis mampu mengidentifikasi beragam emosi dasar.
2. Peserta didik autis mampu mengekspresikan perasaannya.

Saran Alokasi Waktu

1. Kegiatan identifikasi beragam emosi ini dapat dilakukan 1 (satu) jam pelajaran setiap hari.
2. Kegiatan keterampilan mengekspresikan perasaan dapat dilakukan terintegrasi dengan kegiatan pembelajaran yang lain.
3. Evaluasi program setelah 3 (tiga) bulan. Jika setelah tiga bulan belum menunjukkan kemajuan, maka waktu intervensi ditambahkan 3 (tiga) bulan lagi.
4. Jika 3 (tiga) bulan kedua belum terlihat kemajuan, maka diperlukan modifikasi atau mengubah metode intervensi.

Persiapan Belajar

1. Guru menyiapkan kartu bergambar tentang beragam emosi dasar. Tiap emosi memiliki warna perwakilan.



Gambar 5.8 Kartu Emosi Dasar

2. Guru menyiapkan cermin kecil ukuran kertas A5 yang dilapisi bingkai plastik dan memiliki penyangga.
3. Guru menyiapkan media kartu berupa foto diri atau orang terdekat Magenta dengan berbagai ungkapan emosi dasar.

Langkah-Langkah Kegiatan Belajar

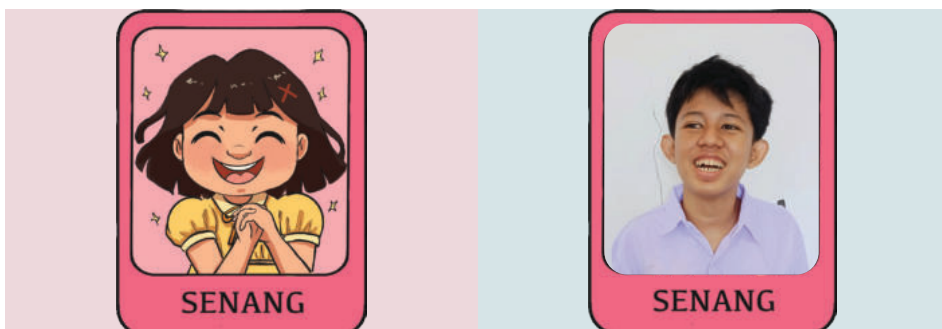
"Warna-Warni Emosiku"

Tahap 1: Identifikasi Emosi Dasar

1. Magenta dikondisikan untuk duduk.
2. Bu Cemara meletakkan kartu ekspresi senang di atas meja.
3. Magenta diberikan instruksi **"Tunjuk senang!"**
4. Magenta diberikan kesempatan untuk merespons instruksi.
5. Pada tahap awal, berikan bantuan dengan mengarahkan Magenta menunjuk pada kartu ekspresi senang.
6. Berikan respons "tidak!" saat Magenta merespons salah.
7. Berikan penguatan positif saat Magenta merespons benar.
8. Magenta diberikan instruksi mulai dari 3 (tiga) hingga 5 (lima) kali.
9. Magenta dapat melanjutkan mempelajari emosi selanjutnya ketika dia bisa melakukan minimal 3 (tiga) dari 5 (lima) percobaan pada kartu pertama.
10. Lanjutkan pada tahapan membedakan kartu saat Magenta sudah mempelajari setidaknya 2 (dua) kartu, Misalnya "tunjuk senang!" lalu "tunjuk sedih!"
11. Guru dapat melanjutkan aktivitas identifikasi ini hingga semua kartu emosi bisa tuntas.
12. Guru bisa menambahkan kegiatan melabel kartu emosi dengan bertanya **"Emosi apa?"**

Tahap 2: Menyamakan dan Klasifikasi Emosi

1. Magenta dikondisikan untuk duduk.
2. Magenta diberikan instruksi **"Samakan!"** yang berarti meminta Magenta menyamakan dua kartu yang memiliki emosi sama tetapi memiliki gambar yang berbeda. Misalnya, Magenta menyamakan kartu senang dengan foto orang terdekat yang berwajah senang.



Gambar 5.9 Kartu Gambar dan Foto Emosi Senang

Sumber foto: Kemendikbudristek/Sera Janwati (2024)

3. Ketika Magenta bisa menyamakan, guru dapat melanjutkan mengajarkan untuk mengelompokkan gambar emosi yang sama melalui instruksi **"Kelompokan!"**

Asesmen Perilaku

Penilaian Tahap 1 Akuisisi (Mengajarkan Identifikasi Emosi Baru)

Instruksi	Percobaan					Keterangan
	1	2	3	4	5	
"Tunjuk senang!"						
Rata-rata Skor						

Kriteria Ketuntasan: Apabila peserta didik autis dapat menunjuk kartu emosi sesuai instruksi dengan benar sebanyak 3 (tiga) kali dari 5 (lima) percobaan yang diajarkan.

Pada tahap 1 ini, peserta didik autis diberikan satu kartu emosi dasar untuk dipelajari. Apabila peserta didik autis telah tuntas memahami satu kartu emosi, guru dapat mengajarkan satu kartu emosi baru.

Tahap 2 Kelancaran (Membedakan Identifikasi Antar Emosi)

	Aktivitas	Percobaan					Rata-Rata
		1	2	3	4	5	
1.	"Tunjuk senang!"						
2.	"Tunjuk Sedih!"						
3.	"Tunjuk marah!"						
4.	"Tunjuk terkejut!"						
5.	"Tunjuk takut!"						
6.	"Tunjuk jijik!"						
	Rata-rata						

Keterangan

Banyaknya tabel aktivitas pada tahap ini disesuaikan dengan jumlah aktivitas yang sedang dicoba kelancarannya.

Keterangan Cara Penilaian untuk Tahap 1 dan 2

Poin 100 : Bisa secara mandiri

Poin 50 : Bisa dengan bantuan (gestur/verbal/fisik)

Poin 0 : *Off task*/menolak

Penilaian Tahap 2

$$\text{Nilai keseluruhan} = \frac{\text{Jumlah rerata skor}}{\text{Jumlah percobaan}}$$

Alternatif Kegiatan Pembelajaran

1. Guru dapat menggunakan berbagai bantuan visual, seperti foto guru, foto keluarga terdekat, maupun ilustrasi yang disukai peserta didik autis.
2. Guru dapat menggunakan video yang menjelaskan ekspresi emosi untuk mengenal ragam emosi manusia.
3. Guru dapat mengembangkan zona emosi di lantai dan menggunakannya sebagai refleksi perasaan sebelum pulang sekolah.

Remedial dan Pengayaan

Remedial

Apabila setelah 3 bulan peserta didik autis **belum** menunjukkan perubahan, berikut langkah yang bisa dilakukan.

1. Menambah durasi target pencapaian 3 bulan lagi.
2. Mencari alternatif media pembelajaran dalam mengenalkan emosi.
3. Apabila setelah 3 bulan kedua tidak menunjukkan perkembangan, guru perlu mencari tahu penyebab dan mencari metode alternatif lain.

Pengayaan

Apabila peserta didik autis **sudah** menunjukkan perubahan sesuai dengan target perilaku yang diharapkan, langkah-langkah berikut ini bisa dilakukan.

1. Menambah dan meningkatkan pemahaman berbagai variasi emosi (selain dari emosi dasar).
2. Memberikan stimulus tentang pemahaman emosi secara terintegrasi dalam kegiatan belajar dan memberikan validasi saat emosi muncul.
3. Melakukan kegiatan menggambar emosi bersama.
4. Generalisasi identifikasi emosi menggunakan “zona regulasi” dalam bentuk papan atau memasukkan emosi yang dirasakan ke dalam toples plastik bening. Peserta didik autis diminta untuk memilih emosi apa yang dirasakan setelah belajar.

Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian dengan mengulas hal yang terjadi di hari tersebut. Berikut beberapa pertanyaan yang dapat digunakan guru untuk berefleksi.

- Apakah peserta didik autis sudah dapat mengenal emosi dirinya?
- Apakah guru sudah menerapkan rencana dengan konsisten?
- Emosi apa yang sulit diidentifikasi peserta didik autis ?

Inspirasi Kegiatan di Rumah Bersama Orang Tua

1. Orang tua dapat mengajak Magenta bermain mengenal ekspresi wajah di depan kaca.
2. Orang tua dapat menstimulasi Magenta dengan mengajak menonton video atau film animasi pendek anak-anak sambil menjelaskan tentang berbagai ekspresi yang muncul dalam film.
3. Orang tua bisa membacakan buku cerita yang menekankan pada bagian ekspresi emosi yang muncul pada tokoh dalam cerita.

Sahabat guru, pada pembahasan sebelumnya kita telah mengenal Magenta yang belajar mengenai emosi dasar dengan Bu Cemara. Selanjutnya, mari simak cerita Pak Pinus yang akan mengajarkan pembelajaran aturan di kelas bagi Magenta yang sudah naik ke kelas enam.

Belajar dari Kasus, Yuk!



Saat ini Magenta telah naik ke kelas 6 (enam). Wali kelasnya bernama Pak Pinus. Magenta mulai memahami beberapa emosi dasar dan mengungkapkannya. Selanjutnya, Pak Pinus ingin mengajarkan Magenta mengenai aturan sederhana di kelas. Selain Magenta, aturan sederhana di kelas ini juga ingin Pak Pinus ajarkan kepada dua teman sekelas Magenta yaitu Lilac dan Soga.

Lilac merupakan peserta didik autis yang sudah mampu berkomunikasi secara verbal (berbicara) secara sederhana. Sementara itu, Soga merupakan peserta didik autis yang cenderung hiperaktif dan masih nonverbal atau belum bisa berbicara untuk berkomunikasi. Namun, ia sudah memahami instruksi

hingga dua tahap (misalnya, instruksi “buka buku!” dan “ambil pensil!”). Pak Pinus kemudian membuat rancangan pembelajaran memahami aturan di kelas yang akan diajarkan secara klasikal kepada Magenta dan teman-temannya. Mari simak rancangan pembelajaran memahami aturan di kelas dari Pak Pinus berikut.

Rancangan Pembelajaran Memahami Aturan di Kelas

Capaian Pembelajaran

Peserta didik mengenali perilaku kooperatif dan tidak kooperatif, aturan dan tata nilai di berbagai lingkungan, serta mengenal beragam ungkapan emosi.

Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik autis mampu memahami peraturan kelas dan konsekuensinya.
2. Peserta didik autis mampu mengikuti peraturan saat belajar di kelas.

Alokasi Waktu

1. Kegiatan awal dapat dilakukan selama 30 menit pertama atau di awal pembelajaran setiap hari.
2. Kegiatan terintegrasi dengan kegiatan belajar lain bisa dilakukan ketika peserta didik autis sudah mencapai kemampuan dalam mengidentifikasi kegiatan memahami peraturan kelas.
3. Kegiatan dilakukan klasikal di kelas dengan diferensiasi konten dan proses sesuai dengan kemampuan peserta didik autis.

Prasyarat Kegiatan Belajar

1. Peserta didik autis sudah memiliki kemampuan memahami instruksi.
2. Peserta didik autis sudah memiliki kemampuan mengidentifikasi gambar.
3. Peserta didik autis sudah memiliki kemampuan identifikasi dan ekspresi emosi dasar.
4. Peserta didik autis sudah memiliki kemampuan komunikasi bahasa ekspresif dasar (menyampaikan keinginan, apa yang disukai dan tidak).

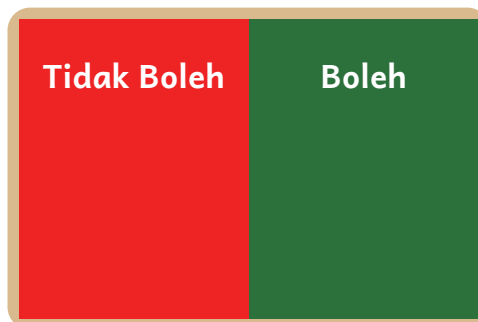
“Aturan Kelas Kita”



Gambar 5.10 Ilustrasi Mengajarkan Aturan Kelas

Tahap 1: Memahami Peraturan di Kelas

1. Magenta, Lilac dan Soga sudah ada di dalam kelas. Guru mempersiapkan papan kesepakatan kelas berwarna merah dan hijau, serta kartu seperti contoh berikut.
 - a. Papan Aturan Kelas



b. Kartu Aturan “Apa yang Boleh Dilakukan?”



duduk tenang



menyimak guru



**mengerjakan tugas
sampai selesai**

c. Kartu Aturan “Apa yang Tidak Boleh Dilakukan?”



**berjalan-jalan
saat belajar**



**berteriak atau
menangis**



**tidak mengerjakan
tugas**

2. Magenta, Lilac dan Soga dikenalkan tentang papan aturan kelas. Guru menjelaskan bahwa bagian warna merah berarti “tidak boleh” dan bagian warna hijau berarti “harus dilakukan”.
3. Magenta diberikan dua kartu yang terdiri dari 1 kartu yang boleh dilakukan, dan 1 kartu yang tidak boleh dilakukan. Misalnya, kartu “duduk tenang” dan “berjalan-jalan”.
4. Guru menunjuk kartu “duduk tenang” lalu bertanya, “Boleh atau tidak boleh di kelas?”.
 - a. Jika respons jawaban Magenta benar, ia dapat menempelkan kartu tersebut pada papa area hijau.
 - b. Jika respons Magenta salah, guru dapat mengoreksi dan memberikan petunjuk kartu mana yang benar.

5. Guru kembali menunjuk kartu “berjalan-jalan” dan bertanya pada Magenta, “Boleh atau tidak boleh di kelas?”.
 - a. Jika respons jawaban Magenta benar, ia dapat menempelkan kartu tersebut pada papa area merah.
 - b. Jika respons Magenta salah, guru dapat mengoreksi dan memberikan petunjuk kartu mana yang benar.
6. Guru menegaskan ulang bahwa setiap peserta didik harus duduk tenang dan tidak boleh berjalan-jalan saat belajar.
7. Guru melakukan langkah 3 (tiga) hingga 6 (enam) untuk kartu lain pada Lilac dan Soga secara bergantian.
8. Selanjutnya, Magenta, Lilac, dan Soga diberi pilihan penguatan positif (hal-hal yang disukai) saat mematuhi aturan kelas, serta pilihan konsekuensi (hal-hal yang tidak disukai) saat melanggar aturan kelas. Daftar penguatan positif bisa dilihat pada Tabel 5.3 di bawah ini.

Tabel 5.3 Daftar Penguat dan Konsekuensi Tiap Peserta Didik Autis

Nama	Hal yang Disukai (Sebagai Penguat)	Hal yang Tidak Disukai (Sebagai Konsekuensi)
Lilac	Stiker bunga matahari	Tidak mendapatkan stiker bunga matahari
Magenta	Stiker kelinci kesukaan	Tidak mendapatkan stiker kelinci
Soga	bermain <i>playdough</i> 5 menit sebelum pulang	Tidak bermain <i>playdough</i> 5 menit sebelum pulang

9. Magenta, Lilac dan Soga menempel masing-masing pilihan penguatan. Gambar penguatan di papan hijau konsekuensi di area merah.

Sahabat guru, Tahap 1 dilakukan hingga peserta didik autis memahami aturan yang disepakati. Selanjutnya, peserta didik autis dapat melanjutkan ke Tahap 2, yaitu mengikuti aturan. Berikut inspirasi langkah yang bisa dilakukan.

Tahap 2: Mengikuti Peraturan

1. Tahapan ini dilakukan secara terintegrasi dalam kegiatan belajar dan dilakukan secara klasikal.
2. Magenta, Lilac dan Soga sudah memahami peraturan dan konsekuensi ketika melanggar.
3. Perilaku yang sesuai dengan kesepakatan diberikan checklist pada area hijau pada lembar pencatatan perilaku.
4. Perilaku yang tidak sesuai kesepakatan diberikan checklist pada area merah.
5. Saat tahap awal, penguatan positif dan konsekuensi langsung diberikan sebelum pulang sekolah.
6. Secara bertahap penguatan dan konsekuensi diberikan dalam rentang lebih lama (misalnya per dua hari lalu seminggu sekali).

Asesmen Perilaku

Penghitungan perilaku dapat dilakukan pada langkah di tahap dua. Berikut ini adalah contoh bentuk pencatatan perilaku yang dapat guru gunakan dalam waktu 1 (satu) minggu. Guru dapat memberikan tanda centang pada perilaku yang muncul sesuai dengan target sasaran.

Nama	Duduk Tenang					Menyimak guru saat belajar					Mengerjakan tugas hingga selesai					total
	1/7	2/7	3/7	4/7	5/7	1/7	2/7	3/7	4/7	5/7	1/7	2/7	3/7	4/7	5/7	
Lilac																
Magenta																
Soga																

$$\text{Nilai keseluruhan} = \frac{\text{Jumlah Centang}}{\text{Jumlah Hari} \times \text{Jumlah Target Perilaku}}$$

Alternatif Kegiatan Pembelajaran

1. Guru dapat membuat aturan kelas sesuai dengan keadaan dan kebutuhan di kelas. Jumlah aturan kelas dapat disesuaikan dengan kemampuan peserta didik autis.
2. Guru dapat merancang kontrak perilaku tertulis yang dapat ditandatangani atau diberi cap jempol bersama peserta didik autis yang sudah memahami aturan tertulis.
3. Guru dapat membuat poster atau kartu aturan kelas yang ditempel di dinding atau diletakkan di meja peserta didik autis .
4. Guru dapat membuat rancangan penguatan positif seperti token ekonomi (*token economy*) yang dipasangkan dengan biaya respons (*response cost*) untuk mengurangi stimulus yang diinginkan. Misalnya, peserta didik autis akan mendapatkan 2 (dua) stiker jika mengerjakan tugas dan harus mengembalikan 4 (empat) stiker jika tidak mengerjakan tugas.

Remedial dan Pengayaan

Remedial

Apabila setelah 3 (tiga) bulan peserta didik autis **belum** menunjukkan perubahan, langkah-langkah berikut ini bisa dilakukan.

1. Menambah durasi target pencapaian 3 (tiga) bulan lagi
2. Meningkatkan kemampuan pada identifikasi gambar (perilaku yang boleh dan dilarang)
3. Apabila setelah 3 (tiga) bulan kedua tidak menunjukkan perkembangan, guru dapat mencari metode alternatif lain.

Pengayaan

Apabila peserta didik autis **sudah** menunjukkan perubahan sesuai dengan target yang diharapkan, langkah-langkah berikut ini dapat dilakukan.

1. Menambah daftar aturan baru yang relevan. Misalnya adalah antre, mengangkat tangan saat akan berbicara, dan lain-lain.
2. Membuat jadwal harian bergambar (*visual schedules*) berisi aktivitas harian (*to do list*) di hari tersebut, yang dapat diberikan tanda apabila sudah dilakukan.

Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian dengan mengulas hal yang terjadi di hari tersebut. Berikut ini adalah beberapa pertanyaan yang dapat digunakan guru untuk berefleksi.

- Apakah peserta didik autis sudah dapat mengikuti aturan di kelas?
- Apakah guru sudah menerapkan rencana dengan konsisten?
- Perilaku apa yang masih memerlukan dukungan?

Inspirasi Kegiatan di Rumah Bersama Orang Tua

1. Orang tua dapat membuat aturan di rumah yang disepakati bersama anak. Orang tua dapat membuat bantuan visual seperti papan aturan dan jadwal harian yang ditempel di kamar atau ruang keluarga.
2. Orang tua membimbing anak untuk membuat rancangan kegiatan sederhana di rumah. Rancangan tersebut dapat dimulai dari kegiatan rutin setiap hari hingga kegiatan fleksibel tambahan.
3. Orang tua bisa mencoba membuat kesepakatan tentang aturan sederhana dengan anak di rumah menggunakan token ekonomi.



Sahabat guru, bersama Magenta, Lilac, dan Soga, kita menyadari pentingnya peserta didik autis untuk bisa memahami emosi dan mengekspresikannya dengan baik. Selain itu, sebagai guru kita perlu membantu peserta didik autis dalam memahami dan menaati aturan di kelas. Mari bantu peserta didik autis di kelas untuk mengenali dan merasakan ragam emosi dengan berbagai cara yang menyenangkan hati!

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

6

Batur Lebih Terstruktur

A. Ruang Lingkup Materi

Mengembangkan
Perilaku Belajar
yang Terstruktur

Mempersiapkan
Transisi dalam
Pembelajaran

B. Capaian Pembelajaran

Capaian pembelajaran pada Fase C adalah peserta didik mampu memiliki perilaku yang kooperatif, berperilaku sesuai dengan aturan/norma yang diinginkan.

C. Tujuan Pembelajaran

Berdasarkan capaian pembelajaran fase C tersebut, berikut ini adalah tujuan pembelajaran yang hendak dicapai:

1. Peserta didik autis mampu mengembangkan perilaku belajar yang terstruktur.
2. Peserta didik autis mampu mengikuti transisi dalam pembelajaran.

D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat

1. Kegiatan ini terintegrasi dengan proses pembelajaran. Dalam prosesnya, pembelajaran terstruktur dan program transisi dapat diberikan secara berkelanjutan selama peserta didik autis membutuhkan.
2. Sebelum melaksanakan aktivitas ini, peserta didik autis sudah memiliki beberapa prasyarat kemampuan sebagai berikut:
 - a. Memahami dan mengekspresikan emosi dasar.
 - b. Mengikuti kesepakatan atau peraturan sederhana di kelas.
 - c. Mengekspresikan keinginan dan kebutuhan secara verbal atau nonverbal
 - d. Memahami konsep waktu.

E. Materi Pokok

1. Mengembangkan Perilaku Belajar yang Terstruktur

Peserta didik autis memerlukan dukungan dan bantuan untuk lebih mandiri dalam proses belajar di kelas. Dukungan dan bantuan tersebut bertujuan agar mereka dapat memulai mengerjakan tugas sendiri, mengerjakan tugas hingga selesai, merasa percaya diri dengan apa yang dikerjakan, dan tidak bergantung terhadap teman atau guru. Oleh karena itu, kita dapat menerapkan pembelajaran terstruktur dengan menerapkan *Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped CHildren* (TEACCH).

Program TEACCH adalah penataan lingkungan dan struktur dalam pengajaran untuk mengakomodasi karakteristik setiap peserta didik autis dalam belajar (Naoi, 2009).

Program TEACCH dapat diaplikasikan pada peserta didik autis yang membutuhkan kepastian dan struktur yang jelas dalam belajar. Pembelajaran terstruktur tidak hanya membangun kemandirian belajar, tetapi juga mencegah permasalahan perilaku dalam belajar.

Terdapat 4 (empat) elemen kunci dalam pembelajaran terstruktur, yaitu menggunakan informasi visual, pengaturan lingkungan fisik, organisasi tugas, dan sistem kerja (Virués-Ortega et al., 2017). Berikut ini adalah penjabaran mengenai keempat elemen kunci tersebut.

a. Informasi Visual

Pengajaran terstruktur menggunakan isyarat visual yang membantu peserta didik autis untuk fokus pada informasi yang relevan dan sesuai. Guru dapat membuat jadwal harian atau centang aktivitas bergambar untuk memberikan informasi mengenai kegiatan hari ini. Jadwal rutinitas harian, aturan kelas, atau petunjuk mengerjakan tugas merupakan contoh bantuan visual yang dapat

dibuat untuk mendorong pembelajaran yang terstruktur dan menghindari masalah perilaku.

b. Pengaturan Lingkungan Fisik

Mengatur lingkungan fisik terdiri dari penataan fisik ruang kelas, membuat batas area belajar, serta meletakkan alat dan bahan dalam belajar yang terjangkau. Guru dapat menyusun furnitur kelas, membuat batas-batas area belajar, mengurangi hiasan dinding yang mendistraksi, serta menata dan memberi label pada tiap peralatan belajar di kelas.

c. Organisasi Tugas

Guru dapat membuat jadwal aktivitas atau rutinitas harian yang akan dilakukan peserta didik autis. Guru juga bisa memberikan informasi berisi urutan langkah atau hal yang perlu dilakukan peserta didik autis dalam mengerjakan tugas atau suatu aktivitas. Misalnya, guru memberikan daftar tugas atau aktivitas yang perlu diselesaikan hari ini oleh peserta didik autis.

d. Sistem Kerja

Sistem kerja dapat diinformasikan secara visual oleh guru kepada peserta didik autis. Misalnya adalah dengan memberi informasi secara visual tugas apa yang harus dikerjakan, berapa lama tugas dikerjakan, apa saja yang diperlukan peserta didik autis dalam menyelesaikan tugas. Informasi ini juga termasuk bagaimana mengetahui kapan tugas itu selesai dan apa yang harus peserta didik autis dilakukan setelah tugas selesai. Mari simak Tabel 6.1 untuk contoh bantuan visual untuk mengajarkan pembelajaran terstruktur.

Tabel 6.1 Contoh Bantuan Visual dalam Pembelajaran Terstruktur

	
<p>Lembar Jadwal Aktivitas</p>	<p>Lembar Urutan Aktivitas</p>
	
<p>Organisasi Perlengkapan Sekolah</p>	<p>Organisasi Lingkungan Kelas</p>

Seringkali peserta didik autis mengalami masalah perilaku dalam belajar yang disebabkan berbagai hal. Mari simak Tabel 6.2 berikut ini yang berisikan masalah perilaku yang kerap terjadi beserta saran penanganannya.

Tabel 6.2 Masalah Perilaku Peserta Didik Autis dalam Belajar dan Kiat Penanganan

No	Masalah Perilaku dalam Belajar	Kiat Penanganan
1	Gelisah saat akan ujian atau memasuki situasi baru.	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Cerita sosial untuk menjelaskan situasi sebelum kegiatan. ◦ Relaksasi emosi. Misalnya adalah dengan mengajak ke ruangan sepi untuk menenangkan diri.
2	Tidak memahami waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas.	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Memberikan waktu mengerjakan tugas secara spesifik. ◦ Menggunakan pengatur waktu untuk membantu.
3	Menolak memasuki tempat tertentu yang memiliki stimulus sensoris tertentu.	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Memberi waktu jeda istirahat lebih sering. ◦ Mengurangi intensitas stimulus sensoris yang ada. ◦ Menggunakan perangkat yang bisa membantu mengurangi stimulus sensorisnya (misalnya <i>headphone</i> untuk mengurangi kebisingan).
4	Tidak memulai mengerjakan tugas.	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Memecah tugas menjadi menjadi bagian-bagian kecil. ◦ Memberikan informasi urutan langkah mengerjakan. ◦ Memvisualisasikan perintah tugas ke dalam bentuk gambar dan tulisan.
5	Kesulitan menyelesaikan tugas yang kompleks.	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Memberikan daftar urutan langkah mengerjakan dalam bentuk ceklis. ◦ Memberikan bantuan visual seperti langkah-langkah disertai foto atau gambar.

No	Masalah Perilaku dalam Belajar	Kiat Penanganan
6	Perfeksionis terhadap tugas, terkadang lebih memilih tidak mengerjakan tugas daripada gagal.	<ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan toleransi siswa terhadap kesalahan yang diperbuat. Guru dapat mencontohkan ia membuat kesalahan dalam mengerjakan dan kemudian mengoreksinya dengan tenang.
7	Meninginkan guru untuk terus diperhatikan saat mengerjakan tugas.	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan cerita sosial tentang bergiliran dengan teman saat belajar. • Mengajarkan untuk bekerja mandiri. Guru mengurangi waktu memperhatikan peserta didik autis sedikit demi sedikit. • Mengajari cara meminta perhatian dengan benar ke guru dan mengajarkan konsep menunggu.
8	Mudah terdistraksi, kesulitan memusatkan perhatian saat belajar.	<ul style="list-style-type: none"> • Mengatur lingkungan kelas untuk mengurangi distraksi. • Mencoba pindah ke ruangan yang lebih sepi. • Menggunakan perangkat yang membantu mengurangi stimulus (misalnya dengan penutup telinga untuk mengurangi berisik). • Menjadwalkan istirahat lebih sering.
9	Tantrum atau marah dengan perubahan kecil di kelas (misalnya meja yang berubah letak).	<ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan tujuan perubahan dan melibatkan peserta didik autis dalam mengubah kelas. • Memberi informasi sebelum melakukan perubahan.

diadaptasi dan dikembangkan dari Manitoba Education (2005) dan Spencer & Simpson (2009) .

2. Mempersiapkan Transisi dalam Pembelajaran

Peserta didik autis sering mengalami permasalahan dalam menghadapi transisi aktivitas atau perubahan dalam rutinitas (Dodd, 2005). Mereka kerap kesulitan memahami situasi baru dan merespons perubahan tersebut. Permasalahan ini juga sering terjadi ketika peserta didik autis harus berpindah dari kegiatan yang disukai. Misalnya, seorang peserta didik autis yang sangat menyukai matematika, merasa stres ketika pelajaran yang ia sukai harus berganti ke pelajaran olahraga. Seringkali transisi aktivitas ini mengakibatkan kecemasan dan permasalahan perilaku lainnya. Simak Gambar 6.1 berikut untuk mengetahui contoh bentuk masalah perilaku akibat kesulitan menghadapi transisi.



Gambar 6.1 Contoh Masalah Perilaku Saat Transisi

Transisi pada peserta didik autis perlu direncanakan agar membantu mereka mengatasi perubahan dan beradaptasi dengan berbagai lingkungan (Siegel, 2008). Ketika transisi dipersiapkan, peserta didik autis dapat mengurangi kecemasan yang dimiliki akibat perubahan sehingga masalah perilaku berkurang.

Bagaimana mempersiapkan transisi pada peserta didik autisme? Sahabat guru, mari simak penjabaran berikut.

a. Transisi Antar Aktivitas dan Pengaturan Lingkungan

Transisi antar aktivitas dan lingkungan merupakan transisi yang dilakukan peserta didik autisme setiap hari dalam belajar. Misalnya, transisi dari kegiatan menulis ke kegiatan bermain musik dan transisi dari kelas ke ruang seni. Transisi antar aktivitas perlu dipersiapkan untuk mencegah masalah perilaku saat perpindahan aktivitas atau lingkungan belajar terjadi. Berikut ini adalah beberapa hal yang bisa sahabat guru lakukan untuk membantu peserta didik autisme dalam menghadapi perubahan aktivitas dan *setting* lingkungan.

1) Menggunakan Jadwal Aktivitas

Guru dapat membuat jadwal mingguan maupun jadwal harian. Jadwal aktivitas harian dapat berisi jadwal pelajaran atau kegiatan yang akan dilakukan peserta didik di hari tersebut. Jika diperlukan, peserta didik autisme dapat memiliki kalender pribadi yang berisi tanggal hari libur dan jadwal kegiatan yang membantunya mengantisipasi perubahan. Jadwal aktivitas dapat dibuat tertulis, bergambar, atau kombinasi keduanya sesuai dengan karakteristik dan kemampuan peserta didik autisme.



HARI: RABU	JADWAL HARIAN RAFLESIA
08.00	Circle Time
08.15	Menggambar
08.45	Istirahat
09.00	Menyiram Bunga
09.30	Literasi
10.00	Pulang

Gambar 6.2 Contoh Jadwal Aktivitas harian

2) Menggunakan Sinyal atau Penanda

Guru dapat membuat media berupa petunjuk visual (*visual cue*) dengan menggunakan isyarat atau simbol tertentu untuk mempersiapkan perubahan. Misalnya, ketika kegiatan akan berpindah dari belajar ke istirahat makan siang, guru bisa mengeluarkan kotak bekal dan mengangkatnya



Gambar 6.3 Kartu Penanda 5 Menit Lagi

tinggi-tinggi sambil berkata, "5 menit lagi kita makan siang!". Guru juga bisa menggunakan kartu bergambar yang mengisyaratkan sisa waktu.

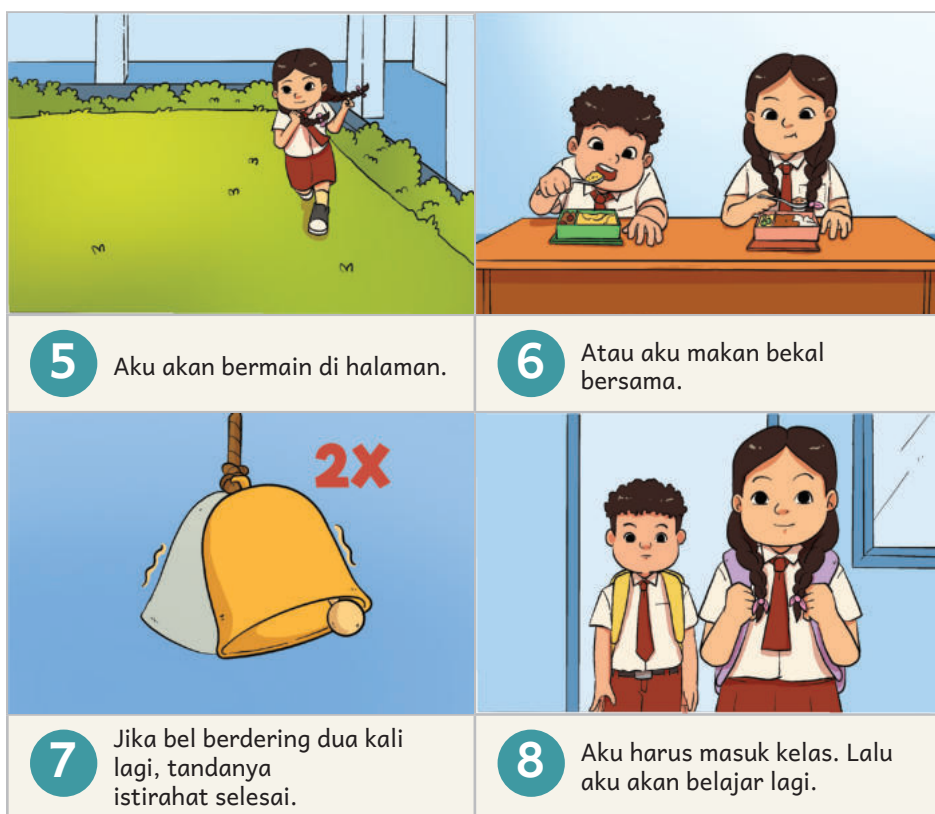
3) Menggunakan Cerita Sosial

Guru dapat membuat cerita sosial disertai gambar atau foto. Cerita sosial ditulis dengan menggunakan sudut pandang orang pertama. Saat menulis cerita sosial kita memakai kata ganti aku, saya, atau nama peserta didik. Cerita sosial harus memberikan informasi spesifik tentang apa yang terjadi dalam transisi.

Cerita sosial terkait transisi berisi rincian tentang kegiatan yang akan dilakukan dan deskripsi lingkungan baru. Contoh, pada Gambar 6.4 berikut terdapat cerita sosial mengenai waktu istirahat. Cerita sosial ini dapat diberikan kepada peserta didik autis yang belum memahami konsep waktu istirahat setelah belajar.

Saat Istirahat

	
1 Jika bel berdering dua kali, tandanya waktu istirahat.	2 Waktu istirahat adalah saat aku berhenti belajar.
	
3 Aku akan berhenti mengerjakan tugas.	4 Aku juga menyimpan buku dan alat tulis di tas.



Gambar 6.4 Contoh Cerita Sosial Saat Istirahat

4) Membuat Video

Peserta didik autis dapat menonton video yang berisi informasi seperti video perkenalan guru atau video lingkungan baru. Guru atau orang tua dapat merancang video yang menyajikan informasi dari sudut pandang seseorang yang melakukan atau mencontohkan suatu kegiatan transisi. Video ini akan membantu peserta didik autis untuk mendapatkan pemahaman terkait suatu kegiatan dari sudut pandang model di video tersebut.

Sebagai contoh, untuk dapat memahami lingkungan sekolah yang baru, seorang peserta didik menonton video tentang sekolah tersebut. Video tersebut berisi seorang peserta didik yang memasuki lingkungan sekolah barunya dan mengunjungi setiap tempat di sekolah. Video tersebut dapat

membantu peserta didik autis yang menonton untuk memahami lingkungan baru dari perspektif model dalam video tersebut.

5) Memberi Peserta Didik Pilihan

Jika keadaan memungkinkan, guru bisa memberi peserta didik autis pilihan. Misalnya adalah memberi pilihan posisi tempat duduk (mau duduk di mana), menggunakan pensil (mau pensil yang mana), atau aktivitas apa yang dipilih peserta didik autis untuk dilakukan terlebih dahulu. Dengan cara memberi pilihan, guru akan membantu peserta didik autis merasa lebih aman dan nyaman.



Kiat Mempersiapkan Transisi Kegiatan (diadaptasi dari Kluth, 2003)

- Berikan pengingat kepada peserta didik autis mengenai jumlah waktu yang tersisa dalam suatu kegiatan. Pengatur waktu (*timer*) dapat digunakan untuk menunjukkan sisa waktu atau waktu yang sudah berlalu.
- Teman sebaya/teman sebangku dapat menjadi pengingat dalam transisi, termasuk membantu mempersiapkan hal-hal yang diperlukan terkait pembelajaran.
- Membuat ritual yang dilakukan di awal dan akhir kegiatan sebagai penanda dimulai dan diakhirinya suatu kegiatan. Misalnya, menyanyikan lagu tertentu di awal dan akhir pembelajaran.
- Peserta didik autis diberikan sesuatu untuk dibawa/dipegang yang merupakan indikator atau pengingat aktivitas berikutnya. Misalnya, kartu bergambar bola yang berarti akan berolahraga.

b. Transisi Antar Kelas

Sahabat guru, tiap peserta didik autis akan menghadapi situasi naik kelas. Transisi antar kelas tentu membawa perubahan berupa pergantian ruang kelas maupun guru. Transisi antar kelas sering memicu kecemasan dan

penolakan dari peserta didik autis. Oleh karena itu, guru dapat melakukan persiapan dengan cara sebagai berikut.

- 1) Mengajak guru kelas selanjutnya ikut mengajar di kelas agar lebih mengenal dan berinteraksi dengan peserta didik autis.
- 2) Mengajak peserta didik autis berjalan-jalan memasuki kelas baru sebelum ia naik kelas.
- 3) Memberikan foto atau video mengenai situasi kelas tersebut.
- 4) Memberikan informasi mengenai perpindahan secara lisan atau dengan bantuan visual.

Guru kelas dapat menginformasikan guru kelas selanjutnya mengenai profil peserta didik, program yang dijalani, termasuk apa yang disukai dan tidak disukai peserta didik autis. Hal ini dapat membantu guru kelas selanjutnya dalam merencanakan aktivitas yang sesuai rutinitas dan karakteristik peserta didik autis.

c. Transisi Antar Sekolah/Tingkat Pendidikan

Transisi antar sekolah perlu sahabat guru rencanakan bersama orang tua. Misalnya, transisi dari PAUD ke TK, dari SD ke SMP, atau SMP ke SMA. Transisi antar sekolah merupakan jenis transisi besar yang perlu dipersiapkan dengan matang. Ada banyak perubahan ketika peserta didik autis mengalami transisi antar sekolah. Mereka akan menemui perubahan lingkungan sekolah, jalan menuju sekolah yang berbeda, guru dan teman baru, atau seragam yang tak lagi sama. Setiap perubahan ini dapat menimbulkan masalah perilaku pada peserta didik autis.

Apa yang bisa sahabat guru dan orang tua lakukan untuk membantu transisi antar sekolah? Berikut ini adalah beberapa hal yang bisa dilakukan.

- 1) Peserta didik autis sebaiknya diperkenalkan dengan lingkungan fisik sekolah yang baru baik melalui video atau berkunjung langsung. Peserta didik autis dapat diajak berkeliling sekolah untuk mengenal lingkungan baru, menemui calon guru, atau melihat pembelajaran di sekolah tersebut.

- 2) Orang tua dan guru dapat memberikan informasi mengenai seragam, peraturan sekolah, mengatur buku dan hal baru melalui cerita sosial, video, atau media lain yang relevan.
- 3) Orang tua dapat membantu peserta didik dalam mengatur buku, alat tulis, dan peralatan sekolah.
- 4) Peserta didik autis dapat diberikan peta sekolah sederhana untuk membantunya mengenal sekolah.



Gambar 6.5 Orang Tua dan Anak Menonton Video Lingkungan Sekolah

Sahabat guru, pernahkah menemui peserta didik autis yang belum mandiri dalam mengerjakan tugas? Hal inilah yang dialami Pak Barito dalam menangani perilaku Batur yang terus mengonfirmasi tugasnya di kelas. Mari simak cerita berikut untuk mengetahui bagaimana cara Pak Barito menghadapi masalah ini.



Belajar dari Kasus, Yuk!

Batur Bisa Sendiri!



Gambar 6.6 Batur Bertanya ke Pak Barito

Pak Barito merupakan seorang guru kelas IV (empat) di SDLB Tepi Sungai. Ada lima peserta didik di kelasnya, salah satunya adalah seorang peserta didik autis berusia 12 tahun bernama Batur. Ia berjenis kelamin laki-laki, dapat berkomunikasi secara verbal, bisa membaca dan menulis, serta mengetahui konsep waktu. Namun, Batur seringkali merasa cemas setiap mengerjakan tugas. Ia selalu takut apa yang dikerjakannya tidak benar. Oleh karena itu,

ia selalu menginginkan Pak Barito duduk di sampingnya untuk melihatnya mengerjakan tugas. Padahal, ada empat peserta didik lain di kelas tersebut yang juga membutuhkan perhatian Pak Barito.

Masalah selalu muncul ketika Pak Barito mengunjungi meja peserta didik lain. Ketika Pak Barito tidak ada di sampingnya, Batur akan mendatangi gurunya tersebut sambil membawa buku dan mengonfirmasi jawaban dengan berkata “Pak, lima belas ditambah empat sama dengan sembilan belas, Pak! Sembilan belas! Lihat, sembilan belas, ya!”

Pak Barito merasa bahwa perilaku Batur yang terlalu bergantung dan menuntut konfirmasi perlu diatasi dengan mengembangkan pembelajaran yang lebih terstruktur. Hal ini karena perilaku tersebut juga mengganggu teman lain di kelas sehingga penting bagi Batur untuk belajar mandiri. Ia berharap Batur dapat lebih mandiri dalam mengerjakan tugas. Nah, sahabat guru, berikut ini hasil analisis Pak Barito terhadap perilaku Batur.

Tabel 6.3 Analisis Permasalahan Perilaku Batur

Nama	: Batur
Usia	: 12 tahun
Fase	: Fase C
Kebutuhan khusus	: Autis
Sekolah/Kelas	: SDLB Tepi Sungai / IV

Masalah Perilaku yang Ditemui
Batur memiliki ketergantungan pada guru dengan melakukan konfirmasi secara terus-menerus saat menyelesaikan tugas. Frekuensi bertanya berkisar 5-7 kali setiap tugas diberikan.

Kemungkinan Penyebab dan Fungsi Perilaku
Kemungkinan disebabkan merasa cemas akan ketidakpastian dan merasa takut salah. Perilaku berfungsi untuk mendapatkan perhatian untuk memeriksa jawaban.

Potensi yang Dimiliki

Batur mampu berkomunikasi verbal, melakukan kontak mata, memulai interaksi (inisiasi sosial). Secara akademik Batur mampu membaca, memahami konsep waktu dan membaca jam, serta mengetahui operasi penjumlahan.

Sasaran Perilaku yang Akan Diubah

Batur mampu menurunkan ketergantungan pada guru (bertanya dan mengonfirmasi jawaban) saat mengerjakan tugas.

Kebutuhan Penanganan Perilaku

Mengembangkan kemandirian dalam aktivitas belajar dan kegiatan sehari-hari melalui pembelajaran yang terstruktur.

Setelah melakukan analisis perilaku, Pak Barito pun membuat rancangan penanganan perilaku untuk Batur. Berikut adalah rancangan perilaku yang dibuat Pak Barito.

Rancangan Penanganan Masalah Perilaku Batur

Capaian Pembelajaran

Peserta didik mampu memiliki perilaku yang kooperatif, berperilaku sesuai dengan aturan/norma yang diinginkan.

Tujuan Pembelajaran

Peserta didik autis mampu menurunkan ketergantungan pada guru (mengonfirmasi jawaban) saat mengerjakan tugas.

Alokasi Waktu dan Model Pembelajaran

1. Kegiatan ini dapat dilakukan secara terintegrasi dalam setiap kegiatan belajar.
2. Model pembelajaran dilakukan secara klasikal di kelas. Bantuan visual yang diberikan dapat disesuaikan dengan kebutuhan tiap peserta didik. Misalnya, setiap peserta didik diberikan papan informasi tugas yang isinya disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing.

Persiapan Belajar

1. Guru menyiapkan media dukungan visual (*visual support*) berupa papan informasi tugas. Isi papan ini dapat disesuaikan dengan tugas yang diberikan.



Gambar 6.7 Contoh Papan Informasi Tugas

2. Guru menyiapkan *timer* atau penghitung waktu yang bisa diletakkan di meja untuk membantu Batur memantau waktu.
3. Guru menyiapkan **kartu bertanya** dan **lembar pemantauan kemajuan tugas** (dengan gambar mobil yang bisa dipindahkan).



Gambar 6.8 Contoh Media Pemantauan Kemajuan Tugas

Sumber: Kemendikbudristek/Sera Janwati (2024)

4. Guru dapat menyiapkan beberapa dukungan visual lain yang dibutuhkan (menyesuaikan dengan kegiatan pembelajaran).

Langkah-Langkah Kegiatan Belajar

1. Kegiatan ini dapat dilakukan setelah Batur diberikan suatu materi pembelajaran atau sebelum diberikan tugas.
2. Batur diberikan penjelasan konkret tentang tugas dalam bentuk **papan informasi tugas dan lembar pemantauan kemajuan tugas**.



Gambar 6.9 Papan Informasi Tugas yang Digunakan Pak Barito

3. Batur diberikan penjelasan mengenai kesempatan bertanya kepada guru. Batur mendapatkan **3 (tiga) buah kartu bertanya** yang bisa digunakan sebagai kesempatan ia mengonfirmasi jawaban. Banyaknya kartu bertanya dapat disesuaikan dengan banyaknya soal yang diberikan. Sebagai contoh, Batur diberikan 10 soal sehingga mendapatkan 3 (tiga) kali kesempatan bertanya.



Gambar 6.10 Contoh Kartu Bertanya yang Digunakan Batur

4. Batur diberi aba-aba mulai mengerjakan dan penghitung waktu dimulai.
5. Ketika Batur ingin bertanya, ia harus mengangkat kartu bertanya. Guru mengambil kartu tersebut sebagai tanda bahwa kesempatan bertanya Batur berkurang. Jika kartu bertanya Batur sudah habis, guru menyampaikan bahwa kesempatan bertanya sudah habis dan tidak merespons pertanyaan Batur.
6. Batur dapat memindahkan mobil-mobilan setiap ia menyelesaikan satu soal. Mobil akan berhenti di garis finis ketika Batur menyelesaikannya.
7. Ketika pengatur waktu berdering, saat itulah waktu pengerjaan tugas berakhir. Guru memberikan penguatan dan koreksi untuk keseluruhan soal pada Batur.



Gambar 6.11 Contoh Dukungan Visual dalam Kegiatan Menyelesaikan Tugas

Sumber: Kemendikbudristek/Sera Janwati (2024)

Catatan Tambahan

1. Jika Batur masih terus bertanya lalu menunjukkan perilaku agresif atau marah, guru mengarahkannya pada aktivitas bertanya yang benar.
2. Jika Batur merespons dengan tantrum, guru dapat menerapkan langkah penanganan mengatasi tantrum (Lihat Bab 3 tentang mengatasi tantrum).
3. Secara bertahap, guru perlu mengurangi batasan konfirmasi jawaban hingga ke batas minimal. Misalnya Pak Barito menargetkan maksimal Batur bertanya menjadi 1-2 kali dalam 1 tugas.
4. Setiap peserta didik autis mungkin memiliki perbedaan masalah dalam belajar. Guru bisa menyesuaikan dukungan visual sesuai kebutuhan. Misalnya, pada tugas yang kompleks, guru dapat menambahkan bantuan visual berupa langkah-langkah mengerjakan dari awal hingga akhir.

Asesmen Perilaku

Frekuensi batasan melakukan konfirmasi yang menjadi target perilaku sebanyak 3 (tiga) kali. Berikut ini adalah contoh pencatatan yang dilakukan Pak Barito.

Tanggal/Jam	Jumlah Frekuensi Konfirmasi Jawaban dalam 1 Tugas	Keterangan

Alternatif Kegiatan Pembelajaran

1. Peserta didik autis diajarkan menunggu. Misalnya, guru dapat memberikan jeda saat menjawab pertanyaan dengan memberikan isyarat tunggu atau kartu gambar tunggu.
2. Peserta didik autis menunjuk teman sebangku sebagai tutor teman sebaya untuk mengurangi intensitas meminta perhatian pada guru.
3. Peserta didik autis dibuatkan cerita sosial yang mengajarkan untuk mandiri dalam mengerjakan tugas dan bertanya dengan sopan.

Remedial	<p>Apabila setelah 1(satu) bulan peserta didik autis belum menunjukkan perubahan, langkah-langkah berikut bisa dilakukan:</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menurunkan batasan target bertanya. Guru membuat cerita sosial atau bantuan visual tambahan untuk memberikan informasi mengenai tugas dan batasan bertanya.
Pengayaan	<p>Apabila peserta didik autis sudah menunjukkan perubahan sesuai dengan harapan, langkah-langkah berikut bisa dilakukan:</p> <ol style="list-style-type: none"> Secara bertahap guru menurunkan batasan peserta didik autis dalam bertanya. Peserta didik autis dapat diarahkan mengisi sendiri papan informasi tugas berdasarkan instruksi guru. Guru bisa mengajak peserta didik autis membuat <i>to do list</i> harian. Jika menggunakan tutor sebaya, bantuan dari teman dapat dikurangi perlahan.

Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian atau mingguan. Berikut ini adalah contoh-contoh pertanyaan yang dapat memantik refleksi guru.

- Apakah dukungan visual yang diberikan bisa membuat peserta didik autis memiliki keterampilan mengerjakan tugas secara mandiri?
- Hal apa yang masih menghambat peserta didik untuk lebih mandiri mengerjakan tugas?

Inspirasi Kegiatan di Rumah Bersama Orang Tua

- Orang tua dapat mengajak anak untuk membuat jadwal rutin sederhana di rumah.
- Orang tua bisa memberikan tanggungjawab sederhana pada anak yang dilakukan secara rutin dari kegiatan yang paling mudah. Misalnya, mematikan lampu di pagi hari atau membuang sampah pada tempatnya.

Pernahkah sahabat guru menemui peserta didik autis yang kesulitan dengan perpindahan aktivitas? Nah, masalah ini dialami Bu Kapuas di kelasnya. Ia memiliki peserta didik autis bernama Ranau yang kesulitan dalam transisi. Seperti apa masalah transisi yang dimiliki Ranau? Bagaimana cara Bu Kapuas mengatasi masalah perilaku Ranau?



Belajar dari Kasus, Yuk!

Transisi Aktivitas untuk Ranau

Bu Kapuas adalah seorang guru pendamping khusus di kelas V sebuah Sekolah Dasar (SD) yang menyelenggarakan pendidikan inklusif. Ia mendampingi tiga peserta didik berkebutuhan khusus di kelas tersebut. Salah satunya adalah seorang peserta didik autis perempuan berusia 11 tahun bernama Ranau.

Ranau adalah peserta didik autis dengan kecerdasan di atas rata-rata. Ia dapat berkomunikasi secara verbal, mengetahui konsep waktu dan membaca jam, serta mampu mengikuti instruksi guru. Ia sangat menyukai matematika, terutama geometri. Namun, kesukaan Ranau terhadap matematika terkadang menimbulkan permasalahan. Ia tidak mau berpindah aktivitas jika sudah terlanjur membaca ensiklopedia matematika yang dipinjam dari rak buku kelas. Saat pembelajaran, Ranau pun kesulitan untuk berpindah aktivitas satu ke aktivitas lain. Misalnya, ia kesulitan berpindah dari pelajaran Matematika ke pembelajaran setelahnya karena masih ingin mengerjakan soal. Saat istirahat, Ranau pun sering mengunjungi kantor guru untuk bermain permainan geometri di komputer sekolah. Ia pun kerap berbicara mengenai matematika kepada guru atau teman sebangku di situasi yang kurang tepat. Masalah transisi aktivitas ini kerap membuat



Gambar 6.12 Ranau yang Suka Matematika

Ranau frustrasi. Setiap ada perubahan aktivitas, Ranau akan berteriak. Ia juga akan mengepalkan tangannya begitu kuat hingga warnanya menjadi kemerahan.

Kesukaan Ranau terhadap matematika terkadang menimbulkan permasalahan. Ia tidak mau berpindah aktivitas jika sudah terlanjur membaca ensiklopedia matematika yang dipinjam dari rak buku kelas.

Berdasarkan catatan awal Bu Kapuas, Ranau berteriak 5-7 kali sambil mengepalkan tangannya selama 7-10 menit setiap perubahan aktivitas terjadi. Kesulitan untuk mengikuti transisi antar kegiatan ini tentu mengganggu Ranau dan teman sekelas untuk belajar. Oleh karena itu, Bu Kapuas bersama dengan Pak Sentani, wali kelas Ranau, melakukan analisis perilaku Ranau dan merencanakan program penanganan perilaku.

Tabel 6.4 Analisis Permasalahan Perilaku

Nama	: Ranau
Usia	: 11 Tahun
Kebutuhan khusus	: Autis
Fase	: C
Sekolah/Kelas	: SD Alam Takambang/ VI

Masalah Perilaku

Ranau mengalami masalah dalam transisi antar aktivitas. Ia kesulitan berpindah dari aktivitas yang disenangi ke aktivitas baru, dan frustrasi terhadap perubahan kecil di lingkungan. Rasa frustrasi tersebut dimanifestasikan dalam perilaku berteriak dan mengepalkan jari hingga menyakiti tangannya sendiri.

Kemungkinan Penyebab dan Fungsi Perilaku

1. Kesulitan transisi kemungkinan disebabkan oleh **kecemasan akan ketidakpastian dan rasa terkejut akan perubahan.**
2. Perilaku berteriak dan mengepal tangan dengan kencang **berfungsi sebagai pertahanan terhadap rutinitas dan menolak perubahan.**

Prioritas Perilaku yang Akan Ditingkatkan

Prioritas perilaku yang perlu ditingkatkan adalah Ranau lebih fleksibel terhadap transisi antar kegiatan.

Potensi Peserta Didik Autis

Ranau mampu berkomunikasi verbal dua arah, memiliki kecerdasan di atas rata-rata, mampu membaca dan menulis dengan baik, memahami konsep waktu dan membaca jarum jam.

Kebutuhan Penanganan

Peserta didik perlu diberikan program transisi untuk bisa fleksibel menerima perubahan aktivitas di kelas dan sekolah.

Setelah melakukan analisis tersebut, Bu Kapuas dan Pak Sentani pun membuat rancangan penanganan perilaku untuk Ranau. Rancangan tersebut bertujuan mempersiapkan Ranau untuk lebih fleksibel dalam berpindah aktivitas dan menerima perubahan.

Rancangan Program Transisi Aktivitas

Capaian Pembelajaran

Peserta didik mampu memiliki perilaku yang kooperatif, berperilaku sesuai dengan aturan/norma yang diinginkan.

Tujuan Pembelajaran

Peserta didik autis mampu mengikuti transisi aktivitas dengan baik dan dapat menerima perubahan lingkungan di kelas dan di sekolah.

Alokasi Waktu

1. Terintegrasi dengan kegiatan belajar setiap hari dan dapat disesuaikan dengan kegiatan harian.
2. Jadwal aktivitas bergambar (*visual schedule*) dapat diberikan kepada peserta didik autis. Jadwal aktivitas mingguan dapat diberikan di awal minggu, sementara jadwal harian dapat diberikan sehari sebelum kegiatan.

Persiapan Guru Sebelum Transisi

1. Guru menyiapkan jadwal kegiatan harian bergambar bagi peserta didik autis
2. Guru menyiapkan jam yang bisa diletakkan di meja Ranau.
3. Guru menyiapkan papan transisi, simbol waktu dan panah, dan kartu kegiatan
4. Guru mengamankan buku ensiklopedia matematika dari jangkauan Ranau untuk digunakan sebagai salah satu penguat aktivitas.
5. Guru membuat kesepakatan dengan Ranau. Guru menerapkan token ekonomi dengan aturan sebagai berikut.
 - a. Jika Ranau bisa mengikuti mengikuti transisi, guru akan memberikan Ranau satu buah bintang.
 - b. Ranau bisa menukarkan bintang dengan salah satu kartu kegiatan yang Ranau sukai. Kegiatan ini dapat Ranau lakukan sepulang sekolah atau saat istirahat keesokan harinya.

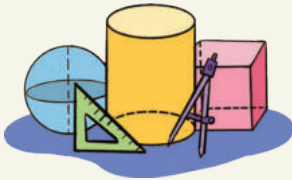
Tabel 6.5 **Daftar Penguat Aktivitas yang Dapat Ditukar Ranau**

Kegiatan	Durasi maksimal	Jumlah bintang yang ditukar
Bermain komputer	20 menit	6
Membaca buku ensiklopedia	20 menit	5
Bercerita tentang sejarah geometri pada guru atau teman	20 menit	6

Langkah-langkah yang Guru Lakukan Sebelum dan Saat Transisi Berlangsung

Tahap Transisi: Perubahan Aktivitas

1. Ranau dibuatkan jadwal kegiatan harian yang ia dapatkan di hari sebelumnya.



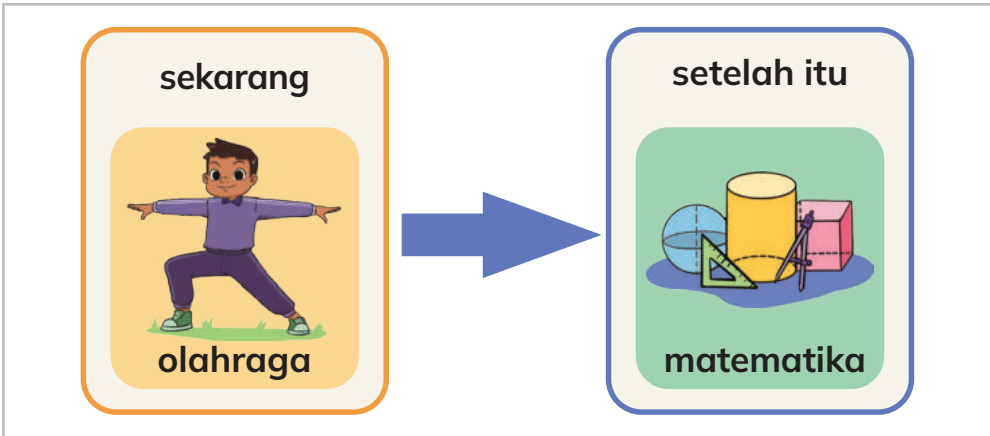
JADWAL HARIAN Ranau

Hari: Rabu

WAKTU	KEGIATAN	TEMPAT	CHECKLIST
07.00–07.15	Berbaris pagi masuk kelas	teras kelas	
07.16–08.30	Olah raga	lapangan	
08.31–09.30	Matematika	kelas	
09.31–10.00	Istirahat	kantin/ruang komputer	
10.01–10.30	Memetik Cabai	kebun sekolah	
10.31–11.30	Bahasa Indonesia	kelas	
11.31–12.00	Makan siang	kelas	
12.01–12.30	Beribadah siang	masjid sekolah	
12.31–12.45	Piket kelas	kelas	
12.46	Pulang	menunggu di depan gerbang	

Gambar 6.13 Jadwal Harian Ranau

- Sebelum pembelajaran dimulai, Ranau dibimbing untuk mengurutkan kartu aktivitas dari awal kegiatan hingga akhir. Ranau kemudian dibimbing untuk meletakkan kartu aktivitas tersebut di papan jadwal.



Gambar 6.14 Kartu Aktivitas

3. Guru meletakkan jam/pengatur waktu di meja Ranau.
4. Setiap kegiatan akan berpindah, guru akan memberikan kartu pengingat 10 menit lagi, 5 menit lagi, 1 menit lagi, dan selesai.



Gambar 6.15 Kartu Pengingat Waktu

5. Apabila di hari tersebut Ranau dapat mengikuti perubahan kegiatan dengan baik, ia akan mendapatkan satu bintang untuk tiap transisi. Nantinya ia dapat menukar bintang dengan kartu aktivitas sesuai dengan rancangan token ekonomi di awal.



Gambar 6.16 Pilihan Kartu Penguat Aktivitas dalam Token Ekonomi yang Bisa didapatkan Ranau

Penanganan saat Masalah Perilaku Muncul Saat Transisi Berlangsung

1. Jika muncul perilaku tantrum akibat kesulitan transisi, Ranau dibantu untuk melakukan relaksasi.



Gambar 6.17 Contoh Gambar Kartu Relaksasi

2. Ranau diingatkan kembali dengan jadwal visual yang ada setelah relaksasi.
3. Ranau diarahkan kembali ke kegiatan selanjutnya ketika situasi mulai kondusif.

Rencana Penguatan Positif

- Ranau mendapat 1 (satu) bintang jika ia bisa melakukan transisi antar aktivitas.
- Jika Ranau tidak bisa mengikuti transisi, guru tidak memberikan bintang.
- Bintang tersebut dikumpulkan dalam sebuah stoples kecil di meja Ranau.
- Aktivitas yang ditukar dapat dilakukan saat istirahat atau sepulang sekolah.



Gambar 6.18 Bintang yang didapatkan Ranau
(Sera Janwati, 2024)

Asesmen Perilaku

Asesmen perilaku terkait transisi dapat berupa pencatatan apakah peserta didik autisme dapat mengikuti transisi yang ada. Berikut ini adalah pencatatan transisi yang dibuat Bu Kapuas.

Pencatatan Transisi Aktivitas Ranau

Guru dapat memberikan tanda centang (✓) pada respons yang sesuai!

Transisi Kegiatan	Respons		
	Ya (mandiri)	Ya (dibantu)	Menolak
Berbaris masuk → Olahraga			
Olahraga → Matematika			
Matematika → Istirahat			
Istirahat → Memetik Cabai			
Memetik Cabai → Bahasa Indonesia			
Bahasa Indonesia → Makan siang			
Makan siang → Ibadah			
Ibadah → Piket			
Piket → Pulang			

Kriteria penilaian

Predikat	Indikator Penilaian
Sangat berkembang ★★★★★	Mengikuti semua dengan mandiri
Berkembang sesuai harapan ★★★	Mengikuti sebagian besar (70%) dengan arahan
Mulai berkembang ★★	Mengikuti sebagian (50%) dan menolak sebagian
Belum berkembang ★	Menolak mengikuti transisi kegiatan

Alternatif Perencanaan Transisi

1. Ranau dilibatkan dalam proses ketika terjadi perubahan di lingkungannya. Misalnya, ia diarahkan untuk ikut membantu menggeser meja ketika akan ada perubahan *setting* di lingkungannya.
2. Ranau diajarkan untuk membuat rencana jadwal harian sendiri.
3. Rekan sebangku Ranau dapat dilibatkan dalam membantu transisi. Misalnya adalah mengingatkan tentang adanya perpindahan aktivitas.

Remedial

Apabila setelah 1 (satu) bulan peserta didik **belum** menunjukkan perubahan, langkah-langkah berikut bisa dilakukan:

- a. Guru melakukan analisis program dan mencari tahu pada kegiatan apa peserta didik autis mengalami kesulitan dalam transisi.
- b. Guru mengevaluasi kembali kesesuaian media visual dengan kebutuhan peserta didik autis.

Pengayaan

- a. Secara bertahap guru mengurangi bantuan visual yang diberikan agar Ranau dapat fleksibel dengan transisi tanpa bantuan.
- b. Guru mengubah jadwal harian menjadi jadwal mingguan.
- c. Peserta didik dibimbing untuk membuat rencana kegiatan harian dan jurnal pribadi harian tentang kegiatan hari itu.
- d. Guru mulai melakukan diskusi dengan orang tua untuk mempersiapkan transisi Ranau dari SD ke SMP.

Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian dengan mengulas hal yang terjadi di hari tersebut. Berikut ini adalah beberapa pertanyaan yang dapat digunakan guru untuk berefleksi.

- Apakah media dukungan visual yang diberikan bisa membantu peserta didik berpindah antar kegiatan?

- Apakah guru sudah menerapkan rencana kegiatan transisi dengan konsisten?
- Hal apa saja yang membuat peserta didik autis kesulitan dalam mengikuti perubahan aktivitas di sekolah?

Inspirasi Mempersiapkan Transisi Bersama Orang Tua di Rumah

1. Orang tua menerapkan jadwal visual untuk diikuti oleh anak di rumah.
2. Orang tua melibatkan anak dalam beberapa perubahan lingkungan di rumah dan selalu memberikan informasi jika terjadi perubahan di rumah.
3. Orang tua bisa membimbing anak untuk membuat rencana harian atau mingguan. Misalnya mengajarkan membuat jadwal pada buku harian, menulis kegiatan hari ini di papan tulis, atau membuatkan media jadwal harian bergambar.
4. Jika tetap merasa cemas ketika terjadi perubahan yang mendadak, orang tua dapat membimbing anak melakukan relaksasi.

Sahabat guru, dari Batur dan Ranau kita mengetahui bahwa peserta didik autis membutuhkan pembelajaran yang terstruktur. Hal ini karena peserta didik autis membutuhkan kepastian terkait aktivitas sehari-hari dan cenderung tidak menyukai perubahan yang mendadak. Oleh karena itu, membuat struktur pembelajaran yang jelas dapat memberikan informasi dan kepastian mengenai kegiatan maupun perubahan yang akan dihadapi.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

7

Olea Melompat Lagi dan Lagi!

A. Ruang Lingkup Materi

Mengurangi
Perilaku Repetitif
(Berulang)

Mengembangkan
Pola Perilaku dan
Minat yang Terbatas

B. Capaian Pembelajaran

Capaian Pembelajaran Fase D adalah peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif dan membentuk perilaku yang adaptif.

C. Tujuan Pembelajaran

Berdasarkan capaian pembelajaran fase D tersebut, berikut ini adalah tujuan pembelajaran yang hendak dicapai:

1. Peserta didik autis mampu mengurangi perilaku repetitif (berulang).
2. Peserta didik autis mampu mengembangkan pola perilaku dan minat yang terbatas.

D. Saran Alokasi Waktu dan Kemampuan Prasyarat

1. Alokasi waktu terintegrasi dengan kegiatan pembelajaran.
2. Sebelum melaksanakan aktivitas ini, peserta didik autis sudah memiliki beberapa **prasyarat** kemampuan berikut.
 - a. Memiliki kemampuan berbahasa ekspresif secara verbal atau non-verbal.
 - b. Memahami instruksi dua hingga tiga tahap.
 - c. Frekuensi tantrum mulai menurun.

E. Materi Pokok

Sahabat guru tentu mengingat, tanda utama gangguan spektrum autisme adalah adanya perilaku, minat, atau aktivitas yang terbatas atau berulang (APA, 2013). Tabel 7.1 menunjukkan pembagian tipe perilaku kaku dan berulang tersebut pada peserta didik autisme. Tingkat rendah (*lower-order*) umumnya dialami oleh peserta didik autisme disertai dengan hambatan intelektual, sedangkan mereka yang memiliki kecerdasan normal atau di atas rata-rata umumnya lebih mendekati tipe 'tingkat rendah' (Wilmshurst, 2017).

Perilaku dan minat yang terbatas dan berulang (*Restricted, repetitive behaviors and interests/ RRBI*) bisa hadir dalam perilaku berulang pada motorik, vokal atau ritualistik yang sangat bervariasi bentuknya.



Tabel 7.1 Tipe Perilaku dan Minat yang Terbatas dan Berulang

Perilaku dan minat yang terbatas dan berulang	RRBI tingkat rendah	perilaku sensorik dan motorik berulang (<i>repetitive sensory and motor behaviors/RSMB</i>).	berupa gerakan motorik, vokalisasi, atau manipulasi objek yang berulang.
	RRBI tingkat tinggi	Tuntutan pada kesamaan (<i>insistence on sameness/IS</i>).	berupa desakan pada kesamaan, minat persisten yang terbatas, dan kepatuhan yang kaku pada aturan atau ritual.

(Dirangkum dari Lewis & Kim (2009) dan Keating dkk (2023))

Nah sahabat guru, mari kita bahas kedua tipe tersebut agar lebih memahami perilaku peserta didik autisme. Karena penanganan yang tepat, dimulai dari pemahaman yang tepat pula.

1. Perilaku Repetitif pada Peserta Didik Autis



Perilaku berulang atau perilaku repetitif diwujudkan dalam bentuk gerak motorik ritmis, ucapan, rutinitas, dan ritual yang berulang (Leekam, Prior, & Uljarevic, 2011).

Sahabat guru yang mengajar peserta didik autis mungkin telah menjumpai berbagai bentuk perilaku repetitif. Selain disebut perilaku repetitif atau berulang, perilaku ini juga kerap disebut perilaku menstimulasi diri sendiri (*Self-stimulatory behavior*) atau *stimming*. Selain gerakan, bentuk perilaku *stimming* kadangkala berbentuk ritual yang obsesif dan kompulsif (Exkorn, 2005). Ritual tersebut biasanya tidak memiliki tujuan yang jelas selain keinginan adanya kesamaan. Misalnya, seorang peserta didik autis yang harus membariskan mobil-mobilannya di sisi kasur sebelum tidur. Simak Gambar 7.1 yang menyajikan contoh perilaku repetitif.



Gambar 7.1 Contoh Bentuk Perilaku Repetitif

Perilaku repetitif ini seringkali merupakan respons peserta didik autis terhadap kondisi lingkungannya. Setidaknya ada dua faktor yang menjadi pemicu munculnya perilaku repetitif yang disajikan pada Tabel 7.2 berikut.

Tabel 7.2 Penyebab Perilaku Repetitif Peserta Didik Autis

No.	Penyebab	Contoh
1	Ekspresi atas rasa frustrasi, kemarahan, ketakutan, nyeri, kebosanan. Bisa menjadi cara menenangkan diri atau koping terhadap situasi yang dihadapi. Namun, terkadang dapat menjadi perilaku menyakiti diri sendiri (<i>self-injury</i>).	Oryza (10 tahun) melompat-lompat dan lalu berlari bolak-balik sambil bersuara menggeram sebagai respons bosan menunggu ibunya mengobrol.
2	Kebutuhan untuk terus menstimulasi diri dan merasakan suatu sensasi, terutama pada autis dengan tipe membutuhkan rangsangan sensoris berlebih (<i>sensory seeking</i>).	Orchid (15 tahun) mengulang-ulang satu lagu yang sama sambil memutar-mutar badannya, lalu ia tertawa gembira.

2. Pola Perilaku dan Minat yang Terbatas

Sahabat guru, seringkali kita menjumpai peserta didik autis yang memiliki minat yang unik dan sangat kuat. Minat tersebut terkadang diwujudkan dalam bentuk keterikatan. Banyak peserta didik autis yang membentuk keterikatan kuat pada benda-benda yang tidak biasa seperti batu, saklar lampu, atau kunci (Butcher, Mineka, & Hooley, 2013). Guru mungkin pernah menemui peserta didik autis yang senang membawa benda kesayangan atau mengumpulkan barang-barang yang unik dan tidak biasa dikoleksi. Barang-barang tersebut misalnya daun, sabun, kipas angin, atau batu. Kadang-kadang peserta didik autis menunjukkan kesamaan minat ini dengan asyik dan terus-menerus membicarakan suatu hal

yang digandrungi (Heward, 2013). Kekakuan juga kadang berbentuk protes jika ada perubahan lingkungan, seperti lemari yang berganti posisi.

Masalah kekakuan akan tuntutan rutinitas dan keengganan dengan perubahan mencerminkan kurangnya keterampilan imajinatif yang fleksibel (Gillberg, 2007). Kekakuan ini dapat berbentuk dorongan untuk bisa melakukan hal yang sama di waktu yang sama, menolak beradaptasi dengan perubahan rutinitas, serta keasyikan dengan rutinitas yang tidak berfungsi (Wilmshurst, 2017). Simak Gambar 7.2 berikut untuk melihat contoh bentuk pola perilaku dan minat yang terbatas.

Garcinia menyukai hewan laut. Ia terus-menerus membicarakan lumba-lumba, bulu babi, teripang, hingga paus. Ia pun mengumpulkan benda-benda bernuansa binatang laut di kamarnya.	Arachis menyukai baju bermotif kotak-kotak. Setiap hari ia akan memakai baju atau celana bermotif kotak-kotak.
Zinger suka mengumpulkan batu yang ditemuinya. Ia akan dan menyusunnya berdasarkan warna dan mencatat tanggal penemuan batu tersebut.	Prunus hanya menyukai makan telur dan sayur bayam setiap hari. Ia tidak mau mencoba makanan yang lain dan harus menggunakan piring yang sama.
Catleya selalu marah apabila posisi barang-barang di kamarnya diubah. Ia juga tantrum ketika guru mengubah posisi lemari.	Durio tantrum jika rutinitasnya sebelum berangkat sekolah diubah. Ia harus melakukan aktivitas tersebut sesuai dengan jam yang dijadwalkan.

Gambar 7.2 Contoh Pola Perilaku dan Minat yang Terbatas

Sahabat guru, jika kita perhatikan dengan seksama perilaku repetitif peserta didik autis ini sebenarnya adalah salah satu cara mereka untuk mengatasi ketidaknyamanan atas stimulus lingkungan atau kondisi yang tidak diinginkan. Kerap kali perilaku ini muncul saat peserta didik autis tidak terhubung secara sosial dengan orang disekitarnya atau di waktu-waktu peserta didik autis sedang tidak memiliki kesibukan.

Sama halnya dengan pola perilaku dan minat yang terbatas, kesukaan mereka dengan suatu hal terkadang sama seperti peserta didik lain yang memiliki minat atau hobi tertentu. Karenanya, tidak semua perilaku repetitif atau minat yang terbatas perlu diintervensi.

Ada beberapa hal yang dapat dipertimbangkan apakah perilaku repetitif perlu diturunkan atau minat yang terbatas perlu dikembangkan. Guru dan orang tua dapat mempertimbangkan hal berikut sebelum mengintervensi.

Guru dapat memberikan penanganan apabila perilaku repetitif atau minat yang terbatas mengakibatkan hal berikut.

- ✓ Mengganggu sebagian besar aktivitas kehidupan peserta didik autis.
- ✓ Menimbulkan bahaya bagi dirinya sendiri.
- ✓ Mengganggu kenyamanan dan aktivitas orang di sekitarnya.
- ✓ Menyakiti diri sendiri dan orang lain.
- ✓ Menyebabkan gangguan bagi keluarga dan orang di sekitarnya.

Peserta didik autis memiliki ciri khas perilaku yang unik. Guru dapat membebaskan peserta didik melakukan perilaku tersebut di waktu senggang selama tidak mengganggu pembelajaran dan aktivitas harian.



3. Cara Mengatasi Perilaku Repetitif dan Minat yang Terbatas

Secara umum, kita dapat mengatasi permasalahan perilaku repetitif dan minat terbatas dengan melakukan pencegahan dan penanganan. Ada dua cara yang bisa kita lakukan, pertama menghentikan perilaku tersebut jika berbahaya. Kedua, mengarahkan agar lebih adaptif dan fungsional seperti dengan mengalihkan pada aktivitas yang bermakna. Perilaku repetitif dan minat terbatas ini akan menurun seiring dengan perkembangan kemampuan sosial dan keterampilan yang diajarkan.

Berikut beberapa hal yang bisa dilakukan untuk menurunkan perilaku repetitif dan minat yang terbatas.

- a. Menghilangkan atau melemahkan konsekuensi sensoris pada perilaku repetitif. Misalnya mematikan/menjauhkan kipas angin dari pandangan peserta didik autis.
- b. Mengembangkan daftar keterampilan/aktivitas alternatif dari perilaku repetitif dan memberikan penguatan pada aktivitas alternatif tersebut. Misalnya, peserta didik yang suka mengetuk-ngetuk jari atau memukul meja diganti mengajarkan bermain musik seperti memukul drum.
- c. Memberikan waktu khusus bagi peserta didik autis untuk melakukan perilaku repetitifnya dan menurunkan durasi atau frekuensi perilaku secara bertahap.
- d. Memberikan aktivitas fisik sebelum pembelajaran seperti olahraga atau menari, terutama untuk peserta didik autis yang memiliki perilaku motorik berulang karena energi yang berlebih.
- e. Menggunakan hal-hal terkait minat peserta didik autis untuk membantunya belajar. Misalnya, guru membuat lembar kerja bergambar kura-kura pada peserta didik autis yang menyukai hewan tersebut.

Nah, untuk membantu sahabat guru dalam memahami, yuk simak tabel 7.3 berikut. Tabel tersebut menyajikan contoh perilaku repetitif dan minat yang terbatas, kemungkinan penyebab, dan cara mengatasinya.

Tabel 7.3 Contoh Perilaku Repetitif dan Minat Terbatas

Perilaku	Kemungkinan Penyebab	Penanganan
Marah dengan perubahan letak lemari dan meja di kelas.	Tidak menyukai perubahan.	<ul style="list-style-type: none"> Memberitahu akan ada perubahan. Mengajak peserta didik autisme terlibat dalam memindahkan letak furnitur tersebut.
Hanya mau menggunakan baju bergaris dan tidak mau memakai seragam sekolah.	Keinginan akan kesamaan.	<ul style="list-style-type: none"> Menambahkan aksesoris garis-garis di seragam yang diperbolehkan. Misalnya, sapu tangan garis-garis yang di tali di pinggang.
Hanya mau belajar matematika.	Minat yang terbatas.	<ul style="list-style-type: none"> Memberikan jadwal rutinitas. Menjadikan aktivitas matematika sebagai penguat. Mengaitkan pelajaran lain dengan matematika.
Berlari bolak balik di halaman sekolah sambil bertepuk tangan saat jam istirahat.	Merasa bosan di waktu luang.	<ul style="list-style-type: none"> Jika tidak mengganggu, guru dapat membiarkan peserta didik menikmati caranya bermain. Mengganti perilaku menjadi aktivitas fisik bermakna seperti senam atau menari.
Hanya mau makan telur dan wortel.	Tidak menyukai ketidakpastian, masalah sensoris.	<ul style="list-style-type: none"> Mencari tahu penyebab hanya ingin makanan tertentu. Memberikan makanan dengan tekstur yang serupa. Membuat jadwal makanan.
Bersenandung iklan saat belajar.	Menyukai stimulus audio/suara.	<ul style="list-style-type: none"> Meminta untuk mengecilkan volume suara saat belajar. Memberikan waktu khusus di awal pembelajaran untuk bersenandung. Memberikan maksimal batas bersenandung saat belajar disertai konsekuensi.
Menata pensil saat belajar.	Menyukai keteraturan.	<ul style="list-style-type: none"> Apabila tidak mengganggu, dapat dibiarkan saja. Jika mengganggu pembelajaran, peserta didik dapat diberikan batas waktu untuk menata pensil sebelum pelajaran dimulai.
Kesulitan dengan perubahan aktivitas atau transisi aktivitas di sekolah.	Membutuhkan kepastian dan sulit menerima perubahan.	<ul style="list-style-type: none"> Membuat jadwal harian. Memberikan aba-aba mengenai perubahan. Lihat kembali Bab 6 yang membahas transisi.



Olea Melompat Lagi dan Lagi!



Gambar 7.3 Olea melompat

Pak Aren adalah wali kelas 7 di SMPLB Panjat Tinggi yang mengajar 3 orang peserta didik autis. Salah satu peserta didik di kelasnya bernama Olea. Ia berusia 14 tahun dan memiliki gangguan spektrum autis dengan hambatan intelektual ringan. Saat ini Olea sudah dapat berkomunikasi verbal dengan kata-kata sederhana dan hampir tidak pernah tantrum. Akan tetapi, ia memiliki perilaku hiperaktif dan menstimulasi diri berupa melompat-lompat.

Olea sering melompat-lompat ketika pembelajaran berlangsung. Ia juga kerap melompat ketika menghadapi situasi yang tidak disukai. Setiap Pak Aren atau guru lain menegurnya untuk berhenti melompat, ia menjadi marah dan melompat semakin tinggi. Hal ini tentunya mengganggu teman sekelas, guru yang mengajar, dan mengganggu proses pembelajaran di kelas.

Selain Olea, di kelas tersebut terdapat 2 peserta didik autis, yaitu Carica dan Citrus. Carica memiliki perilaku repetitif. Sebelum pembelajaran dimulai, Carica mengulang-ngulang lagu selamat datang di swalayan dekat rumahnya. Ia akan berhenti jika Pak Aren mengingatkannya. Lain halnya dengan Citrus, ia tidak memiliki perilaku repetitif. Namun, Citrus membutuhkan bantuan untuk menghadapi transisi antar aktivitas. Masalah tersebut sudah dapat diatasi dengan menggunakan pengatur waktu dan jadwal harian.

Pak Aren merasa ia sudah dapat mulai mengatasi masalah perilaku Carica dan Citrus. Ia kemudian memutuskan untuk menganalisis permasalahan perilaku Olea yang terangkum pada Tabel 7.4 berikut.

Tabel 7.4 Analisis Permasalahan Perilaku Olea

Nama	: Olea Laurifolia
Usia	: 14 tahun
Fase	: Fase D
Kebutuhan khusus	: Autis
Sekolah/Kelas	: SMPLB
Masalah perilaku yang ditemui	
Olea memiliki perilaku repetitif berupa melompat-lompat saat kegiatan belajar sehingga mengganggu proses pembelajaran di kelas.	
Kemungkinan Penyebab dan Fungsi Perilaku	
Merasa bosan atau menghindari aktivitas belajar yang kurang disukai.	
Potensi yang Dimiliki	
Mampu berkomunikasi verbal sederhana dan hampir tidak pernah tantrum.	
Sasaran Perilaku yang akan Diubah	
Mengurangi perilaku repetitif berupa melompat-lompat saat kegiatan belajar di kelas.	
Kebutuhan Penanganan Perilaku	
Mengembangkan perilaku positif dalam kegiatan belajar di kelas untuk menggantikan perilaku repetitif.	

Berdasarkan analisis tersebut, Pak Aren kemudian membuat rancangan penanganan perilaku untuk Olea. Simak rancangan berikut untuk melakukan penanganan pada Olea.

Rancangan Penanganan Perilaku Olea

Capaian Pembelajaran

Fase D, Peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif dan membentuk perilaku yang adaptif.

Tujuan Pembelajaran

Peserta didik mampu mengurangi perilaku repetitif saat kegiatan pembelajaran.

Alokasi Waktu

Kegiatan ini dilakukan secara terintegrasi selama pembelajaran berlangsung dan dapat pula dilakukan secara fleksibel di luar pembelajaran saat target perilaku muncul.

Persiapan

1. Guru menyiapkan penghitung waktu untuk menghitung lamanya Olea melompat-lompat tanpa ada intervensi.
2. Guru menyiapkan catatan anekdot untuk mencatat kapan, dimana dan berapa lama perilaku repetitif berulang ini muncul.
3. Guru memberikan aturan kelas secara visual.
4. Guru mengkondisikan peserta didik lain untuk mengerjakan tugas yang diberikan selagi melakukan penanganan secara individual.
5. Guru bisa membentuk sistem tutor teman sebaya di kelas untuk pelaksanaan kegiatan pembelajaran.

Langkah Pencegahan Perilaku Repetitif Saat Belajar

1. Guru membuat kesepakatan dengan Olea mengenai kapan ia boleh melompat-lompat di kelas. Olea diberi kesempatan 1 kali melompat-lompat selama 7 menit dalam 2 jam pembelajaran yang dilakukan di pojok ruangan.
2. Guru memberikan kesempatan pada Olea untuk melompat-lompat sebelum pembelajaran dimulai. Waktu melompat-lompat dapat disesuaikan dengan durasi awal sesuai pencatatan.
3. Saat istirahat, guru atau teman lainnya berupaya untuk mengajak Olea berinteraksi atau bermain hal-hal yang disukai.

Langkah-Langkah Penanganan Saat Perilaku Muncul

Saat perilaku muncul

1. Saat perilaku melompat-lompat muncul, guru mengarahkan Olea untuk melompat di pojok ruangan dan menyalakan pengatur waktu. Jika waktu telah habis, guru meminta Olea untuk kembali ke kursi.
2. Guru mengingatkan peserta didik lain untuk tetap tenang dan melanjutkan belajar.
3. Apabila Olea melompat-lompat melebihi durasi yang ditetapkan, atau perilaku menimbulkan kegaduhan yang sulit dikendalikan, guru memposisikan diri berada di depan Olea.
4. Guru memanggil Olea dan berusaha mengambil perhatiannya dengan melakukan kontak mata.
5. Guru **ikut bergabung** melompat-lompat dengan Olea sambil terus mengajaknya berinteraksi. Guru dapat memanggil namanya dan menyebutkan aktivitas kegiatan yang dilakukan "kita sedang lompat".
6. Guru terus mengikuti gerakan Olea hingga dia sudah merasa cukup melompat.
7. Guru mencatatkan durasi perilaku repetitif Olea setelah selesai.
8. Jika aktivitas melompat-lompatnya sudah mulai berkurang, secara bertahap Olea diajak untuk duduk dan ikut kembali belajar.

Catatan

1. Aktivitas bergabung (*joining*) pada poin 5 dan 6 hanya bisa dilakukan pada kegiatan atau gerakan yang tidak membahayakan atau mengganggu peserta didik, orang lain dan merusak benda.
2. Aktivitas *joining* ini bisa dilakukan sebagai alternatif penanganan selama peserta didik lain dalam kelas tersebut bisa dikondisikan. Guru bisa menerapkan tutor teman sebaya jika memungkinkan.

Asesmen Perilaku

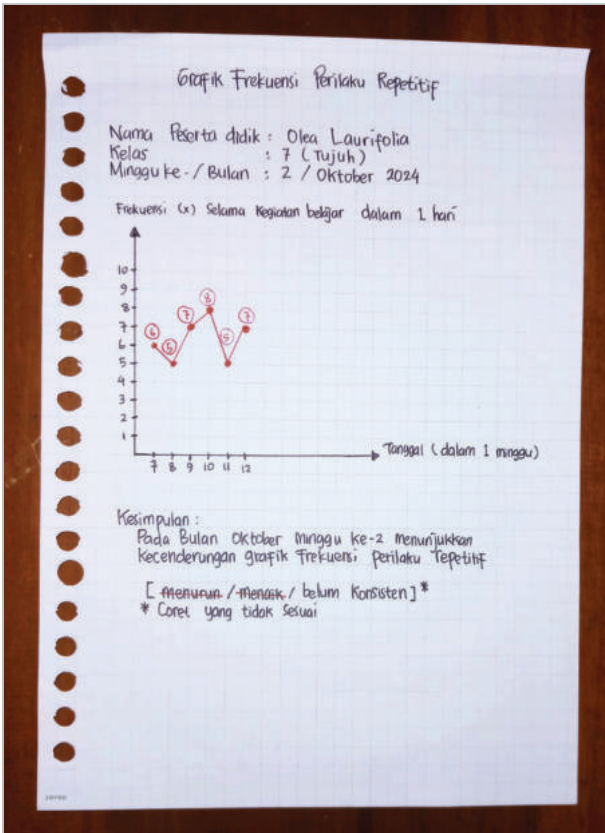
Pencatatan harian tentang frekuensi perilaku.

Tempat/ Hari/ Tanggal	Waktu	Turus (<i>Tally</i>) Perilaku	Jumlah

Pencatatan Durasi

Hari/ Tanggal	Perilaku yang Muncul	Waktu dan Tempat	Durasi (Waktu Mulai-Akhir)	Total Durasi

Guru dapat membuat grafik frekuensi atau durasi untuk membantu melihat perkembangan peserta didik autis.



Gambar 7.4 Contoh Lembar Pencatatan Grafik Frekuensi Melompat yang Disiapkan
 Sumber: Kemendikbudristek/Sera Janwati (2024)

Alternatif Kegiatan untuk Mengurangi Perilaku Repetitif

1. Olea dan Guru membuat kesepakatan aktivitas yang bisa dilakukan saat ia bosan atau kesal di tengah pembelajaran yang tidak mengganggu orang lain.
2. Melakukan aktivitas fisik sebelum belajar seperti menari, berlari, dan melakukan gerakan lainnya.
3. Memperkuat kedekatan dengan orang tua, teman dan guru dengan melakukan aktivitas menyenangkan bersama.
4. Membuat jadwal visual tentang rutinitas harian.
5. Membuat daftar aktivitas/kegiatan menyenangkan yang bisa dilakukan saat waktu luang.
6. Mengarahkan peserta didik autis untuk mengikuti aktivitas yang melibatkan gerak bermakna untuk meminimalisir waktu luang. Misalnya olahraga, bela diri, atau menari.
7. Upayakan peserta didik autis terkoneksi dengan lingkungan sekitarnya. Karena semakin peserta didik autis terkoneksi dengan lingkungannya maka akan mengurangi perilaku repetitifnya.

Remedial	<p>Apabila setelah 1 bulan peserta didik autis belum menunjukkan perubahan, berikut langkah yang bisa dilakukan.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru melakukan evaluasi untuk melihat efektivitas penanganan masalah perilaku repetitif peserta didik autis. 2. Guru melakukan berkolaborasi dengan orangtua untuk memastikan penanganan di rumah dan di sekolah sejalan.
Pengayaan	<p>Apabila peserta didik autis sudah menunjukkan perubahan, berikut langkah yang bisa dilakukan.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengarahkan peserta didik autis untuk rutin membuat jadwal harian atau <i>to do list</i> yang akan dilakukan di sekolah. 2. Guru mengarahkan peserta didik untuk melakukan aktivitas yang lebih adaptif, misalnya lompat tali saat jam olahraga dan bermain basket.

Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian atau mingguan. Berikut contoh pertanyaan yang dapat memantik refleksi guru.

- Apakah peserta didik mampu mengendalikan perilaku repetitifnya?
- Apakah program penanganan mengurangi perilaku repetitif ini cukup efektif dilakukan oleh peserta didik autis?

Inspirasi Kegiatan di Rumah Bersama Orang Tua

1. Membangun kedekatan dengan melaksanakan tugas rumah dan bermain bersama.
2. Mengupayakan seluruh anggota keluarga terlibat dalam aktivitas bersama dengan Olea.
3. Memberikan penanganan yang sejalan dengan apa yang dilakukan oleh guru di sekolah.
4. Orangtua atau saudara di rumah bisa bergantian mengajak Olea bermain bersama-sama dan secara bergantian melakukan aktivitas yang disukai oleh Olea maupun saudaranya.
5. Membuat daftar alternatif aktivitas untuk mengisi waktu luang di rumah.
6. Jika anak sudah mengenal gawai, orang tua perlu memberikan batasan yang jelas mengenai penggunaan gawai tersebut.



Trivia Tanaman dari Tamarind

“Pak, cuaca panas banget, ya! Aku haus, mau minum. Soalnya aku bukan kaktus yang menyimpan banyak air. Pak, tahu *nggak* kalau kaktus bisa hidup ratusan tahun lamanya? Ada kaktus yang hidupnya 200 tahun, loh. Terus kaktus itu bisa berbunga,” begitulah celetukan Tamarind di tengah mengerjakan tugas IPA-nya. Pak Orcinus adalah guru IPA sekaligus wali kelas Tamarind.

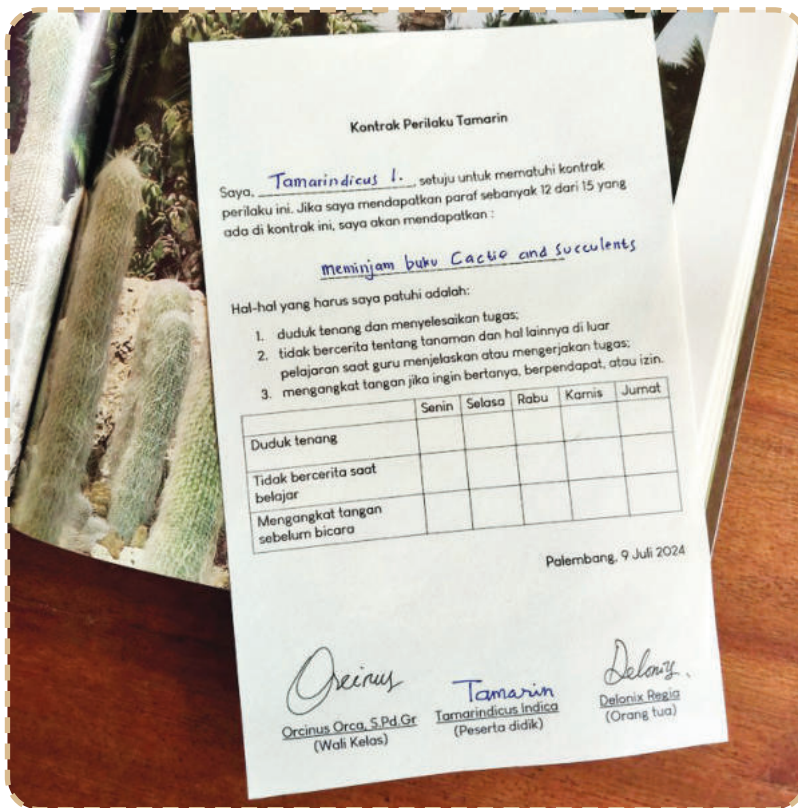


Gambar 7.5 Tamarind Mengamati Tanaman

Tamarind adalah peserta didik autis berjenis kelamin laki-laki yang duduk di kelas VII (tujuh) SMP. Selain memiliki kecerdasan di atas rerata, ia juga memiliki minat dengan tumbuhan dan biologi. Ia menyukai membaca berbagai ensiklopedia tumbuhan baik berbahasa Indonesia maupun Inggris, menonton video tentang tanaman, dan memperhatikan tumbuh-tumbuhan di sekitar. Ia hafal berbagai macam tumbuhan beserta nama latin, genus dan ciri-cirinya. Ia pun suka memetik daun untuk diselipkan di buku-bukunya.

Tamarind suka bercerita pada teman, guru, atau orang yang baru ditemuinya tentang tanaman. Hal ini membuat beberapa orang terperangah. Namun, kebiasaan ini kadang mengganggu kegiatan pembelajaran dan interaksi sosial di sekolahnya. Teman-teman Tamarind sering merasa terganggu dengan cerocosan Tamarind di tengah pembelajaran.

Semester lalu, Pak Orcinus sempat memberikan intervensi berupa kartu aturan di kelas. Namun, hal itu belum berhasil. Tamarind tampak tidak tertarik dengan stiker tanaman yang Pak Orcinus jadikan penguat. Pak Orcinus pun akhirnya membuat kontrak perilaku di awal semester dengan Tamarind. Kontrak itu ditandatangani oleh Tamarind dan Pak Orcinus.



Gambar 7.6 Kontrak Perilaku Tamarind
Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)

Kontrak tersebut bertujuan meningkatkan fokus Tamarind saat belajar dan menurunkan perilaku membagikan trivia di tengah pembelajaran. Jika Tamarind mampu menahan diri di hari tersebut, ia mendapatkan kesempatan untuk memanfaatkan waktu luangnya membaca ensiklopedia biologi. Jika ia mampu konsisten mematuhi, Pak Orcinus akan meminjamkannya ensiklopedia biologi yang belum dibacanya. Selain itu, Pak Orcinus juga melakukan *extinction* (pemunahan) dengan cara tidak mendengarkan dan mengabaikan Tamarind saat sedang memberikan trivia di waktu yang tidak tepat. Pak Orcinus juga meminta teman-teman sekelas Tamarind untuk melakukan hal serupa.

Pak Orcinus pun mendaftarkan Tamarind di klub olimpiade Biologi sekolah agar minat dan bakatnya dapat tersalurkan pada hal positif. Hal ini juga bertujuan memperluas minat Tamarind pada area Biologi yang lain. Tamarind sangat senang berada di klub tersebut.

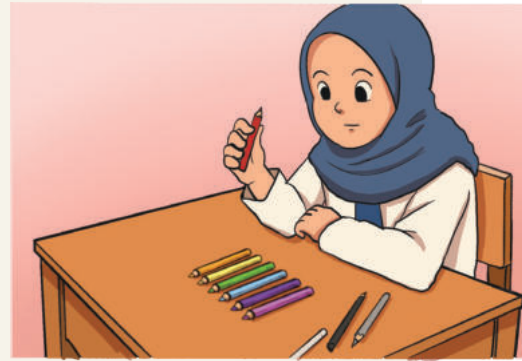
Pak Orcinus pun mengarahkan Tamarind untuk membuat video pendek soal tanaman yang diunggah di Instagram sekolah setiap minggu. Video itu berisikan trivia mengenai tanaman yang ada di sekitar. Tamarind sangat senang melakukannya karena merasa mendapatkan ruang untuk didengar tanpa mengganggu. Pengalaman Pak Orcinus memberikan kita pesan bahwa minat yang terbatas pada peserta didik autis dapat lebih bermakna jika kita arahkan.

Cerita dari Guru Lain



Persea dan Spektrum Warna

“Aahhhh!!” terdengar teriakan Persea di meja ketika temannya secara tidak sengaja menggeser jajaran krayon yang ia susun berdasarkan spektrum warna pelangi. Temannya tidak tahu bahwa Persea sengaja membuat barisan krayon itu. Tak jarang ia mengambil krayon temannya untuk sekedar melengkapi spektrum warnanya yang dirasa masih kurang. Aktivitas ini dilakukan hampir setiap hari dan dalam aktivitas belajar saat ia membuka tasnya.



Gambar 7.7 Persea menata krayon di meja

Persea sekolah di SLB Canarium kelas 8 SMPLB. Di kelasnya terdapat 7 peserta didik dengan berbagai hambatan. Bu Morinda sebagai wali kelasnya sudah cukup memahami Persea. Ia adalah peserta didik autis nonverbal yang menggunakan bantuan visual dalam beraktivitas sehari-hari.

Bu Morinda pun membuat aturan untuk mengurangi perilaku repetitif ini menggunakan bantuan visual. Informasi visual yang diberikan adalah dengan memberikan pilihan waktu untuk melakukan aktivitasnya. Sebelum memberikan pilihan waktu untuk melakukan aktivitasnya, Bu Morinda akan menyembunyikan seluruh krayon Persea termasuk milik temannya. Ia pun hanya akan memberikan krayon saat aktivitas mewarnai atau saat waktu luang.



Boleh bermain krayon

Sumber: Kemendikbudristek/
Ossy Firstanti Wardany (2024)

Saat jam istirahat

Sumber: Kemendikbudristek/
Sera Janwati (2024)



Saat bermain di rumah

Sumber: Kemendikbudristek/
Sera Janwati (2024)

Gambar 7.8 Bantuan Foto untuk Persea

Sebulan kemudian, perilaku membariskan krayon pada Persea mulai menurun. Ia terlihat mulai mengurangi kegiatan repetitifnya itu saat kegiatan belajar. Persea mulai memahami bahwa membariskan mainan hanya boleh ia lakukan ketika istirahat atau di rumah. Hal ini tentu membantunya dalam lebih fokus belajar di kelas.

Sahabat guru, dari kasus Tamarind dan Persea kita menyadari bahwa peserta didik autisme memiliki perilaku repetitif serta minat terbatas yang muncul dalam beragam bentuk. Kita perlu menyadari bahwa perilaku repetitif tersebut adalah bentuk ciri khas, stimulasi diri, dan ekspresi dari peserta didik autisme. Sebagai guru, kita tidak bisa menghilangkan secara tiba-tiba perilaku repetitif tersebut. Seperti yang dilakukan Pak Orcinus dan Bu Morinda, kita bisa mengarahkan peserta didik autisme pada aktivitas yang lebih fungsional dan membuat aturan yang jelas tentang ekspresi perilaku repetitifnya. Ajaklah peserta didik autisme untuk mencoba berbagai kegiatan baru yang dapat membantunya mengalihkan aktivitas repetitifnya menjadi kegiatan yang bermakna.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

8

Umbra di Tengah Gelap Gulita

A. Ruang Lingkup Materi

Mengatasi Kecemasan dan Ketakutan	Mengurangi Perilaku Agresif	Mengurangi Menyakiti Diri Sendiri
-----------------------------------	-----------------------------	-----------------------------------

B. Capaian Pembelajaran

Capaian pembelajaran pada fase E adalah peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif, dan membentuk perilaku yang adaptif.

C. Tujuan Pembelajaran

Berdasarkan capaian pembelajaran fase E tersebut, berikut adalah tujuan pembelajaran yang hendak dicapai.

1. Peserta didik autis mampu mengatasi kecemasan dan ketakutan.
2. Peserta didik autis mampu mengurangi perilaku agresif.
3. Peserta didik autis mampu mengurangi perilaku menyakiti diri sendiri.

D. Saran Alokasi Waktu dan Perilaku Prasyarat

1. Intervensi perilaku dapat dilakukan secara terpisah selama 1 jam pelajaran atau terintegrasi sesuai dengan kebutuhan peserta didik autis. Lamanya penanganan bergantung pada kondisi peserta didik autis.
2. Perilaku prasyarat yang dibutuhkan peserta didik autis yakni:
 - a. mulai mampu berkomunikasi baik verbal atau nonverbal (menggunakan media komunikasi alternatif),
 - b. memahami instruksi satu tahap, dan
 - c. mampu mengidentifikasi emosi dasar.

E. Materi Pokok

Sahabat guru, pada bab ini kita akan membahas mengenai cara mengatasi kecemasan, perilaku agresif, dan perilaku menyakiti diri sendiri pada peserta didik autis. Yuk, kita bahas satu per satu permasalahan tersebut!

1. Kecemasan

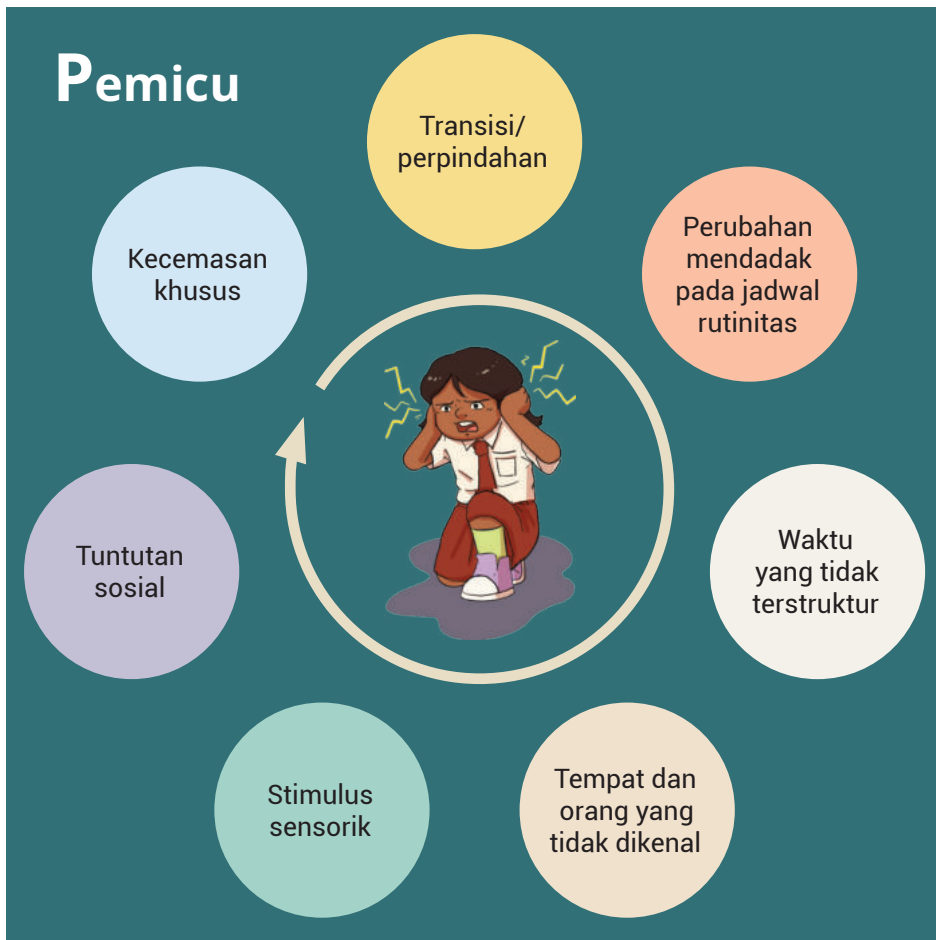
Sahabat guru, pernahkah merasa cemas? Misalnya, cemas karena besok hari pertama sekolah? Kecemasan merupakan respons umum terhadap situasi yang penuh tekanan (*stresor*) yang dialami sepanjang kita hidup. Satu sisi, kecemasan dapat membantu kita. Misalnya, kita bisa segera menyelesaikan tugas ketika mendekati tanggal pengumpulan. Namun, disisi lain, kecemasan yang berkepanjangan dan berlebihan dapat menimbulkan masalah.

Masalah kecemasan sering terjadi pada siswa autis, terutama dalam bentuk ketakutan (*fear*) dan fobia spesifik (Maskey, Lowry, Rodgers, McConachie, & Parr, 2014; Simonoff et al., 2008). Penelitian menemukan bahwa sekitar 40% peserta didik autis disertai dengan gangguan kecemasan (van Steensel, Bögels, & Perrin, 2011). Berdasarkan studi van Steensel dkk tersebut, ditemukan bahwa 30% peserta didik autis mengalami fobia spesifik, 17% persen mengalami gangguan obsesif kompulsif, dan 17% mengalami gangguan kecemasan sosial.

Hambatan komunikasi, masalah pemrosesan sensorik, gangguan fungsi eksekutif, kesulitan memahami ekspektasi sosial, dan kebutuhan akan kepastian dapat menimbulkan perasaan cemas pada peserta didik autis.



Pemicu (*trigger*) adalah sesuatu yang menyebabkan seseorang merasa tidak nyaman dalam lingkungannya, yang kemudian menimbulkan perasaan cemas dan respons perilaku (Ferguson & Cross, 2020). Peserta didik autis seringkali lebih sensitif sehingga memiliki pemicu kecemasan yang lebih banyak dan kompleks dari teman seusianya. Infografis pada Gambar 8.1 berikut menampilkan jenis dan contoh pemicu kecemasan yang sering terjadi.



Gambar 8.1 Pemicu Kecemasan pada Peserta Didik Autis
(Mazefsky & Herrington, 2014; Ferguson & Cross, 2020)

Pemicu kecemasan tersebut seringkali menimbulkan respons yang ekstrem dan mengakibatkan masalah perilaku. Kecemasan terkadang hadir dari ketakutan pada hal yang belum terjadi. Misalnya, peserta didik autis takut mengunjungi kantin yang belum pernah ia datangi. Setidaknya, terdapat 3 (tiga) jenis respons terhadap kecemasan yang dapat dilihat pada Tabel 8.1 berikut ini.

Peserta didik autis yang **menginternalisasi** kecemasan biasanya akan menunjukkan wajah pucat, berkeringat, dan gemetar.

Peserta didik autis yang **mengeksternalisasikan** kecemasan umumnya akan menjerit, agresif, atau kabur dari ruangan.

Tabel 8.1 Tiga Jenis Respons Terhadap Kecemasan

Respons	Bentuk perilaku
<i>Fight</i> (melawan)	Berteriak, memukul, atau merusak barang di sekitar.
<i>Flight</i> (terbang/kabur)	Berperilaku melarikan diri, menarik diri atau menolak berpartisipasi dalam kegiatan atau situasi yang tidak menyenangkan.
<i>Freeze</i> (membeku)	Diam, tidak bergerak atau berinteraksi dan tidak terlibat dalam aktivitas di sekitarnya. Peserta didik autis tampak menutup diri dan tidak menanggapi aktivitas dan orang di sekitarnya.

Disarikan dari Ferguson & Cross (2020)

Selain itu, **salah satu indikator kecemasan yang paling sering muncul pada peserta didik autis adalah meningkatnya perilaku repetitif**. Berkedip, menjentikkan jari, mondar-mandir, dan gerak repetitif lainnya dapat menjadi cara peserta didik autis meregulasi emosinya.

Selanjutnya, bagaimana kiat mencegah dan menangani kecemasan pada peserta didik autis? Berikut ini adalah beberapa hal yang bisa sahabat guru lakukan untuk membantu peserta didik autis dalam mencegah dan menghadapi kecemasannya.

Tabel 8.2 Pencegahan dan Penanganan pada Kecemasan yang Berlebihan

Pencegahan Kecemasan
<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan peringatan tentang transisi dan perubahan yang akan datang. 2. Menyediakan jadwal harian dan mingguan untuk meningkatkan prediktabilitas. 3. Mengintegrasikan minat yang disukai peserta didik dengan hal yang kurang disukai.

4. Mengembangkan kemampuan komunikasi fungsional.
5. Menggunakan cerita sosial, video *modelling*, foto, atau *role playing* dalam membantu peserta didik meregulasi emosi, memahami situasi baru atau hal yang membuat cemas.
6. Memberikan informasi faktual mengenai situasi yang menimbulkan rasa takut atau kecemasan.
7. Memberikan mereka kesempatan untuk memilih, misalnya memilih aktivitas pembelajaran atau makanan.

Melatih Peserta Didik Menghadapi Kecemasan

1. Mengajarkan peserta didik autis menarik napas dalam dan menghembuskan dengan perlahan setiap kecemasan datang.
2. Mengajarkan relaksasi otot jari.



Sumber: Kemendikbudristek/
Ossy Firstanti Wardany (2024)

Peserta didik autis mengepalkan tangan dan menghitung sampai lima kali.

Sumber: Kemendikbudristek/
Ossy Firstanti Wardany (2024)

Peserta didik autis membuka kepalan telapak tangan dan menghitung sampai lima kali.

3. Mengajarkan peserta didik autis melakukan *self talk* (berbicara ke diri sendiri), misalnya dengan berkata, "Tenang, tarik napas yang dalam."

4. Menetapkan area yang menenangkan di dalam kelas yang bisa digunakan untuk peserta didik autis menenangkan diri.
5. Memberikan penguatan jika peserta didik autis mampu menghadapi kecemasannya.

Sahabat guru, kita sebaiknya tidak memaksa peserta didik untuk langsung menghadapi sumber kecemasannya. Oleh karena itu, mari simak gambar berikut untuk memahami hal yang bisa kita hindari dan kita lakukan dalam menghadapi kecemasan peserta didik autis. Ilustrasi pada Gambar 8.2 berikut bisa menjadi panduan dalam mengatasi kecemasan peserta didik autis.

Lakukan [✓]

Melakukan validasi terhadap rasa takutnya lalu memberikan alternatif solusi.

“Biasanya ketika gelap kita sulit melihat sekeliling, tapi tidak apa-apa kita bisa menggunakan lilin atau senter”



Hindari [X]

Meremehkan rasa takut anak.

“Masa gelap saja takut!”



Lakukan [✓]

Bertanya pada anak tentang alasan rasa takutnya.



Melakukan konfirmasi bahwa apa yang ditakutkannya itu tidak nyata.



Hindari [X]

Selalu mengajak atau mengarahkan anak menghindari rasa takutnya.



Menjadikan ketakutan anak sebagai hukuman.





Gambar 8.2 Hal yang Boleh dan Tidak Boleh Dilakukan Guru dalam Menanggapi Kecemasan Peserta Didik Autis

Gangguan kecemasan mungkin dapat sangat mengganggu peserta didik autis dalam kehidupan sehari-hari. Guru dapat merujuk peserta didik autis ke psikolog/psikiater untuk mendapatkan penanganan yang intensif.



Gangguan kecemasan akan hal baru dapat dicegah dan dikurangi dengan memberikan informasi dan belajar menghadapi kecemasan itu. Mari simak cerita dari Andromeda yang belajar menghadapi kecemasannya!

Andromeda yang Takut Mengudara



Gambar 8.3 Andromeda di Pesawat

Andromeda adalah seorang peserta didik autis laki-laki berusia 10 tahun. Ia belum pernah naik pesawat sebelumnya. Namun, dua bulan lagi, orang tuanya akan mengajaknya liburan ke Lombok. Ia tidak menyukai suara yang kencang dan keramaian. Ia juga takut akan ketinggian. Ibu dan Ayah Andro merasa mereka perlu mempersiapkan anaknya untuk menghadapi kecemasan di bandara dan pesawat.

Setelah berkonsultasi dengan guru di sekolah, Ibu dari Andromeda pun membuat daftar hal-hal yang akan mereka lakukan. Berikut ini adalah hal-hal yang dilakukan Ibu dari Andromeda.

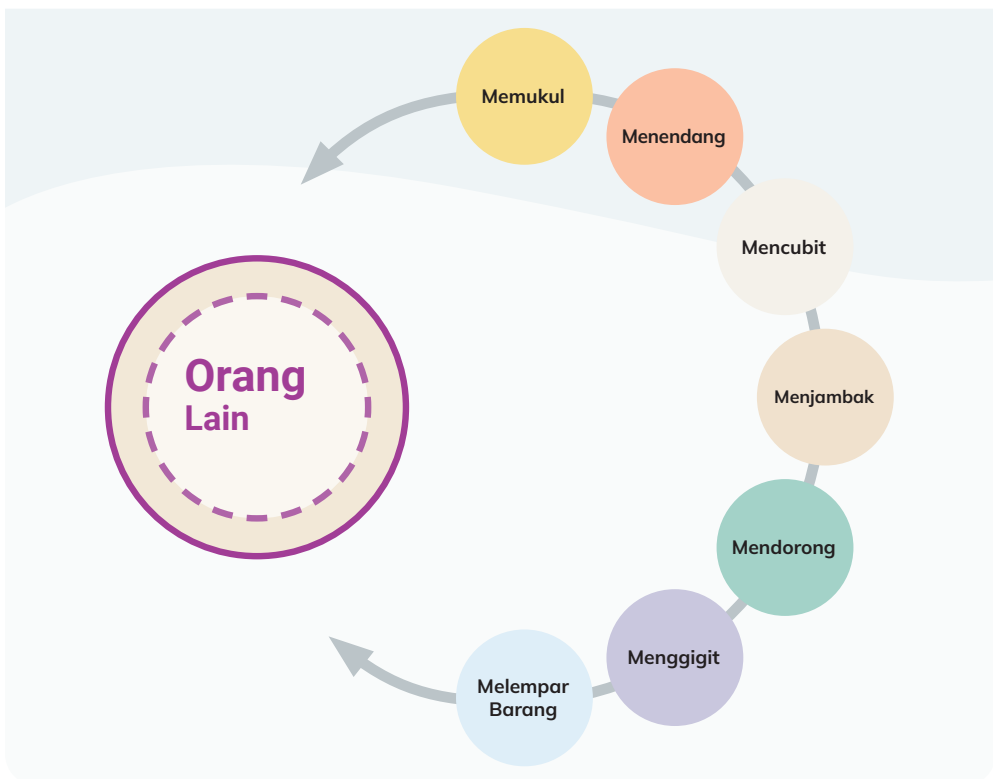
- Mengenalkan tentang pesawat terbang dari video dan foto.
- Memutar video situasi dari pintu bandara hingga masuk pesawat.
- Memutar video situasi di dalam pesawat.
- Membuat cerita sosial mengenai apa yang harus dilakukan di bandara dan pesawat.
- Memutar bunyi suara pesawat dan belajar menerima suara tersebut dengan bantuan penutup telinga.
- Melatih Andromeda cara-cara relaksasi saat cemas.

Selain membuat daftar tersebut, Ibu Andromeda juga menyiapkan penutup telinga dan penutup mata. Ia juga akan membawakan rubik kesukaannya untuk dimainkan di dalam pesawat. Ayah dan Ibu Andromeda yakin, kecemasan anaknya tidak akan hilang begitu saja. Namun, langkah-langkah yang dilakukan Ibu Andromeda ternyata berhasil mengurangi kecemasan yang dialami Andromeda.

2. Perilaku Agresif

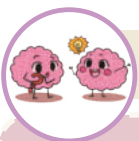
Sahabat guru, pernahkah sahabat guru menemui peserta didik autis yang sering menyerang orang lain? Salah satu masalah perilaku yang sering muncul pada peserta didik autis adalah perilaku agresif atau penyerangan. Perilaku agresif digolongkan terhadap 'perilaku fisik yang kurang pantas' dari peserta didik autis ke orang lain (Luiselli, 2009). Contoh bentuk penyerangan tersebut antara lain adalah menendang, memukul, mendorong, mencubit, dan melempar benda di sekitar. Penyerangan juga bisa berbentuk penyerangan verbal seperti memaki atau mengumpat. Terkadang, perilaku agresif dapat disertai dengan perilaku destruktif (merusak). Misalnya adalah melempar buku, membanting ponsel, atau menendang pintu.

Agresi adalah perilaku menantang yang ditujukan kepada orang lain yang menyebabkan, atau berpotensi menyebabkan, kerugian fisik atau psikologis (Lanovaz, dkk, 2017)



Gambar 8.4 Infografis Topografi Bentuk Perilaku Agresif

Perilaku agresif dapat muncul sebagai bentuk dari reaksi peserta didik autisme terhadap suatu hal. Mari simak obrolan Pak Deras dan Bu Mendung berikut untuk lebih memahami faktor pemicu dan dampak dari perilaku agresif.



Pak Deras Bertanya, Bu Mendung Menjawab

Bu Mendung, kenapa ya, beberapa peserta didik autisme suka menyerang orang lain? Misalnya, Angin suka mendorong teman yang mendekatinya tanpa sebab. Mengapa bisa begitu?



Pak Deras



Bu Mendung

Hmm... menyerang orang lain memang sering banget terjadi pada peserta didik autisme kita, ya. Namun, alasan peserta didik autisme satu dan lain dalam melakukan penyerangan bisa berbeda-beda. Pak Deras ingat tidak empat fungsi perilaku secara umum?

Hmm... mari kita ingat lagi fungsi perilaku Bu Mendung. Perilaku bisa berfungsi untuk mencari perhatian, mendapatkan sesuatu, cara kabur dari situasi yang tidak menyenangkan, atau reaksi dari input sensoris tertentu.



Pak Deras



Bu Mendung

Nah, secara umum empat hal itu lah yang menjadi tujuan peserta autisme melakukan penyerangan. Perilaku agresif yang mereka lakukan juga terkadang bentuk pertahanan diri terhadap situasi yang tidak disukai. Misalnya, ada peserta didik autisme yang melempari orang dengan spidol karena merasa tidak nyaman dengan orang baru.

Berarti kita tidak bisa tiba-tiba menyimpulkan mengapa seseorang menyerang orang lain, ya? Kita perlu mencari tahu sebab penyerangan itu. Artinya sebagai guru saya perlu meninjau perilaku tersebut biasanya terjadi kapan, karena apa, dan apa yang terjadi sebelumnya.



Pak Deras



Bu Mendung

Benar Pak Deras, kita perlu melakukan asesmen sebelum perilaku ini kita atasi. Karena perilaku tersebut dapat membahayakan diri dan orang lain. Perilaku agresif juga dapat berkembang menjadi perilaku merusak. Hal ini tentu dapat merugikan banyak orang.

Baik Bu Mendung, terima kasih sudah menjawab pertanyaan saya.



Pak Deras



Bu Mendung

Sama-sama Pak Deras.

Berdasarkan obrolan Bu Mendung dan Pak Deras tadi, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif pada peserta didik autisme perlu kita berikan penanganan. Hal ini tentunya untuk menghindari dampak yang tidak diinginkan, seperti terluka, memar, hingga rusaknya barang di sekitar. Nah, mari simak tabel berikut ini yang berisi beberapa kiat yang bisa dilakukan untuk menangani perilaku agresif.

Tabel 8.3 Kiat Mengatasi Perilaku Agresif

No.	Kemungkinan penyebab	Penanganan
1	Kesulitan atau tidak memiliki cara untuk mengkomunikasikan rasa sakit, marah, frustrasi, kecemburuan, kebingungan, kecemasan, ketidaknyamanan sensorik.	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Mengajarkan komunikasi alternatif dan augmentatif (<i>Alternative and Augmentative Communication/AAC</i>). ◦ Mencari penyebab dan mengadaptasi lingkungan untuk mencegah. ◦ Bekerja sama dengan orang tua dan merekomendasikan ke ahli untuk penanganan intensif.
2	Belum memiliki strategi untuk menenangkan diri, atau mengurangi kecemasan atau kemarahan.	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Mengajarkan relaksasi ◦ Mengajarkan regulasi emosi dan menghadapi kecemasan dan kemarahan dengan cerita sosial, video, <i>modelling</i>, dan lainnya.
3	Perilaku agresif yang dipelajari untuk mendapatkan reaksi/perhatian guru/orang tua atau untuk melarikan diri dan menghindari tugas atau situasi yang tidak menyenangkan.	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Memastikan tidak ada seorangpun di lingkungan yang memperkuat perilaku dengan memberikan perhatian atau reaksi. Gunakan kata-kata dan tatapan yang netral. ◦ Secara sederhana, kita perlu tidak memberikan apa yang diharapkan dari perilaku agresifnya. Misal, peserta didik autisme melempar pensil atau kabur dari kelas karena tidak ingin mengerjakan tugas. Guru perlu memastikan bahwa setelah ia melakukan perilaku agresif itu, ia perlu menyelesaikan tugasnya. ◦ Guru dapat meningkatkan perilaku lain yang tidak bisa dilakukan bersamaan dengan perilaku agresif dan memberikan penguatan terhadap perilaku tersebut. Misal, guru akan memberikan stiker jika peserta didik duduk tenang alih-alih melempar buku karena tidak mau mengerjakan tugas. ◦ Jika kecemasan berkaitan dengan tugas, guru perlu memastikan tugas yang diberikan sesuai dengan kemampuan peserta didik autisme.

3. Perilaku Menyakiti Diri Sendiri

Perilaku melukai diri sendiri didefinisikan sebagai perilaku yang menyebabkan cedera fisik pada tubuh seseorang. (Kahng, Hausman & Jann, 2011)

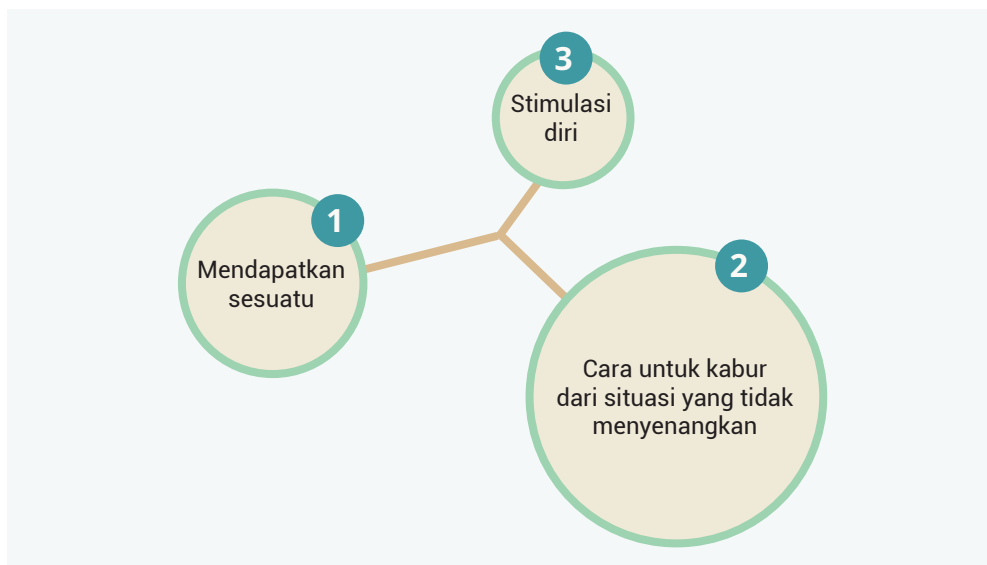
Sahabat guru, pernahkah mendapati peserta didik autis yang memukul-mukul kepala, mencubit lengan, atau membenturkan kepalanya sendiri ke dinding? Perilaku ini dapat kita sebut sebagai perilaku menyakiti diri sendiri atau *self injury behavior* (SIB). Perilaku ini lebih sering terjadi pada peserta didik autis dengan hambatan intelektual (Steenfeldt-Kristensen, Jones, & Richards, 2020). Perilaku menyakiti diri sendiri dapat menjadi permasalahan yang sangat serius karena menyebabkan peserta didik autis cedera dan membahayakan keselamatannya. Perilaku ini juga dapat mengganggu peserta didik autis untuk belajar dan memaksimalkan potensinya. Gambar 8.5 Menunjukkan contoh perilaku menyakiti diri sendiri pada peserta didik autis.



Gambar 8.5 Bentuk Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Peserta Didik Autis (Steenfeldt-Kristensen et al., 2020)

Kita mungkin bertanya-tanya, mengapa seorang peserta didik autis melakukan perilaku menyakiti diri sendiri? Perilaku menyakiti diri sendiri seringkali berkaitan dengan perilaku tantrum (*temper tantrum*) dan perilaku stereotip. Hal

ini karena gangguan komunikasi, interaksi sosial, kemandirian, permasalahan sensomotorik hingga masalah tidur dapat memicu perilaku menyakiti diri sendiri (Minshawi et al., 2014).



Gambar 8.6 Penyebab Perilaku Menyakiti Diri Sendiri.

Lantas, apa yang bisa kita lakukan sebagai guru untuk membantu peserta didik autisme dalam mengurangi perilaku menyakiti dirinya? Simak Tabel 8.4 berikut untuk mengetahui penanganan perilaku menyakiti diri sendiri berdasarkan kemungkinan penyebabnya.

Tabel 8.4 Penyebab dan Penanganan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri

No.	Kemungkinan Penyebab	Penanganan
1	Merasakan sakit (misalnya sakit kepala atau sakit gigi) yang tidak tahu cara mengkomunikasikannya.	<ul style="list-style-type: none"> • Mengobservasi peserta didik autisme dan mengkomunikasikan pada orang tua untuk mendapatkan penanganan. • Mengajarkan peserta didik autisme mengkomunikasikan rasa sakit secara verbal/non verbal.

No.	Kemungkinan Penyebab	Penanganan
2	<p>Merasa tidak nyaman dengan rangsangan sensoris (cahaya, bunyi, tekstur, bau, dsb), tetapi kesulitan untuk mengkomunikasikan secara verbal. Sehingga menyakiti diri sebagai upaya untuk 'kabur' dari situasi tersebut.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Mengurangi atau menjauhi respons yang tidak menyenangkan dalam pengaturan lingkungan. ◦ Mengajarkan peserta didik autis cara mengkomunikasikan ketidaknyamanan. ◦ Mengajarkan relaksasi dan regulasi emosi.
3	<p>Memiliki ambang rasa sakit yang tinggi. Umumnya, perilaku tersebut merupakan kebiasaan atau bentuk stimulasi diri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Mencoba untuk memberikan alternatif perilaku lain untuk mengurangi perilaku menyakiti diri sendiri. Misalnya, mencubit mainan yang lunak seperti boneka karet untuk mengganti perilaku mencubit badan.
4	<p>Hasil dari belajar bahwa jika ia menyakiti diri sendiri, ia bisa mendapatkan yang diinginkan, atau kabur dari hal yang tidak ingin dilakukan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Memastikan tidak ada orang lain di lingkungan yang memperkuat perilaku dengan memberikan perhatian atau reaksi. ◦ Menggunakan kata-kata dan tatapan yang netral ketika peristiwa tersebut terjadi. ◦ Peserta didik autis perlu diajarkan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri bukan cara yang tepat untuk berkomunikasi.

Komunikasi adalah salah satu kunci dalam menangani perilaku menyakiti diri sendiri. Terkadang, perilaku ini terjadi karena peserta didik autis sulit mengungkapkan kemauannya. Guru dapat melatih komunikasi atau menggunakan komunikasi alternatif dan augmentatif sebagai upaya dalam mencegah masalah



perilaku yang berujung pada perilaku menyakiti diri sendiri. Nah sahabat guru, mari simak cerita Alamanda berikut untuk mengetahui cara Pak Pinus membantunya menurunkan perilaku menyakiti diri sendiri.

Alamanda yang Suka Mencubit Tangan Sendiri



Gambar 8.7 Alamanda Memegang Boneka

Alamanda adalah seorang peserta didik autis kelas 5 SDLB yang senang mencubit badannya. Ia biasanya akan mencubit badannya jika waktu luang, sedang bosan, atau tidak ingin mengerjakan tugas. Pak Pinus sudah sering meminta Alamanda menghentikan aktivitas yang membuat badannya terluka. Namun, Alamanda masih saja mencubit badannya.

Pak Pinus pun mencoba memodifikasi perilaku mencubit badan Fovea dengan mengajarkan perilaku alternatif. Ia meminta Alamanda untuk mencubit boneka atau *squishy* sebagai pengganti perilaku mencubit. Awalnya, Pak Pinus mengizinkan Alamanda untuk mencubit boneka kapan saja. Namun, saat Alamanda sudah dapat beralih dari mencubit badan ke mencubit boneka, lambat laun Pak Pinus menjadwalkan kapan saja Alamanda bisa mencubit boneka. Misalnya, setelah mengerjakan tugas, saat istirahat, atau saat ia menghadapi kecemasan atau hal tidak menyenangkan.



Kita perlu mengingat bahwa perilaku menyakiti diri sendiri dapat membahayakan keselamatan peserta didik autis. Jika perilaku terlalu berat dan membahayakan, maka peserta didik autis membutuhkan penanganan dan pengobatan dari ahli seperti psikiater dan psikolog untuk mengurangi perilaku ini.

Sahabat guru, seringkali kita menemui peserta didik autis yang memiliki masalah perilaku yang disebabkan kecemasan. Bu Bulan adalah seorang guru yang memiliki peserta didik autis dengan kecemasan terhadap gelap. Nah, mari kita simak cerita Umbra dan Bu Bulan berikut untuk mengetahui penanganan yang dapat diberikan pada peserta didik autis yang cemas.

Belajar dari Kasus, Yuk!



Umbra di Tengah Gelap Gulita

“Tidak mau. Tidak gelap! Tidak gelap!” terdengar suara seorang anak perempuan merengek di bawah meja belajarnya. Bu Bulan sudah terbiasa mendengar suara itu. Itu adalah suara Umbra, peserta didik autis berusia 16 tahun dan duduk di kelas 10 SMALB Nyala Agni. Ia selalu merengek setiap lampu kelas padam karena pemadaman listrik yang tiba-tiba dari PLN. Meski siang hari, Umbra selalu memastikan semua lampu di sekitarnya menyala.



Gambar 8.8 Umbra Menangis Karena Takut Gelap

Menurut Bu Bulan, Umbra cukup bisa diarahkan dalam pembelajaran, terutama dalam keterampilan vokasional tata boga. Ia sangat cepat memahami tiga hingga empat instruksi bertahap berkaitan dengan tata boga. Namun, Umbra akan menjadi sangat cemas ketika lampu padam. Jika listrik tiba-tiba mati dan lampu tidak menyala, ia akan langsung menangis sambil menutup mata.

“Nyalakan! Lampu! Lampu!” begitu teriakan Umbra. Terkadang ia berjalan dan menemui setiap guru untuk meminta mereka menyalakan lampu. Ia juga akan mengelilingi sekolah sambil menangis. Kecemasan Umbra pada gelap cukup mengganggu pembelajarannya di sekolah. Tingkahnya pun kerap mendistraksi

teman-teman lain yang menonton Umbra berkeliling. Masalah ini pun juga terjadi di rumah. Setiap listrik padam, ia akan membuat kegaduhan.

“Umbra selalu menangis kalau lampu di rumah mati. Bahkan di kamarnya, ada tiga lampu yang menemani tidurnya. Ia juga selalu memastikan seluruh lampu di rumah menyala. Jika ada ruangan yang gelap, ia akan menghindari ruangan itu. Sayangnya, daerah kita kan sering pemadaman listrik tanpa diberitahu,” keluh ibu Umbra.

Bu Bulan menghela napas. Ia tidak bisa berbuat apa-apa saat lampu padam. Ia kini berpikir tentang bagaimana cara mengurangi kecemasan Umbra akan kegelapan ini? Bu Bulan pun mulai melakukan identifikasi masalah.

Tabel 8.5 Identifikasi Masalah

Deskripsi perilaku	: Manifestasi rasa cemas pada Umbra berupa perilaku merengek, menangis, dan menutup mata. Perilaku ini kadang diiringi dengan menemui orang-orang di sekitarnya untuk menyalakan lampu.
Kemungkinan penyebab	: Ada hubungan antara lampu padam dengan respons cemas Umbra. Ia selalu cemas setiap lampu padam dan memiliki keinginan untuk menyalakan lampu. Perilaku cemas ini disebabkan masalah pemrosesan sensoris (mengharapkan ruangan terang) dan kesulitan menerima perubahan lingkungan.
Dampak perilaku	: Perilaku Umbra ini berpengaruh pada salah satu area pengembangan perilaku yaitu perilaku yang mengganggu pelajaran .

Setelah melakukan identifikasi masalah, Bu Bulan pun melanjutkan dengan membuat profil peserta didik Umbra dalam ranah perilaku.

Tabel 8.6 **Profil Peserta Didik Umbra di Ranah Elemen Perilaku**

Nama	: Umbra
Usia	: 16 tahun
Kebutuhan khusus	: Autis
Sekolah/Kelas	: SLB Nyala Agni/10
Ranah Elemen Perilaku	
Potensi	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Memahami instruksi 3 hingga 4 tahap dengan baik. ◦ Mampu berkomunikasi verbal 2-3 kata. ◦ Memahami emosi dasar dan mampu mengungkapkan emosi sederhana. ◦ Menyukai kegiatan belajar memasak.
Hambatan	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Cemas berlebihan sebagai respons kesulitan menghadapi perubahan lingkungan berupa lampu padam.
Kebutuhan	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Umbra membutuhkan kemampuan mengelola kecemasan setiap lampu padam.

Rencana Mengatasi Kecemasan pada Umbra

Capaian pembelajaran
Peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif dan membentuk perilaku yang adaptif.
Tujuan Pembelajaran
Peserta didik mampu mengatasi kecemasan ketika menghadapi situasi yang tidak disukai (lampu padam).

Alokasi waktu

1. Penanganan kecemasan ini dilakukan secara terpisah pada 1 jam pelajaran khusus pada mata pelajaran program kebutuhan khusus. Kemudian dilanjutkan secara terintegrasi dalam kegiatan belajar lainnya setelah terlihat perubahan perilaku.
2. Pencatatan dilakukan setiap hari oleh guru pada jam pelajaran program kebutuhan khusus dan saat perilaku cemas muncul.
3. Guru melakukan evaluasi setelah 3 bulan untuk menilai efektivitas program yang dikembangkan.

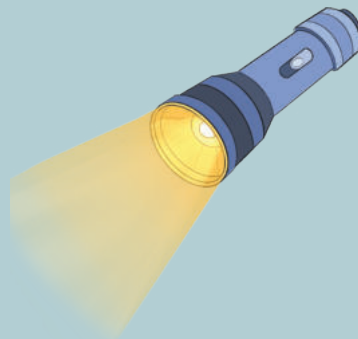
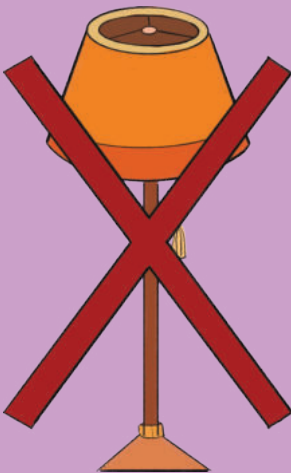
Pembelajaran Menghadapi Kecemasan Berlebihan pada Umbra

Berikut beberapa hal yang dilakukan untuk mengajarkan peserta didik autisme dalam menghadapi kecemasan.

a. Membuat Cerita Sosial Bersama Umbra

- 1) Guru menanyakan pada Umbra tentang apa yang menakutkan dari lampu yang tiba-tiba padam.
- 2) Umbra dibantu oleh guru untuk menuliskan hal-hal yang dikhawatirkan ketika lampu padam.
- 3) Umbra membuat cerita sosial bersama guru untuk mengingatkan tentang apa yang harus dilakukan saat pemicu kecemasan muncul.

Apa yang Bisa Aku Lakukan Saat Listrik Padam?



1. Aku bisa menyalakan senter yang ada di saku.



2. Aku bisa mendekati Bu Bulan atau temanku.



3. Aku akan berbicara pada diriku, "Aku tidak takut, aku akan berhitung sambil menutup mata."

Gambar 8.9 Cerita Sosial Jika Listrik Padam

Mengajarkan Umbra Cara Menghadapi Situasi Saat Lampu Padam

- 1) Umbra diberikan alat penerangan cadangan yang bisa mudah dibawa kemanapun, misalnya senter kecil yang bisa dimasukkan dalam saku atau menjadi gantungan tasnya.
- 2) Umbra diajarkan langkah menghadapi situasi lampu padam dengan kartu.



Hal yang Dicemaskan



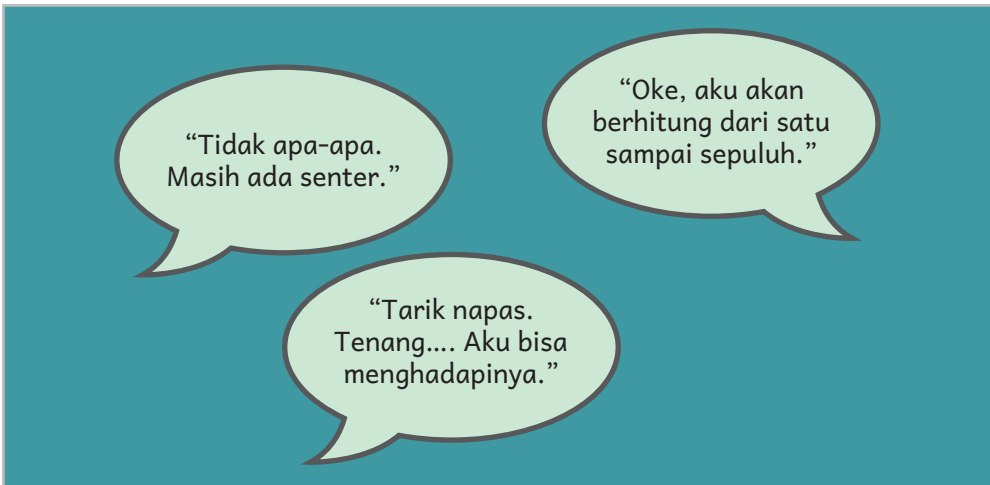
Hal yang Akan Dilakukan



Penguatan Positif Jika Bisa Melaluinya

Gambar 8.10 Kartu Menghadapi Listrik Padam

- 3) Umbra diajarkan untuk terbiasa melakukan aktivitas berbicara positif pada diri sendiri (*positive self-talk*).



Gambar 8.11 Contoh Berbicara Kepada Diri Sendiri

Latihan Menghadapi Lampu Padam dengan Mengondisikan Lingkungan

Tahap 1: Mendekatkan Secara Bertahap pada Pemicu Kecemasan

- 1) Umbra berada di kelas bersama teman-teman dan lampu kelas dalam kondisi sudah menyala.
- 2) Umbra diberikan informasi bahwa hari ini ia dan teman-teman lainnya akan berlatih aktivitas "Aku tidak takut gelap".
- 3) Guru mematikan lampu di siang hari.
- 4) Guru bertanya pada Umbra apa yang dia rasakan saat dimatikan lampunya meski siang hari.
- 5) Jika Umbra merasa sangat cemas, guru dapat menenangkan dengan berkata seperti, "Tidak apa-apa, masih terang, ini siang hari." Jika sudah cukup tenang, maka Umbra bisa diajak ke langkah selanjutnya.
- 6) Jika Umbra masih merasa sangat cemas, guru bisa terus melakukan langkah 3 dan 4 di lain waktu hingga terlihat kecemasannya berkurang dan bisa lebih beradaptasi.
- 7) Umbra diberikan penguat dengan menonton video memasak atau hal lain yang disukai.

Catatan: terus lakukan tahap 1 hingga peserta didik autisme secara bertahap mampu mengatasi kecemasannya berdasarkan penilaian hasil asesmen.

Tahap 2: Mengajarkan Regulasi Mengatasi Kecemasan

- 1) Tahap 2 bisa dilakukan setelah Umbra mampu mengikuti aktivitas di tahap 1.
- 2) Umbra diberikan informasi bahwa hari ini ia akan belajar “aku tidak takut gelap” lagi tapi di tempat yang berbeda sambil melakukan hal yang menyenangkan, misal menonton video memasak.
- 3) Umbra diajak ke ruangan dengan pencahayaan remang, misal kelas yang ada di pojokan pada siang hari dan lampu sudah dimatikan.
- 4) Umbra ditanya tentang perasaannya berada di tempat minim pencahayaan, lalu guru melakukan validasi emosi.
- 5) Umbra diajak duduk dan guru mengarahkan untuk melakukan relaksasi.
- 6) Jika kecemasan tidak kunjung berkurang, meski sudah dilakukan pendekatan ini secara berulang, guru perlu memberikan rujukan kepada orangtua untuk menemui tenaga ahli yaitu psikiater atau psikolog untuk penanganan lebih lanjut.

Langkah-Langkah yang Guru Lakukan Ketika Listrik Padam dan Kecemasan Muncul

- a. Umbra diberikan validasi emosi tentang rasa cemasnya, Misalnya, “Kamu takut, ya? Tidak apa-apa. Ada Ibu Bulan di sini, dan kita punya senter.”
- b. Umbra diberikan waktu maksimal 5 menit untuk meluapkan perasaan cemasnya. Guru menunggu hingga reaksi cemasnya berkurang.
- c. Umbra diajak duduk di kursi atau tempat yang paling nyaman.
- d. Umbra diajak untuk melakukan relaksasi.

Inspirasi Relaksasi Mengatasi Kecemasan

- Berhitung satu sampai sepuluh.
- Menarik dan mengembuskan napas perlahan.
- Mengepal dan melepaskan tangan.
- Berbicara kepada diri sendiri.
- Menutup mata sambil bernapas dalam.
- Umbra diberikan penguatan positif setelah bisa mengikuti arahan guru. Guru dapat memberikan pujian atau aktivitas yang Umbra sukai seperti menonton video memasak.

Asesmen Perilaku

Guru dapat melakukan pencatatan mengenai bagaimana respons Umbra baik saat pembelajaran menghadapi rasa takut, maupun saat listrik benar-benar terjadi. Berikut contoh asesmen yang dapat guru buat.

Tabel 8.7 Asesmen Pembelajaran Menghadapi Kecemasan

Percobaan ke-	Tahap	Skoring Kemampuan Mengelola Kecemasan				Deskripsi Respons Terhadap Situasi
		1	2	3	4	

Kriteria Penilaian

Skor	Kemampuan Mengatasi Kecemasan	Deskripsi
4	Mampu mengatasi kecemasan.	Peserta didik autis tidak menunjukkan perilaku cemas saat berhadapan dengan sumber kecemasan.
3	Mampu mengelola kecemasan.	Peserta didik autis masih menunjukkan perilaku cemas namun mampu mengendalikan sendiri.
2	Mampu mengelola kecemasan dengan bantuan orang dewasa.	Peserta didik autis masih menunjukkan perilaku cemas dan membutuhkan bantuan orang lain untuk membantu mengatasi kecemasannya.
1	Belum mampu mengelola kecemasan.	Peserta didik belum mampu beradaptasi dan masih menunjukkan perilaku cemas berlebih.

Keterangan:

- Peserta didik autis dianggap mampu mengatasi kecemasannya jika mendapatkan minimal skor 3 selama 3 kali berturut-turut.
- Penilaian ini dapat digunakan sebagai acuan guru untuk melanjutkan tahap 1 ke tahap 2.

Guru juga dapat melakukan pencatatan setiap listrik padam untuk mengetahui perkembangan perilaku peserta didik autis. Catatan tersebut dapat ditulis di buku catatan atau membuat lembar khusus seperti pada tabel 8.8 berikut.

Tabel 8.8 Pencatatan Kejadian Ketika Kecemasan Datang

Tanggal	Apakah peserta didik autis bisa mengatasi kecemasan?		Deskripsi respons terhadap situasi	Strategi penanganan yang sudah dilakukan guru
	Ya	Belum		

Alternatif Kegiatan Pembelajaran

1. Menggunakan teknik pemodelan (*modelling*) misalnya dengan video. Guru membuat video tentang bagaimana seseorang menghadapi situasi ketika listrik padam. Peserta didik autis nantinya diarahkan untuk bereaksi seperti video tersebut.
2. Jika memungkinkan, guru dapat memantau informasi mengenai pemadaman lampu di media sosial PLN sehingga membantu peserta didik autis mempersiapkan diri.
3. Guru dapat melatih peserta didik cara-cara relaksasi lainnya.
4. Peserta didik autis membuat kartu pengingat tentang cara menghadapi kecemasan.
5. Guru bisa menambahkan pencatatan grafik untuk menilai kemajuan peserta didik mengatasi kecemasannya.

Remedial

Apabila setelah 3 bulan peserta didik **belum** menunjukkan perubahan sesuai dengan target yang diharapkan, berikut hal yang dapat dilakukan oleh guru. Menganalisa kembali kemungkinan penyebab perilaku muncul. Mencari model pembelajaran lain dalam menghadapi kecemasan. Merujuk peserta didik autis pada psikolog/psikiater untuk mendapatkan penanganan lanjutan.

Pengayaan

Apabila peserta didik **sudah** menunjukkan perubahan sesuai dengan target perilaku yang diharapkan, berikut yang dapat dilakukan oleh guru.

1. Mengajak peserta didik membuat catatan tentang kecemasan tentang gelap dan bagaimana cara mengatasinya.
2. Memberikan penguatan jika peserta didik autis bisa melalui setiap situasi listrik padam dengan baik.

Refleksi

Guru dapat melakukan refleksi harian dengan mengulas hal yang terjadi di hari tersebut atau secara keseluruhan dalam jangka waktu tertentu. Berikut ini adalah beberapa pertanyaan yang dapat digunakan guru untuk berefleksi.

- Apakah saya sudah menerapkan strategi mengatasi kecemasan berlebihan yang dibuat hari ini?
- Apakah saya sudah bereaksi sesuai dengan rencana?
- Apakah saya sudah konsisten dalam menerapkan strategi?
- Adakah hal-hal yang menghambat hari ini dalam menerapkan pengurangan kecemasan Umbra?

Inspirasi Bersama Orang Tua

1. Orang tua bisa menerapkan teknik *modelling* di rumah dengan mencontohkan cara mengatasi kecemasan saat listrik padam.
2. Orang tua dan anak membuat permainan yang menyenangkan dalam kondisi cahaya redup, misalnya mainan bayangan.
3. Orang tua selalu memberikan pengingat tentang apa yang harus dilakukan ketika gelap.
4. Orang tua mengajarkan cara relaksasi untuk digunakan anak dalam menghadapi kecemasannya.

Sahabat guru, seringkali kita menemui peserta didik autis yang memiliki perilaku agresif. Salah satu peserta didik autis yang memiliki masalah perilaku agresif adalah Badai. Seperti apa bentuk perilaku agresif Badai dan bagaimana cara mengatasinya? Yuk simak cerita Pak Topan dalam menangani masalah perilaku Badai tersebut!



Kala Badai Menghantam

Jika Badai mendekat, mundurlah agar selamat!

Badai adalah seorang peserta didik baru di SMA Muson Timur yang mulai menyelenggarakan pendidikan inklusi tahun ini. Ia adalah seorang peserta didik autis yang memiliki kecerdasan normal, dapat berkomunikasi dua arah, dan menyukai segala hal tentang iklim dan cuaca. Sebelum bersekolah di sekolah umum, Badai menempuh jenjang pendidikan SD dan SMP-nya di SLB yang cukup jauh dari rumahnya.

Kegiatan belajar mengajar di SMA Muson Timur baru satu bulan berjalan. Namun, Pak Topan, wali kelas Badai, sudah menerima banyak laporan mengenai perilaku Badai. Beberapa guru melapor ia suka melempar pulpen ke arah papan tulis di tengah-tengah mengerjakan tugas. Jika tugas dirasa sulit, terutama karena bacaan yang panjang, Badai akan berbicara sendiri seperti, "Ini tidak bisa. Tidak bisa," dan berakhir dengan melempar pulpen ke papan tulis. Jika ditegur, Badai akan menghampiri orang yang menegur untuk mendorong dan memukulnya. Ia tidak peduli jika yang menegurnya adalah guru. Meski badan Badai kurus menjulang, tetapi tenaganya cukup besar untuk menghantam teman. Kemarin, ketua kelasnya menangis sesenggukan setelah dipukul oleh Badai. Hal ini disebabkan ia menegur Badai yang melempar pulpen ke papan tulis.

Gambar 8.12 Badai Tampak Frustrasi



Pak Topan juga mendapatkan laporan bahwa perilaku menyerang tersebut membuat sebagian peserta didik takut pada Badai. Tak hanya takut, beberapa peserta didik juga diketahui sengaja mengejek Badai dan menggunakan perilaku agresifnya sebagai candaan. Misalnya, saat Badai berjalan ke toilet, seorang peserta didik laki-laki berseru, "Siap-siap berlindung! Badai kejam segera datang! Selamatkan diri kita semua!"

Ejekan tersebut rupanya didengar oleh Badai. Tak lama berselang, peserta didik yang mengejek tersebut sudah terluka di bagian bibir dan hidung karena ditonjok oleh Badai. Ia berteriak, "Badai marah! Badai tidak kejam," sambil memukuli temannya. Beruntung, beberapa orang segera memisahkan mereka dan membawa Badai ke ruang BK. Bu Siklon, guru BK di sekolah Badai bertanya mengapa ia menonjok teman tersebut.

"Dia berkata Badai kejam. Kejam adalah tidak menaruh belas kasih. Badai tidak kejam. Badai punya kasih pada manusia, hewan, dan tumbuhan. Tukang ejek itu yang kejam. Tukang ejek harus mendapatkan hukuman," begitulah jawaban Badai. Setelah menasehati Badai, Bu Siklon pun menyuruh ia kembali ke kelas. Ia pun menjadwalkan bertemu Pak Topan secara khusus untuk membicarakan Badai.

Hari ini Pak Topan bertemu Bu Siklon saat istirahat di ruang BK. Sekolah mereka belum memiliki GPK (Guru Pembimbing Khusus). Namun, mereka berusaha untuk mencari cara memecahkan masalah Badai. Berbagai cara ditempuh baik dari membaca artikel jurnal ilmiah hingga bertanya dengan rekan guru yang mengajar di SLB. Keduanya pun memulai dengan mendiskusikan bentuk perilaku dan mencatat kemungkinan penyebab masalah perilaku Badai.

Hal Penting yang Diketahui Tentang Badai

1. Ia melempar pulpen jika merasa **kesulitan mengerjakan tugas.**
2. Ia melakukan agresi fisik berupa menonjok, memukul, menendang hanya kepada teman yang mengejek atau meledek sebagai bentuk **pertahanan diri.**
3. Ia melakukan agresi fisik pada orang yang menegurnya saat **sedang cemas karena kesulitan mengerjakan tugas.**
4. Badai menyukai segala hal tentang Klimatologi. Ia suka bicara tentang cuaca, iklim, atau temperatur udara.
5. Setelah melakukan penyerangan, Badai biasanya akan terengah-engah. Ia akan berkata, "Maaf," lalu lari.

Gambar 8.13 Catatan Pak Topan dan Bu Siklon

Bersama Bu Siklon, Pak Topan pun membuat sebuah lembar petunjuk dalam menghadapi perilaku Badai. Lembar ini nantinya akan dibagikan kepada guru-guru di sekolah, terutama kepada mereka yang mengajar Badai.

Petunjuk Menangani Perilaku Agresi/Penyerangan Fisik yang Dilakukan Badai Kala Senja (Peserta Didik Autis Kelas X.1)

Situasi Ketika Perilaku Penyerangan Fisik Terjadi

- Badai merasa kesulitan dengan tugas yang ia temui.
- Ada yang menegur perilakunya saat kesulitan mengerjakan tugas.
- Ada yang mengejeknya atau melemparkan lelucon mengenai nama dan perilaku sebelumnya.

Tanda-Tanda Penyerangan Fisik Akan Terjadi

- Badai mulai berbicara sendiri dan mengeluh tugas yang sulit (jika disebabkan kesulitan mengerjakan tugas).
- Badai mulai menggenggam pulpennya erat-erat.
- Badai berdiri, atau mulai berjalan mendekati pelaku yang mengejek atau menegurnya.

Tindakan Pertama Ketika Penyerangan Fisik Terjadi

- Mendekati Badai, dan berikan kartu pilihan relaksasi (kartu terdapat di laci guru).
- Peserta didik lain dapat menjauh jika penyerangan yang dilakukan membahayakan.
- Setelah Badai tenang, ia dapat diberikan pilihan aktivitas untuk dilakukan. Jika ia kesulitan karena tugasnya, ajarkan untuk mengangkat tangan dan bertanya karena sulit.

Rencana Pencegahan

- Guru memberikan diferensiasi pembelajaran termasuk tugas pada Badai. Misalnya, memberikan petunjuk tambahan, penyederhanaan soal, atau pengurangan jumlah soal yang diajarkan.
- Guru memberikan penguatan positif pada Badai jika ia bisa menyelesaikan tugas dengan baik.
- Guru mengingatkan akan cerita sosial mengenai “menghadapi ejekan” dan “saat tugasku sulit” ketika Badai mengalami hal tersebut.
- Guru melakukan kerja kelompok sebagai awal agar Badai mengerti mengenai tugas, sebelum ia mengerjakan tugas sendiri.
- Setiap guru membuat kesepakatan kelas mengenai pencegahan perundungan untuk meminimalisir ejekan dan godaan yang diterima Badai.

- Badai boleh bermain komputer untuk mencari tahu mengenai cuaca saat jam istirahat jika ia tidak melakukan agresi fisik selama belajar.
- Terdapat buku pencatatan perilaku siswa di meja, apabila Badai melakukan penyerangan fisik, guru yang ada di kelas dapat melakukan pencatatan mengenai kapan, kemungkinan penyebab, bentuk perilaku, dan hal yang terjadi setelahnya.

Lembar Pencatatan Masalah Perilaku				
Tanggal	Nama Peserta Didik	Bentuk Perilaku	Kemungkinan Penyebab	Yang Terjadi Setelah Perilaku Muncul

Gambar 8.14 Lembar Pencatatan Masalah Perilaku Peserta Didik

Dukungan Teman Sekelas

- Mengajak setiap peserta didik untuk tidak mengejek Badai.
- Membantu Badai saat ia kesulitan.
- Mengajak Badai mengerjakan tugas kelompok.
- Mengajak Badai membicarakan apa yang ia sukai saat jam istirahat.

Rencana Tanggap Jika Perilaku yang Mulai Memberi Dampak Merugikan

- Badai akan diajak untuk meninggalkan kelas atau tempat ia melakukan penyerangan.
- Badai akan dibawa ke UKS atau ruang BK untuk menenangkan diri.
- Wali kelas dan guru BK akan mendampingi Badai. Saat Badai tenang, Ia akan diminta untuk menuliskan atau menggambar alur insiden tersebut dan cara menanganinya untuk pembelajaran di kemudian hari.
- Badai diajak untuk meminta maaf kepada korban atau orang yang diserang.
- Wali kelas/guru BK akan menghubungi orang tua Badai.

Selain memberikan informasi untuk guru, Pak Topan dan Bu Siklon juga mengajarkan Badai beberapa hal di tempat terpisah. Keduanya berbagi tugas, Bu Siklon akan membuat cerita sosial bersama Badai, sedangkan Pak Topan akan mengajarkan cara relaksasi dan regulasi emosi ketika sedang cemas, panik, atau marah. Karena bisa berkomunikasi dengan baik, Pak Topan pun mengajak Badai bicara. Ia melatih Badai mengatur napas, mengingatkan untuk menghitung satu sampai sepuluh saat akan marah, serta mengepal dan melemaskan jari. Bersama Bu Siklon, Badai membuat cerita sosial dalam bentuk cerita sosial bergambar mengenai cara menghadapi ejekan dan cerita sosial cara menghadapi kesulitan saat mengerjakan tugas.

Ketika Aku Diejek

Orang mengejek ketika dia mengatakan sesuatu yang jelek tentang kita.



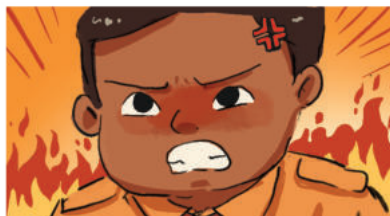
Orang mengejek ketika dia menertawakan apa yang kita punya atau lakukan.



Ketika diejek, aku merasa malu.



Ketika diejek aku bisa merasa marah.



Teman yang mengejek senang melihatku malu dan marah.



Mereka akan mengejekku lagi karena mereka ingin melihatku marah.

Apa yang harus aku lakukan saat temanku mengejekku lagi?



Menarik napas dan mengembuskan perlahan.



Tidak memukul atau melempar barang ke teman yang mengejek.



Mengabaikan atau tidak peduli dengan apa yang mereka katakan.



Berjalan menjauhi mereka.



Aku juga boleh
melaporkan pada guru.



Katakan apa yang mereka
katakan padamu.



Guru akan menegur mereka.



Jika kita tidak mau diejek, jangan
mengejek teman.



Gambar 8.15 Cerita Sosial Ketika Diejek Teman

Gambar 8.16 Cerita Sosial
Tentang Mengerjakan
Tugas

Saat aku mengerjakan tugas

Saat belajar di kelas aku kadang mendapatkan tugas. Kadang tugasku mudah. Kadang tugasku susah. Jika tugasku mudah, aku bisa mengerjakan sendiri. Saat tugasku susah, aku tidak boleh melempar alat tulis. Karena aku bisa bertanya pada guru. Caranya mengangkat tanganku. Lalu aku berkata "Saya ingin bertanya!" Aku lalu bisa bertanya ketika guru mendatangiku. Tapi aku harus sabar menunggu. Guru akan membantuku. Saat aku mengerjakan tugas, kadang jawabanku benar, kadang juga salah. Tidak apa-apa salah. Aku bisa belajar lagi. Aku bisa memperbaiki kesalahanku.



Pak Topan juga membuat kesepakatan kelas berkenaan perilaku mengejek yang dilakukan terhadap Badai. Sekolah mereka memiliki sistem poin dengan beberapa aturan yang telah berlaku. Jika ada yang mengejek Badai, Pak Topan memintanya untuk mencatat nama dan melaporkannya. Jika Badai menyerang mereka, poinnya pun akan dikurangi.



Gambar 8.17 Pak Topan berbicara di depan kelas

Ini adalah tahun pertama sekolah mereka menerima peserta didik berkebutuhan khusus. Karena itu, Pak Topan dan guru BK pun mengadakan sosialisasi *disability awareness* untuk semua peserta didik di sekolah. Beberapa peserta didik berkebutuhan khusus, termasuk Badai, diminta untuk maju dan mengungkapkan seperti apa mereka ingin diperlakukan karena mencegah masalah perilaku membutuhkan dukungan dari berbagai hal, termasuk dukungan teman-teman Badai.

Sahabat guru, sama seperti kita, terkadang peserta didik autis memiliki kecemasan dan ketakutan yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Ketakutan yang ada perlu dihadapi bukan dihindari. Oleh karena itu, kita perlu mengajari mereka cara menghadapi ketakutan dan mengelola kecemasan. Selain kecemasan, peserta didik autis kerap memiliki perilaku menyerang orang lain atau menyakiti diri sendiri. Seperti teka-teki, kita perlu mencari tahu mengapa mereka melakukan perilaku tersebut sebelum memberikan penanganan yang tepat.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA, 2024

Panduan Guru Penanganan Perilaku bagi Peserta Didik Autis
untuk SDLB, SMPLB, dan SMALB

Penulis: Ossy Firstanti Wardany, Sera Janwati
ISBN: 978-634-00-0781-7



Bab

9

Saat Meru Kehilangan Uang Saku

A. Ruang Lingkup Materi

Mengembangkan Keterampilan Manajemen Diri	Belajar Memecahkan Masalah dalam Keseharian	Mengembangkan Keterampilan Merencanakan Aktivitas dan Manajemen Waktu
---	---	---

B. Capaian Pembelajaran

Capaian Pembelajaran Fase F adalah peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif dan membentuk perilaku yang adaptif.

C. Tujuan

Berdasarkan capaian pembelajaran fase F tersebut, berikut tujuan pembelajaran yang hendak dicapai.

1. Peserta didik autis mampu mengembangkan manajemen diri (*self-management*).
2. Peserta didik autis mampu mengembangkan keterampilan memecahkan masalah (*problem solving*) dalam kehidupan sehari-hari.
3. Peserta didik autis mampu mengembangkan keterampilan perencanaan (*planning*) aktivitas dan manajemen waktu.

D. Saran Alokasi Waktu Dan Kemampuan Prasyarat

1. Kegiatan ini terintegrasi dengan pembelajaran dan aktivitas sehari-hari. Jika diperlukan waktu khusus, guru dapat mengalokasikan waktu sesuai kebutuhan.
2. Sebelum melaksanakan aktivitas ini, **peserta didik autis sudah memiliki beberapa prasyarat kemampuan berikut.**

- a. Memiliki kontak mata dan perilaku kooperatif.
- b. Mampu melakukan perilaku yang menjadi sasaran perilaku dalam manajemen diri.
- c. Memahami konsep waktu dan memiliki aktivitas rutin.
- d. Mampu mengidentifikasi kondisi tidak menyenangkan yang bisa memicu kecemasan dan ketakutan.
- e. Mampu berkomunikasi, baik verbal atau nonverbal.
- f. Mengenali emosi yang dirasakan.

E. Materi Pokok

Sahabat guru, kita menyadari bahwa salah satu tujuan pendidikan adalah kemandirian, termasuk dalam mengelola perilaku diri sendiri. Fase F merupakan fase puncak yang mengharapkan peserta didik autis dapat menyadari dan mengatur perilaku mereka sendiri secara mandiri. Oleh karena itu, materi dalam bab ini terkait dengan mengembangkan keterampilan manajemen diri, mengembangkan regulasi diri, dan memelihara perilaku positif di berbagai situasi. Yuk, kita simak bersama!

Keterampilan manajemen diri mengajarkan peserta didik autis untuk mengamati, mengukur dan mencatat perilaku, serta memodifikasi perilakunya sendiri.



1. Mengembangkan Keterampilan Manajemen Diri

Orang terbaik untuk mengatur perilaku setiap peserta didik adalah peserta didik itu sendiri (Alberto & Troutman, 2016). Oleh karena itu, manajemen diri penting diajarkan bagi peserta didik autis yang telah menunjukkan perilaku positif untuk memelihara perilaku mereka. Manajemen diri adalah serangkaian prosedur yang dapat guru ajarkan kepada peserta didik untuk mendorong perubahan perilaku mereka sendiri (Schulze, 2016). Prosedur ini dapat diberikan kepada peserta didik berkebutuhan khusus, termasuk peserta didik autis. Hal ini penting untuk diajarkan agar mereka dapat menggeneralisasi perilaku positif di berbagai setting

lingkungan (Carr et al., 2014; Wilkinson, 2008). Gambar 9.1 berikut ini menunjukkan manfaat melatih manajemen diri bagi peserta didik autisme.



Gambar 9.1 Manfaat Manajemen Diri bagi Peserta Didik Autisme (diadaptasi dari Carr et al., (2014); Schulze, (2016); Wilkinson, (2008))

Satu hal yang perlu kita ingat, prasyarat (*prerequisite*) untuk menerapkan strategi manajemen diri ini adalah kita perlu memastikan bahwa peserta didik autisme sudah mampu melakukan target perilaku.

Misalnya, kita ingin peserta didik autisme merencanakan dan memulai mengerjakan tugas dengan mandiri, kita perlu memastikan mereka sudah memiliki keterampilan mengerjakan tugas.

Schulze (2016) menjelaskan bahwa manajemen diri terdiri dari strategi pemantauan diri (*self-monitoring*), penetapan tujuan (*goal setting*), instruksi ke diri sendiri (*self-instruction*), dan membuat grafik perilaku diri sendiri (*self-graphing*). Strategi ini dapat digunakan secara terpisah maupun digabungkan. Nah, sahabat guru, berikut penjelasan dan contoh dari tiap strategi manajemen diri.

a. Pemantauan Diri (*Self Monitoring*)

Pemantauan diri merupakan strategi manajemen diri pada peserta didik autisme yang biasa digunakan untuk meningkatkan perilaku bertahan mengerjakan tugas hingga selesai dan membentuk perilaku baru lainnya (Carr et al., 2014). Pemantauan diri terdiri dari dua komponen, yaitu **pengamatan diri sendiri**

(self-observation), ketika peserta didik autisme mengamati perilakunya sendiri dan **pencatatan diri sendiri (self-recording)**, ketika peserta didik autisme menandai apakah perilaku target muncul.

Kedua komponen tersebut dilakukan untuk memantau, mencatat, dan mengevaluasi sebuah perilaku. Selanjutnya, terdapat lima (5) langkah dalam mengajarkan pemantauan diri pada peserta didik autisme menurut Schulze (2016). Mari simak 5 (lima) langkah berikut.

1) Merancang Formulir Pencatatan Pemantauan Diri

Formulir pemantauan diri yang dirancang harus mempertimbangkan jenis perilaku target, usia, dan kemampuan awal peserta didik. Misalnya, pada peserta didik autisme di kelas rendah atau belum mampu membaca lancar, lembar pemantauan bisa menggunakan gambar visual.

Sebagai contoh mari kita lihat formulir pemantauan pencatatan pemantauan diri yang dibuat seorang guru untuk peserta didik autisme bernama Rinjani. Formulir pada Gambar 9.2 tersebut diberikan guru pada Rinjani yang suka bertanya dengan berteriak di kelas. Ia harus mencatat seberapa sering ia bertanya dengan mengangkat tangan dengan menggunakan turus (*tally*). Ini membantu Rinjani untuk mengingat bahwa jika ingin bertanya, ia harus mengangkat tangan dan tanpa berteriak.



<https://buku.kemdikbud.go.id/s/A-lampiran3>

Gambar 9.2 Contoh Pencatatan Pemantauan Diri

Sumber: Kemendikbudristek/
Ossy Firstanti Wardany (2024)

A photograph of a handwritten self-monitoring form on a piece of paper. The form is filled out with red ink. It includes fields for Name, Behavior, Time, Activity, Tally, and Amount. A green pencil is visible at the bottom right of the form.

Nama	:	Rinjani		
Perilaku	:	Bertanya dengan angkat tangan		
Waktu		Aktivitas	tally	jumlah
6 Mei 2024 09.00-10.30		Mengerjakan tugas IPA	HHH 1	6

Contoh lain yang bisa dijadikan referensi ada pada Gambar 9.3 berikut. Dalam gambar, ada Sindoro yang kesulitan berkonsentrasi dan bertahan saat mengerjakan tugas. Wali kelasnya pun memberikan lembar pemantauan diri yang harus Sindoro isi setiap lima menit. Lembar ini secara tidak langsung membantu mengingatkannya untuk mengerjakan tugas.

Tanggal: 19 Agustus 2024

Namaku adalah SINDORO

Saat mengerjakan tugas, aku aku bertanya pada diriku sendiri, "Apakah aku mengerjakan tugasku dengan baik?"

Artinya:
 1) Mataku tertuju pada buku tulisku
 2) Pulpenku ada di tanganku
 3) Mulutku diam
 4) aku mengerjakan dengan tenang

Lalu aku akan melingkari "ya" jika aku melakukan dan "tidak" jika tidak melakukannya

5 menit	5 menit	5 menit	5 menit	5 menit	5 menit	5 menit
Mengerjakan tugas?	Mengerjakan tugas?	Mengerjakan tugas?	Mengerjakan tugas?	Mengerjakan tugas?	Mengerjakan tugas?	Mengerjakan tugas?
<input checked="" type="radio"/> Ya <input type="radio"/> Tidak	<input checked="" type="radio"/> Ya <input type="radio"/> Tidak	Ya <input checked="" type="radio"/> Tidak	Ya <input checked="" type="radio"/> Tidak	<input checked="" type="radio"/> Ya <input type="radio"/> Tidak	<input checked="" type="radio"/> Ya <input type="radio"/> Tidak	Ya <input checked="" type="radio"/> Tidak

Jumlah "ya" : 4 Targetku 4 ya

Gambar 9.3 Contoh Pemantauan Diri
 Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)

2) Memilih Isyarat yang Tepat

Ketika kita menggunakan pencatatan perilaku, kita dapat memberikan isyarat untuk memberi informasi mengenai waktu mulai, setiap interval, atau waktu akhir. Guru dapat menggunakan isyarat verbal atau nonverbal, pengatur waktu, atau aplikasi penghitung waktu fokus (misalnya aplikasi Podomoro, *Brain focus*, dan lainnya).

3) Mengajarkan Peserta Didik Sistem Pemantauan Diri

Guru dapat mengajarkan peserta didik autisme mengenai perilaku apa yang harus dipantau, dan bagaimana mengisi formulir pencatatan. Misalnya, bagaimana cara mengamati kemajuan diri dan mencatat diri sendiri. Saat awal, guru dan peserta didik autisme dapat sama-sama mencatat dan menyamakan untuk memberikan contoh.

4) Memeriksa Pemantauan Diri yang Dilakukan

Peserta didik autis harus mendapatkan umpan balik setelah setiap sesi pemantauan diri. Umpan balik merupakan bentuk penguatan yang dapat diberikan dalam bentuk pujian atau koreksi untuk meningkatkan perilaku. Guru juga dapat menjadikan lembar pemantauan diri ini laporan harian yang diberikan kepada orang tua. Misalnya, pada Gambar 9.4 terlihat lembar yang dibuat Bu Maninjau untuk Sinabung yang nantinya dilaporkan kepada orang tua.

Nama	Sinabung Alan		
Tanggal	10 Juli 2024		
Pelajaran: Matematika	Apakah saya mengerjakan tugas atau memperhatikan materi yang diberikan kepada saya?	<input checked="" type="radio"/> ya <input type="radio"/> tidak	
	Apakah saya mengikuti peraturan kelas?	<input checked="" type="radio"/> ya <input type="radio"/> tidak	
Pelajaran: IPAS	Apakah saya mengerjakan tugas atau memperhatikan materi yang diberikan kepada saya?	<input type="radio"/> ya <input checked="" type="radio"/> tidak	
	Apakah saya mengikuti peraturan kelas?	<input type="radio"/> ya <input checked="" type="radio"/> tidak	
Pelajaran: Bahasa Indonesia	Apakah saya mengerjakan tugas atau memperhatikan materi yang diberikan kepada saya?	<input checked="" type="radio"/> ya <input type="radio"/> tidak	
	Apakah saya mengikuti peraturan kelas?	<input checked="" type="radio"/> ya <input type="radio"/> tidak	
Pelajaran: Seni musik	Apakah saya mengerjakan tugas atau memperhatikan materi yang diberikan kepada saya?	<input checked="" type="radio"/> ya <input type="radio"/> tidak	
	Apakah saya mengikuti peraturan kelas?	<input checked="" type="radio"/> ya <input type="radio"/> tidak	
Jumlah "ya" :	<u>6</u>	Targetku <u>5</u> ya	
Tanda tangan	<u>Sinabung</u> (siswa)	<u>Maninjau</u> guru	<u>Tobz</u> orang tua

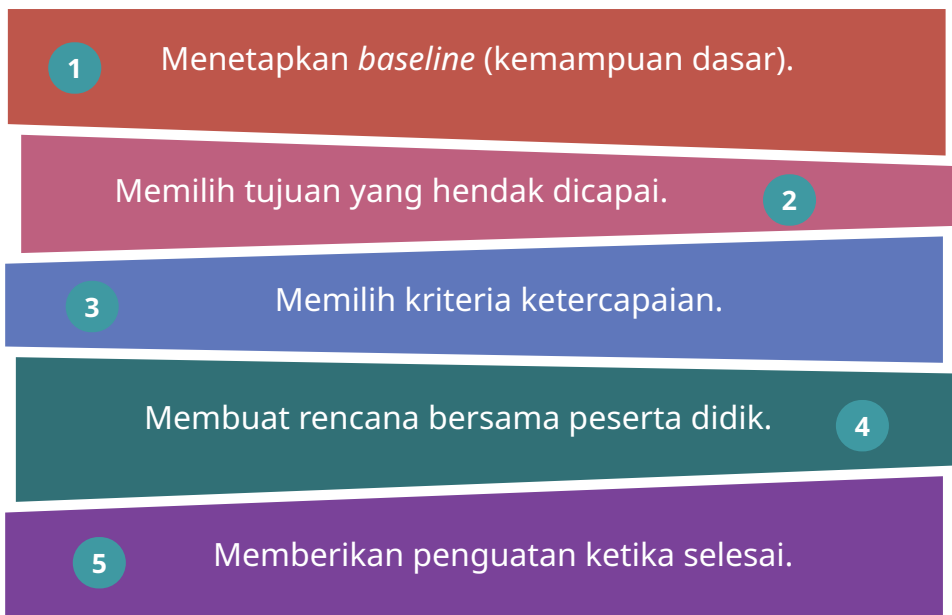
Gambar 9.4 Contoh Lembar Pemantauan Diri
Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)

5) Memudarkan Sistem Secara Perlahan

Kita tentu berharap peserta didik autis dapat memelihara perilaku yang dibangun tanpa bantuan formulir lagi. Guru dapat memudarkan lewat meningkatkan durasi atau interval waktu pencatatan. Misalnya, jika sebelumnya durasi mencatat 1 jam pelajaran, menjadi 2 jam pelajaran. Selain itu, guru dapat mengajarkan peserta didik autis untuk membuat sendiri formulir pencatatan diri.

b. Menetapkan Tujuan (*Goal Setting*)

Strategi menetapkan tujuan adalah ketika guru mengarahkan peserta didik autis untuk menetapkan target untuk perubahan perilaku. Hal ini membantu memotivasi peserta didik autis dalam mencapai tujuan.



Gambar 9.5 Langkah Menetapkan Tujuan

Nah, sahabat guru, mari simak cerita berikut untuk membantu memahami cara menetapkan tujuan pada peserta didik autis.

Lawu adalah seorang peserta didik autis kelas 5 SD yang memiliki kecerdasan normal. Berdasarkan pengamatan wali kelasnya, hampir setiap hari Lawu hanya mengerjakan setengah (50%) dari jumlah soal matematika yang diberikan. Bukan karena Lawu tidak bisa, melainkan ia tidak termotivasi menyelesaikan tugas. Pak Gemuruh pun menetapkan bahwa Lawu harus mengerjakan setidaknya 75% dari soal yang diberikan. Apabila Lawu berhasil, Pak Gemuruh akan memberikannya cap bergambar dinosaurus di lembar kerjanya.



c. Instruksi Diri (*Self Instruction*)

Strategi ini berupa meminta peserta didik autis mengucapkan secara verbal langkah-langkah atau hal yang perlu ia lakukan. Pernyataan kepada diri akan mendorong peserta didik autis dalam perubahan perilaku dan mengikuti langkah-langkah tugas. Instruksi verbal ke diri sendiri dapat berbentuk sebagai berikut.





Gambar 9.6 Bentuk dan Contoh Instruksi Diri

d. Menggambar Grafik Perilaku (*Self-Graphing/Self-Charting*)

Strategi *self-graphing* atau *self-charting* dilakukan dengan meminta peserta didik membuat grafik perilakunya secara teratur untuk memantau kemajuan perilakunya secara visual. Strategi ini adalah gabungan dari menetapkan tujuan dan pemantauan diri (Schulze, 2016). Guru juga dapat memberikan target yang menantang peserta didik autis untuk mencapainya. Namun, pastikan bahwa target yang diberikan realistis dan dapat dicapai. Sahabat guru dapat membaca cerita Bu Mendung berikut untuk melihat bagaimana praktik baik penerapan *self-graphing* pada peserta didik autis.

Kiat	Contoh
Guru dapat membantu peserta didik autis memilih penguatan, perilaku yang hendak dikuatkan, dan cara mencatat perilaku.	“Rinjani, jika kamu menyelesaikan tugas hari ini, kamu ingin mendapatkan stiker atau bermain `”

(dikembangkan dari Alberto & Troutman (2016))

2. Belajar Memecahkan Masalah dalam Keseharian



Langkah memecahkan masalah terdiri dari (1) peserta didik autis mengidentifikasi masalah; (2) mengidentifikasi kemungkinan solusi terhadap masalah tersebut; (3) dan jika solusi yang dipilih tidak efektif, peserta didik autis perlu memikirkan solusi baru.

Kemampuan memecahkan masalah (*problem solving*) perlu dimiliki setiap orang, termasuk peserta didik autis. Pemecahan masalah adalah mencari tahu apa yang harus dilakukan untuk mendapatkan apa yang diinginkan (Najdowski, 2017). **Memiliki kemampuan memecahkan masalah yang baik dapat membantu peserta didik autis dalam mengelola perilakunya.**

Pembelajaran memecahkan masalah membutuhkan beberapa keterampilan lain berupa *self awareness* (kesadaran diri), regulasi emosi, dan keterampilan sosial seperti *perspective taking* (pengambilan perspektif). Keterampilan tersebut adalah keterampilan yang terbatas dimiliki peserta didik autis dan perlu dikembangkan dan terintegrasi dengan program kebutuhan khusus interaksi sosial.

Nah, Sahabat guru, berikut ini adalah cara-cara mengajarkan memecahkan masalah untuk mengurangi permasalahan perilaku yang diadaptasi dari Najdowski (2017).

a. Menyajikan Informasi Mengenai Permasalahan yang Umum Terjadi dan Petunjuk Mengatasinya

Seberapa banyak petunjuk dan bentuk informasi yang diberikan dapat disesuaikan dengan kemampuan peserta didik autis. Informasi dapat diberikan dalam bentuk **cerita sosial (social story), tabel masalah dan solusi, video tutorial, hingga secara langsung** ketika masalah terjadi. Masalah yang dialami peserta didik autis pun dapat berupa masalah non sosial seperti hilangnya pensil, maupun sosial.

Ketika menuliskan saran solusi, berikan lebih dari dua alternatif pemecahan masalah. Berikut contoh Tabel 9.2 tentang masalah dan alternatif solusi yang bisa menjadi panduan peserta didik autis dalam menghadapi masalah sehari-hari.

Tabel 9.2 Contoh Daftar Masalah dan Saran Solusinya

Masalah	Saran Pemecahan Masalah
Pulpenku hilang saat dibutuhkan.	<ul style="list-style-type: none">◦ Memakai pensil/spidol.◦ Meminjam teman.◦ Membeli ke warung.
Tersesat	<ul style="list-style-type: none">◦ Menggunakan aplikasi peta di ponsel.◦ Menelepon orang tua/guru.◦ Bertanya pada orang.◦ Mencari pos polisi.
Ponselku tidak ditemukan.	<ul style="list-style-type: none">◦ Telusuri kembali dan ingat kembali langkah sebelumnya.◦ Lihat di tempat yang paling memungkinkan/paling sering menjadi tempat menaruh.◦ Meminjam telepon teman/orang lain untuk meneleponnya.

Masalah	Saran Pemecahan Masalah
Aku lapar, tetapi uang saku ketinggalan.	<ul style="list-style-type: none"> Meminjam uang ke teman dan membayar besoknya. Meminta makanan kepada ibu kantin dan membayarnya besok.
Diejek teman.	<ul style="list-style-type: none"> Tertawa dan menganggap itu lucu. Mengabaikan. Meledak balik.
Tidak sengaja merusakkan barang teman.	<ul style="list-style-type: none"> Meminta maaf. Memberikan barangmu untuknya. Mencoba memperbaiki. Membelikan barang baru.

b. Memberikan Lembar Kerja Pemecahan Masalah

Guru dapat membuat lembar kerja yang membantu mengidentifikasi masalah dan menemukan solusi. Guru dapat membantu dan mengarahkan peserta didik autis untuk mengisi lembar tersebut. Berikut ini adalah salah satu contoh bentuk formulir atau lembar kerja pemecahan masalah.

Gambar 9.8 Contoh Lembar Kerja Pemecahan Masalah

Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)

Contoh Lembar Kerja Pemecahan Masalah

Nama: Cassiopeia	Tanggal: 12 Maret 2024
Apa masalahku? Kotak pensilku tertinggal. Pulpenku tidak ada	
Solusi yang bisa aku coba untuk mengatasi masalah	Hal yang terjadi jika aku mencobanya
1. Membeli pulpen, pensil.	1. Uang jajan berkurang tidak makan siang
2. Meminjam Kenari (teman)	2. dipinjamkan
3.	3.
Solusi yang aku pilih: Meminjam Kenari	
Apakah berhasil? <input checked="" type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak	
<i>Jika tidak berhasil, kamu bisa mencoba cara lain hingga berhasil.</i>	
Solusi yang berhasil adalah Meminjam teman	
Apa hal yang aku pelajari dari masalah ini? Bawa kotak pensil. selalu cek tas sebelum berangkat.	

c. Mengajarkan Regulasi Emosi Diri (*Emotional Self Regulation*)


Regulasi emosi diri adalah keterampilan. Keterampilan ini dapat diajarkan setelah peserta didik autisme memahami dan mengidentifikasi emosi diri sendiri (Lihat Bab 5). Mengajarkan regulasi emosi dapat melalui gambar, video, simulasi, maupun langsung diterapkan ketika situasi tidak menyenangkan terjadi. Ketika menghadapi permasalahan, peserta didik autisme dapat diajarkan strategi *coping* (penanganan) yang dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 9.9 Infografis Langkah Mengelola Emosi Ketika Menjumpai Masalah atau Hal yang Tidak Menyenangkan

Guru juga dapat mengajarkan teknik *STAR* (*STOP, THINK, ACT, REVIEW*) bagi peserta didik autisme yang telah memiliki kesadaran emosi dan identifikasi emosi.

S	Stop (Berhenti)	Berhenti sebentar, tarik napas dalam-dalam.
T	Think (Berpikir)	Berpikir mengenai masalah, seperti, "Apa masalah yang ada, dan bagaimana menghadapinya?"
A	Act (Beraksi)	Menyelesaikan masalah sesuai dengan rencana.
R	Review (Meninjau)	Meninjau apakah langkah yang dilakukan sudah tepat, jika belum memikirkan aksi baru.



Gambar 9.10 Teknik STAR dalam Menghadapi Masalah

3. Belajar Manajemen Waktu dan Merencanakan Aktivitas

Peserta didik autis membutuhkan waktu yang jelas dalam melakukan sesuatu. Mereka juga menyukai kepastian dalam kehidupan sehari-hari. Karena itu, mereka membutuhkan jadwal rutinitas yang jelas. Peserta didik autis yang telah terbiasa diberikan jadwal dan mematuhiinya dapat mulai diajarkan keterampilan merencanakan dan mengatur aktivitasnya sendiri. Perencanaan dan manajemen waktu tidak hanya membantu peserta didik autis untuk lebih produktif, tetapi juga membantu mencegah masalah perilaku seperti kecemasan atau kesulitan memulai dan menyelesaikan tugas.

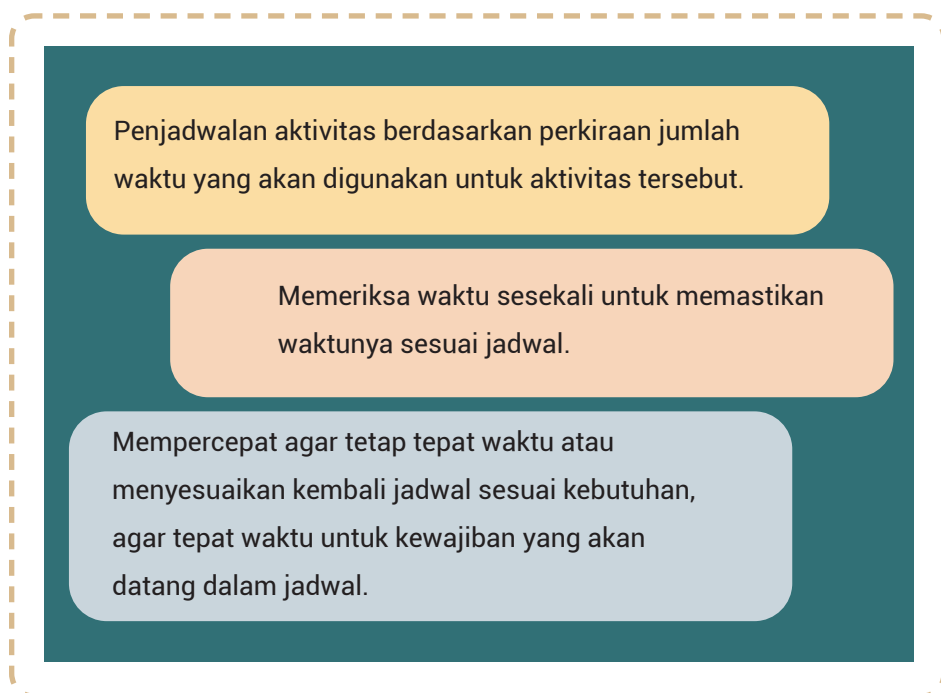
a. Belajar Manajemen Waktu

Peserta didik autis perlu diajarkan manajemen waktu agar lebih mandiri. Keterampilan ini berguna untuk membantu mereka lebih mandiri di sekolah maupun di rumah. Keterampilan ini juga akan membantu mereka dalam melanjutkan pendidikan atau bekerja.

Manajemen waktu sangat membantu peserta didik autis yang memiliki permasalahan berikut.

- Terlalu memaksakan diri dan memiliki komitmen menyelesaikan tugas secara berlebihan.
- Tidak bisa menyelesaikan tugas dengan waktu yang cukup sehingga sulit beralih ke tugas berikutnya.
- Kesulitan mempertimbangkan berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas.
- Tidak kunjung mengerjakan tugas (*off task*) di waktu yang ditentukan.

Sahabat guru, berikut adalah tiga hal yang penting dalam manajemen waktu menurut Najdowski (2017). Ketiga hal ini dapat diajarkan kepada peserta didik autis dengan mempertimbangkan kemampuan yang dimiliki. Guru dapat membantu menjadwalkan dan memantau mereka dalam belajar mengelola waktu.



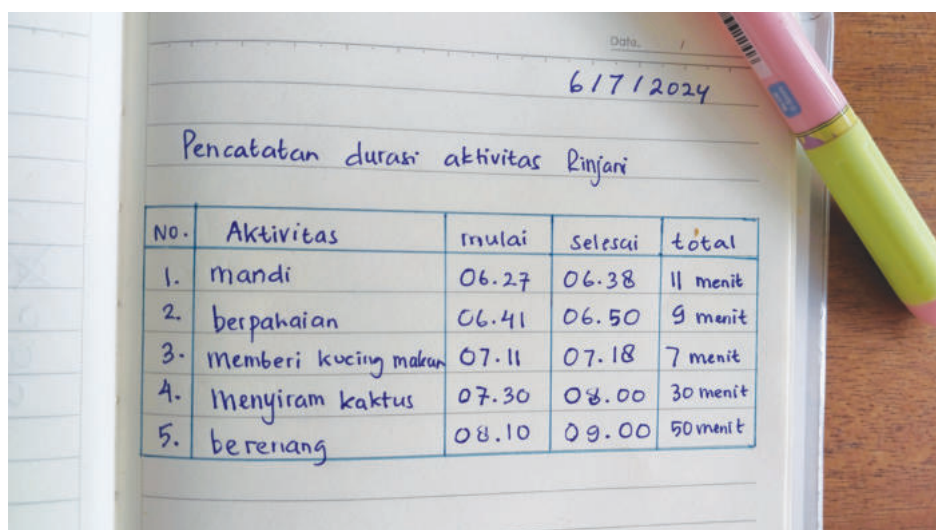
Gambar 9.11 Hal Penting dalam Manajemen Waktu

Ketika mengajarkan manajemen waktu, untuk menghindari stres yang berlebihan, guru dapat memulai dengan aktivitas yang kurang penting tetapi menyenangkan. Misalnya adalah bermain, berjalan-jalan, atau membeli

makanan di kantin. Mengajarkan manajemen waktu juga berarti mengajarkan urutan dari sebuah aktivitas. Mengadaptasi Najdowski (2017), berikut ini adalah langkah yang bisa sahabat guru lakukan untuk mengajarkan manajemen waktu kepada peserta didik autis.

1) Mengidentifikasi Durasi Waktu yang Dibutuhkan

Guru dapat meminta peserta didik autis menghitung dan mencatat waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan satu aktivitas. Misalnya, berapa waktu yang dibutuhkan Rinjani untuk mandi atau membereskan tempat tidur seperti contoh pada pencatatan durasi waktu pada gambar 9.12 berikut.



The image shows a handwritten table on lined paper. At the top right, the date '6/7/2024' is written. Below it, the title 'Pencatatan durasi aktivitas Rinjani' is written in blue ink. The table has five columns: 'No.', 'Aktivitas', 'mulai', 'selesai', and 'total'. The rows contain the following data:

No.	Aktivitas	mulai	selesai	total
1.	mandi	06.27	06.38	11 menit
2.	berpakaian	06.41	06.50	9 menit
3.	Memberi kucing makan	07.11	07.18	7 menit
4.	Menyiram kaktus	07.30	08.00	30 menit
5.	berenang	08.10	09.00	50 menit

Gambar 9.12 Contoh Identifikasi Durasi Waktu Awal
Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)

2) Memprediksi Waktu Melakukan Satu Kegiatan

Berdasarkan hasil identifikasi awal, guru dan peserta didik autis dapat membuat prediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan satu tugas atau satu aktivitas. Misalnya, berdasarkan pencatatan awal, Rinjani menyiram kaktus selama 24 menit. Maka, dalam penjadwalan nantinya, waktu yang dialokasikan untuk menyiram kaktus dapat menjadi 25 atau 30 menit.

3) **Membuat dan Mengikuti Jadwal**

Setelah memiliki informasi awal mengenai waktu yang diperlukan dalam satu aktivitas, guru dapat membantu peserta didik autis untuk membuat jadwal. Kegiatan yang menyenangkan dan kurang penting dapat diajarkan terlebih dahulu untuk menghindari kecemasan. Berikut ini adalah langkah-langkah di tahap membuat penjadwalan.

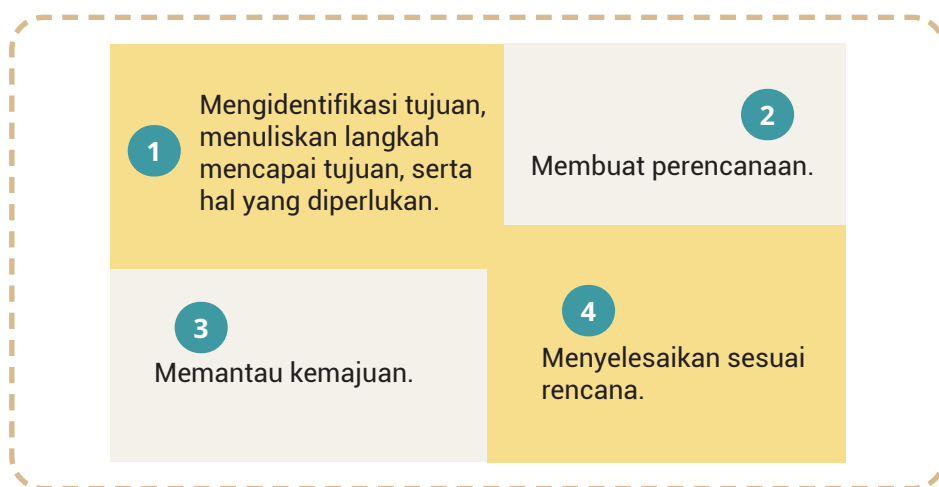
- Membuat jadwal aktivitas yang akan dilatih (dimulai dari kegiatan menyenangkan).
- Membuat *task analysis* dari penjadwalan.
- Melacak waktu dengan penghitung waktu.

4) **Membiasakan Diri Melakukan Aktivitas Sasaran**

Setelah peserta didik autis dapat merespon secara mandiri dengan jadwal kegiatan menyenangkan di awal, guru dapat mulai mengajarkan mereka mengatur waktu untuk aktivitas yang menjadi sasaran. Misalnya, peserta didik autis yang sudah dapat mengatur waktu untuk bermain lego, dapat diajarkan mengatur waktu mengerjakan PR.

b. Belajar Merencanakan Aktivitas

Peserta didik autis perlu diajarkan keterampilan merencanakan (*planning*). Keterampilan ini dapat diajarkan pada peserta didik yang telah dapat mengikuti jadwal yang dibuat guru atau orang tua, serta mulai memahami manajemen waktu. Perencanaan dapat membantu peserta didik autis dalam menyelesaikan tugas atau kegiatan sehari-hari dan memahami prioritas dalam aktivitas sehari-hari. Selanjutnya, Gambar 9.13 berikut menampilkan langkah dalam merencanakan aktivitas.



Gambar 9.13 Langkah Perencanaan dan Pelaksanaan Aktivitas

Berdasarkan gambar tersebut, perencanaan tidak hanya berisikan rencana aktivitas, tetapi juga cara memantau kemajuan tugas atau aktivitas hingga selesai. Selanjutnya, ada dua cara yang bisa sahabat guru coba untuk mengajarkan perencanaan pada peserta didik autis. Pertama, mengajarkan menggunakan formulir perencanaan. Kedua, mengajarkan membuat jurnal perencanaan. Guru dapat memilih salah satunya. Guru juga perlu untuk menyesuaikan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki peserta didik autis ketika membuat perencanaan kegiatan maupun tugas. Berikut ini adalah penjabaran dua cara tersebut.

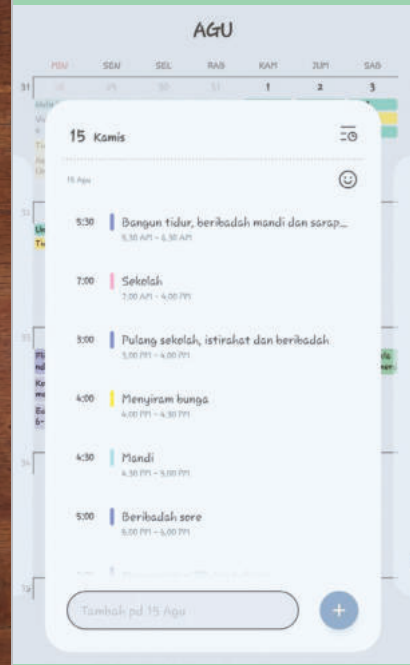
1) Mengajarkan Menggunakan Formulir Perencanaan (*Form Planning*)

Guru dapat memberikan lembar formulir perencanaan yang dapat diisi oleh peserta didik autis. Guru juga dapat mengajarkan peserta didik autis menggunakan pengatur waktu seperti *timer/stopwatch* untuk membantu mengatur waktu. Jika peserta didik autis memiliki ponsel pintar, guru dapat mengajarkan untuk menggunakan fitur penjadwalan di kalender atau aplikasi perencanaan yang dapat memberikan notifikasi suara dan visual seperti contoh pada gambar 9.14 berikut.

Contoh Perencanaan Mingguan



Contoh Perencanaan di Ponsel



Gambar 9.14 Contoh Perencanaan Aktivitas

Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)

2) Mengajarkan Membuat Jurnal Perencanaan (*Planner*)

Guru dapat mengajarkan peserta didik autisme membuat sendiri perencanaan. Hal ini termasuk perencanaan kegiatan harian, rencana mengerjakan tugas, rencana studi jangka panjang, perencanaan keuangan, dan rencana lainnya. Kegiatan ini dapat diajarkan setelah peserta didik autisme sudah terbiasa dengan formulir perencanaan. Baik secara tertulis maupun digital di ponsel, hal yang bisa guru ajarkan misalnya:

- a) di mana dan bagaimana memasukkan kegiatan ke dalam jadwal (misalnya menulis di buku, *sticky notes*, atau aplikasi di gawai);
- b) cara mengatur aktivitas berulang, seperti olahraga setiap hari Minggu atau les setiap Rabu;
- c) cara mengatur pengingat, misalnya menggunakan alarm atau fitur notifikasi kalender; dan
- d) cara menyetel alarm sesuai kebutuhan, misalnya alarm bangun tidur.



Gambar 9.15 Contoh Perencanaan Harian
Sumber: Kemendikbudristek/
Ossy Firstanti Wardany (2024)



Belajar dari Kasus, Yuk!

Saat Meru Kehilangan Uang Saku



Gambar 9.16 Meru Panik

“Tidak! Di mana uangnya? Di mana uangnya? Tidak boleh hilang,” seru Meru sambil membongkar ransel birunya. Kini semua yang ada di tasnya berpindah ke meja. Namun, ia tak juga menemukan uang sakunya. Berulang kali Meru merogoh kantung seragam, tetapi nihil hasilnya. Tersadar uang sakunya tak ditemukan, Meru mulai mondar-mandir di depan mejanya. Ia pun memukul-mukul kepalanya. Pukulannya semakin kencang. Apa yang Meru lakukan membuat Merapi, teman sebangkunya bingung.

Meru adalah seorang peserta didik autisme kelas 10 yang bersekolah di SMA. Ia tergolong dalam *high functioning autism* yang bisa berkomunikasi, sudah

mengenali emosi, dan bisa belajar secara mandiri. Namun, Meru seringkali sulit mengelola diri sendiri ketika menemui masalah. Ia akan mondar-mandir dan memukul kepala tiap menemui masalah. Beberapa kali Pak Kerinci, wali kelasnya, mendapati laporan guru mata pelajaran lain bahwa Meru sering berjalan-jalan mengelilingi kelas, melompat dan berteriak tiap menemui masalah. Tidak ada GPK di sekolah tersebut. Pak Kerinci pun mengkomunikasikan permasalahan ini pada Pak Leuser, guru BK dan Bu Welirang, guru SLB yang memiliki kerjasama dengan sekolah mereka.

Sahabat guru, berikut Tabel 9.3 mengenai analisis permasalahan perilaku yang dilakukan Pak Kerinci bersama tim.

Tabel 9.3 Analisis Masalah Perilaku Meru

Nama	: Meru
Usia	: 17 tahun
Fase	: Fase F
Kebutuhan khusus	: Autis
Sekolah/Kelas	: SMAN 131 Krakatau
Masalah Perilaku yang Ditemui	
Meru merasa frustrasi ketika menyadari uang sakunya hilang, ia cenderung menyakiti diri sendiri dan muncul perilaku mengganggu pembelajaran ketika menghadapi kondisi yang tidak sesuai pada biasanya atau yang diharapkan.	
Kemungkinan Penyebab dan Fungsi Perilaku	
Kesulitan mengontrol diri, regulasi emosi, dan berpikir tentang solusi yang bisa dilakukan jika uang saku hilang. Perilaku mengulang-ngulang kalimat, berteriak, melompat dan berkeliling di kelas merupakan manifestasi dari rasa frustasinya saat menghadapi masalah .	
Potensi yang Dimiliki	
Tidak disertai dengan hambatan intelektual, mampu berkomunikasi verbal dengan cukup baik, sudah mengenali emosi, dan bisa belajar secara mandiri.	

Sasaran Perilaku yang Akan Diubah

Menurunkan perilaku memukul kepala berupa berteriak, melompat dan berkeliling kelas saat menemui masalah.

Kebutuhan Penanganan Perilaku

Mengembangkan keterampilan memecahkan masalah ketika menghadapi kondisi tidak sesuai.

Setelah melakukan analisis perilaku, Pak Kerinci bersama Pak Leuser dan Bu Welirang membuat poin-poin panduan pemecahan yang akan diisi oleh Meru sebagai arahan untuk menurunkan manifestasi perilaku yang kurang sesuai akibat masalah yang belum teratasi olehnya.

Rancangan Penanganan Perilaku

Capaian Pembelajaran

Peserta didik mampu menahan diri untuk tidak tantrum ketika ada stimulus lingkungan yang tidak disukai, mengurangi perilaku maladaptif dan membentuk perilaku yang adaptif.

Tujuan Pembelajaran

Peserta didik autis mampu meregulasi emosi dan memecahkan masalah ketika ada peristiwa tidak terduga atau tidak menyenangkan.

Alokasi Waktu

Kegiatan ini dapat dilakukan secara terintegrasi dalam setiap kegiatan belajar setelah guru memberikan bimbingan untuk membuat panduan pemecahan masalah pada jam pelajaran terpisah sebelum terintegrasi. Jumlah pertemuan terpisah menyesuaikan.

Persiapan Belajar

- a. Guru (wali kelas) menyiapkan formulir panduan pemecahan masalah peserta didik autistic.
- b. Guru menyiapkan buku khusus untuk mencatat daftar masalah dan pemecahan masalah peserta didik autistic.
- c. Guru berkoordinasi dengan guru BK (Bimbingan Konseling) atau koordinator inklusi (jika ada) dan teman sebangku serta ketua kelasnya sebagai untukantisipasi masalah yang akan datang.

Strategi Pencegahan Mengajarkan Peserta Didik Autis Memecahkan Masalah

Kegiatan ini dilakukan di luar jam pelajaran dan dapat dilakukan oleh wali kelas bersama guru BK/GPK.

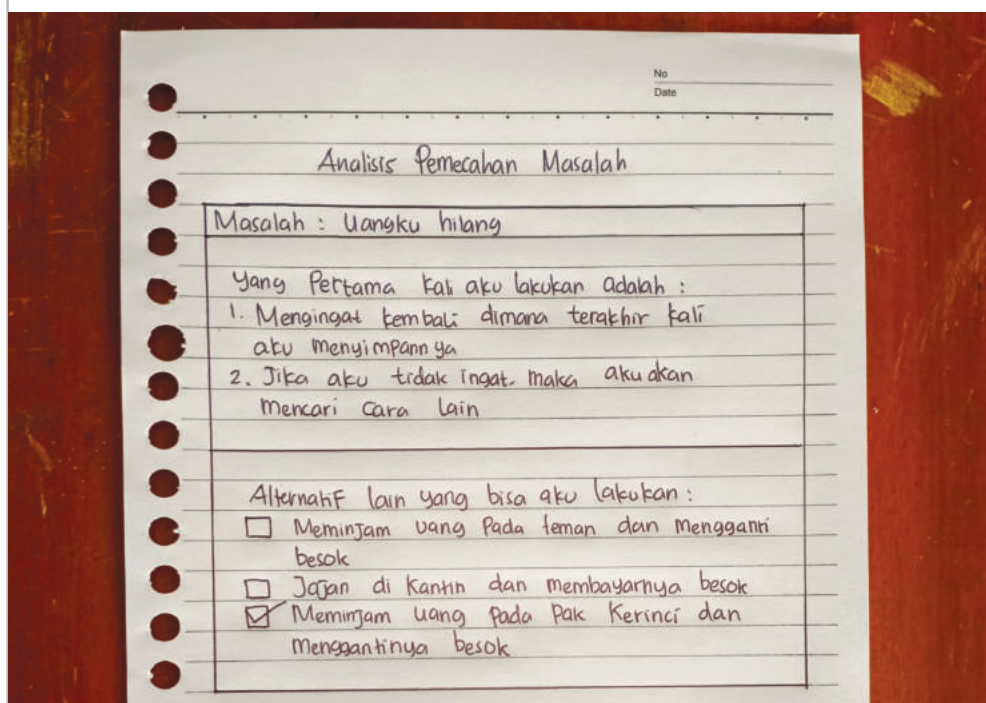
- a. Meru diarahkan duduk di kursi.
- b. Meru diberikan formulir pemecahan masalah, lalu mencatat (bisa sambil bercerita) beberapa poin di bawah ini.
 - Apa saja kejadian yang membuatku frustrasi/kesal?
 - Mengapa peristiwa tersebut membuatku frustrasi/kesal?
 - Apa yang bisa aku lakukan untuk mengurangi rasa frustrasiku?
 - Apa yang boleh dan tidak boleh aku lakukan untuk mengurangi rasa frustrasiku?
 - Apa yang harus aku lakukan untuk menyelesaikan masalahku?
 - Bagaimana cara meminta bantuan?
- c. Meru diarahkan untuk mencatat dalam jurnal hariannya tentang masalah-masalah yang ia temui dan solusi yang pernah dilakukan beserta alternatifnya. Guru juga dapat mengarahkan pada masalah yang kemungkinan bisa terjadi.

No	Masalah yang ditemui sehari hari	Solusi
1		
2		
dst		

- d. Meru dapat diberikan formulir analisis pemecahan masalah yang masih kosong. Guru dapat memandu mereka bagaimana cara mengisi dan kapan menggunakannya.

Strategi Regulasi Emosi dan Memecahkan Masalah Saat Permasalahan Muncul

- Meru diberikan arahan agar duduk dan bersikap tenang. Guru mengajak untuk melakukan relaksasi sejenak misal dengan bernapas perlahan sambil berhitung.
- Meru diberikan validasi emosi oleh guru seperti, "Meru merasa kesal karena uang hilang? baiklah tidak apa-apa. Ayo kita cari solusinya!
- Setelah tenang, Meru diarahkan untuk menganalisa masalahnya dengan membuka tabel pencatatan yang pernah dituliskan sebelumnya.
- Meru dipandu untuk melihat beberapa alternatif solusi yang bisa digunakan.
- Meru dipandu untuk memilih salah satu alternatif solusi pemecahan masalah uang saku hilang.
- Jika masalah tersebut tidak ada pada buku catatan Meru, guru dapat mengarahkan Meru untuk mengisi lembar kerja analisis pemecahan masalah.



Gambar 9.17 Contoh analisis Masalah yang Dilakukan Meru

Sumber: Kemendikbudristek/Sera Janwati (2024)

- Setelah Meru memilih alternatif solusi, guru mengingatkan Meru untuk bersikap tenang dan melakukan percakapan positif pada diri sendiri (self-talk) bahwa dia bisa menyelesaikan masalahnya.

Catatan penting

Guru (wali kelas) perlu melibatkan teman sebaya. Misalnya dengan memberikan arahan pada teman sebangku dan ketua kelas untuk membantu Meru saat menyelesaikan masalahnya.

Strategi Panduan Pemecahan Masalah Melibatkan Teman Sebaya

- a. Guru memberikan pemahaman tentang perilaku peserta didik autis, terutama pada teman sebangkunya dan ketua kelas.
- b. Guru memberikan panduan kepada teman kelas tentang kemungkinan perilaku dan bagaimana membantunya. Guru dapat memilih ketua kelas/teman sebangku untuk menjadi tutor sebaya bagi Meru. Berikut panduan untuk tutor teman sebaya.
 - 1) Ketika ada peristiwa yang membuat Meru merasa cemas atau frustrasi, teman dapat memberikan pilihan tempat untuk menenangkan diri (bisa dengan berganti posisi atau berpindah ke tempat yang lebih aman).
 - 2) Teman dapat memberikan Meru waktu untuk menenangkan diri. Teman bisa memberikan prompt seperti, "Ayo tarik napas yang dalam dulu," atau, "Mari kita hitung satu sampai sepuluh!"
 - 3) Teman dapat mengarahkan atau membantu Meru membuka panduan pemecahan dan mencari catatan tentang apa yang harus dilakukan pada panduan yang sudah dibuat.
 - 4) Jika Meru sudah cukup memahami panduan pemecahan masalah yang sudah dibuat, temannya hanya mengingatkan.
 - 5) Jika belum tercatat dalam panduan, temannya memberikan bantuan dengan mengarahkan pemecahan masalah atau langsung memberikan pilihan solusi.
- c. Jika teman masih kesulitan membantu Meru, maka teman dapat membantu Meru untuk bertemu dengan wali kelas atau pergi ke ruang BK.

Asesmen Perilaku

Guru dapat melakukan asesmen dengan membuat catatan apa yang dilakukan Meru ketika menghadapi masalah. Hal ini dapat membantu guru.

Catatan Anekdote Kemampuan Menyelesaikan Masalah

Nama Peserta Didik : Meru
Kelas : 11 SMA Gunung Tinggi
Nama Guru : Kerinci

Hari/ tanggal	Waktu	Tempat	Peristiwa dan perilaku yang muncul	Penyelesaian masalah	Evaluasi dan Rekomendasi

Alternatif Kegiatan Pembelajaran

- Guru dapat membuat kumpulan cerita sosial mengenai permasalahan dan solusinya.
- Guru mengarahkan peserta didik autis untuk membuat kata-kata positif pada diri sendiri seperti "Tidak apa-apa, semuanya baik-baik saja" atau "Aku harus tenang, aku bisa,".
- Guru dapat melatih cara-cara relaksasi dan regulasi emosi.
- Guru mengarahkan peserta didik autis untuk belajar teknik relaksasi ketika merasa frustrasi dengan menonton video di Youtube.

Remedial

Apabila setelah 1 bulan peserta didik autis **belum** menunjukkan perubahan, berikut langkah yang bisa dilakukan.

- a. Guru melakukan evaluasi untuk melihat kemungkinan penyebab panduan pemecahan masalah ini belum berhasil menurunkan frustrasi peserta didik autis.
- b. Guru menggali informasi dari orangtua tentang pemecahan masalah Meru di rumah.

Pengayaan

Apabila peserta didik **sudah** menunjukkan perubahan, berikut langkah yang bisa dilakukan.

- a. Guru mengarahkan peserta didik agar rutin membuat jurnal harian tentang berbagai kejadian yang terjadi serta emosi yang dirasakan.
- b. Guru memberikan penguatan positif apabila peserta didik autis ketika ia dapat mengatasi masalah.

Refleksi

Refleksi untuk Guru

Guru dapat melakukan refleksi setiap peserta didik autis menghadapi masalah dan menyelesaikannya.

- Apakah saya sudah memandu peserta didik autis menyelesaikan masalah dengan baik hari ini?
- Adakah hal-hal yang menghambat peserta didik memecahkan masalah untuk dirinya sendiri?

Refleksi untuk Peserta Didik Autis

Dalam fase ini peserta didik sudah diarahkan untuk melakukan pemantauan diri secara mandiri. Maka berikut refleksi yang bisa ditanyakan pada peserta didik tentang kemampuan menyelesaikan masalah

- Apakah saya sudah bisa cukup tenang menghadapi masalah?
- Apakah saya sudah cukup mengenali hal-hal apa saja yang membuat saya frustrasi?
- Apakah saya bisa menyelesaikan masalah yang saya temui?

Inspirasi Kegiatan di Rumah Bersama Orang Tua

- Orang tua melibatkan peserta didik autis dalam pemecahan masalah sederhana di rumah, contohnya bagaimana cara anak menyelesaikan masalah ketika akan memasak tetapi gas habis?
- Orang tua mengarahkan peserta didik autis untuk rutin melakukan teknik relaksasi setiap masalah datang.
- Orang tua memandu peserta didik autis untuk memilih solusi ketika menjumpai permasalahan. Peserta didik autis juga dapat membuat daftar masalah dan solusi yang mungkin terjadi di rumah atau tempat lain.

Sahabat guru, pernahkah menjumpai peserta didik yang kesulitan dalam mengorganisir tugasnya? Bagaimana cara guru mengatasinya? Melalui cerita Serayu, mari ikuti perjalanan Pak Prau membantu Serayu mengatasi permasalahannya.



Belajar dari Kasus, Yuk!

Serayu dan Rencana Tiap Minggu

“Serayu menangis karena lupa mengerjakan PR Matematikanya.”

“Ia juga menangis karena tidak membawa gunting dan kertas untuk prakarya.”

“Kemarin ia ulangan IPS sambil menangis. Katanya ia tidak tahu bahwa ada ulangan hari ini. Nilainya sih bagus, tapi sepanjang mengerjakan ia terisak pelan-pelan.”



Gambar 9.18 Serayu Menangis di Meja

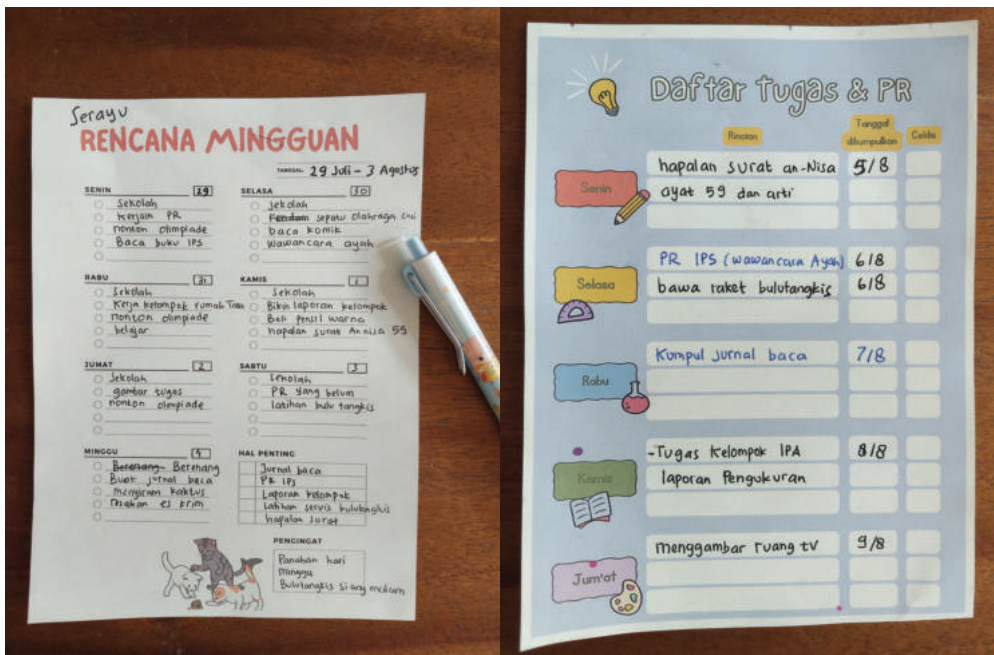
Begitulah laporan guru-guru kepada wali kelas Serayu, Pak Prau. Serayu adalah seorang peserta didik autisme dengan kecerdasan normal yang duduk di kelas VII SMP. Ia memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik, dapat mengikuti instruksi, dan mampu mengikuti kegiatan belajar di kelas dengan baik. Namun, transisi dari SD ke SMP yang menuntutnya untuk mandiri membuat Serayu kesulitan. Saat ini, tidak ada yang mengingatkannya tentang PR, tugas, atau jadwal penting lainnya. Terlebih, sekolah mereka tidak memiliki GPK. Setelah berpikir sejenak, Pak Prau pun memanggil orang tua Serayu ke sekolah keesokan harinya.

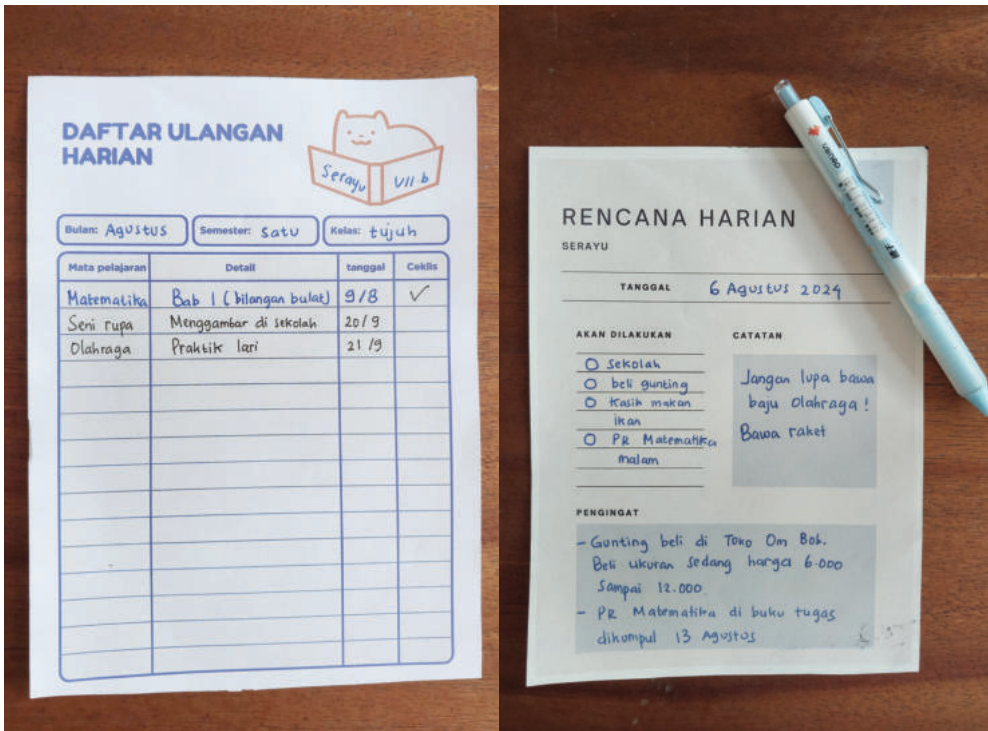
“Memang Serayu sering pulang dengan menangis. Sepertinya, karena tidak ada yang mengingatkan akan PR, tugas, atau apa yang dibawa. Kira-kira apa yang bisa kita lakukan untuk membantunya?” begitulah tanggapan Pak Tidar, ayah dari Serayu.

“Saya melihat Serayu memiliki kemampuan yang baik dalam akademik, termasuk menulis. Saya terpikir untuk mengajarkannya mencatat di sebuah buku atau jurnal. Jika memungkinkan, Serayu juga bisa menggunakan HP-nya untuk mencatat atau membuat pengingat akan tugas-tugasnya.”

Ayah Serayu setuju. Pak Tidar pun membuat daftar apa saja yang perlu ada di jurnal Serayu beserta contohnya. Seperti rencana mingguan, rencana aktivitas harian, daftar tugas dan PR serta ulangan, dan hal penting/pengingat.

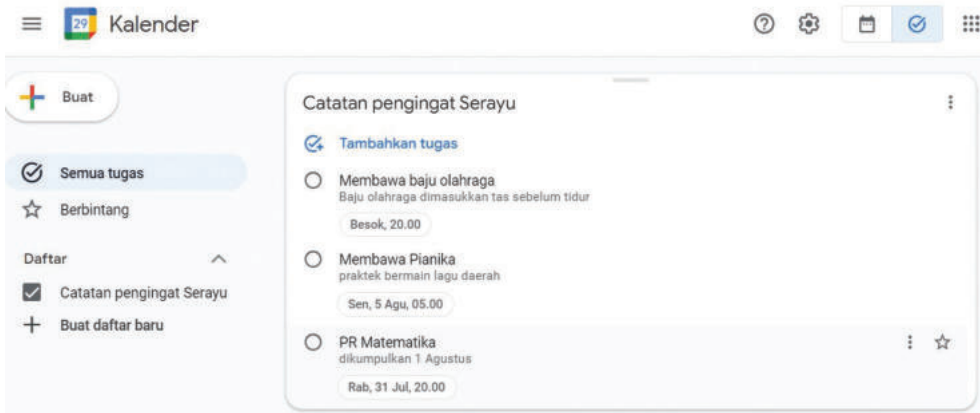
Sepulang dari sekolah, Ayah Serayu menceritakan obrolan dengan wali kelas kepada Maitara, kakak Serayu yang duduk di kelas 11 SMA. Ia pun mengajak Serayu membuat lembar pencatatan di komputer. Setelah dicetak, Kak Maitara mencontohkan Serayu cara mengisinya.





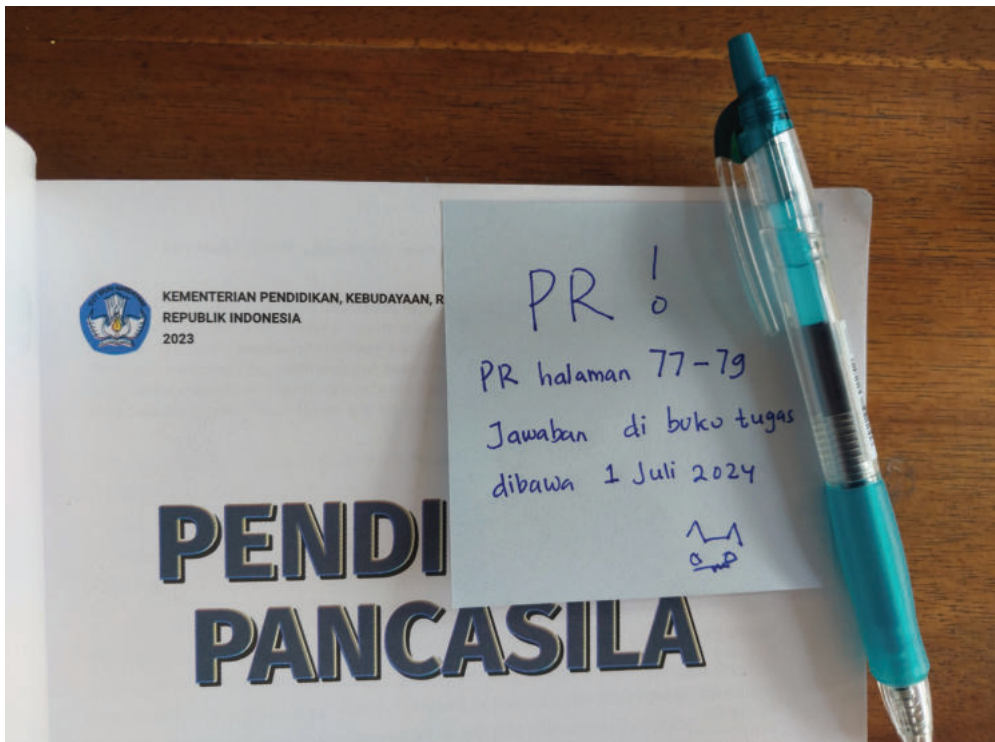
Gambar 9.19 Lembar Manajemen Diri Milik Serayu
 Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)

Kak Maitara pun mengajarkan Serayu menggunakan fitur kalender dan pengingat di ponsel. Hal ini membantu Serayu dalam mengingat tugas maupun barang yang perlu dibawa.



Gambar 9.20 Tangkapan Layar Berupa Contoh Catatan Pengingat di Ponsel Serayu
 Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)

Kak Maitara juga memberikan Serayu *sticky notes* untuk mencatat PR atau tugas yang ditempelkan di Buku Serayu. Serayu senang mengisi jurnalnya itu karena membantunya menghindari diri dari cemas. Rupanya, cara sederhana yang diusulkan Pak Prau cukup berhasil. Serayu tidak lagi tertinggal barang atau melupakan buku PR-nya. Frekuensinya menangis pun berkurang seiring dengan kemampuannya mengelola diri. Hal ini pun tidak lepas dari dukungan ayah dan Kak Maitara. Cerita Serayu menguatkan kita bahwa kerjasama keluarga dan guru berperan dalam mendukung perilaku dan kemandirian peserta didik autis



Gambar 9.21 Catatan Tempel Peningat untuk Serayu
Sumber: Kemendikbudristek/Ossy Firstanti Wardany (2024)



Sahabat guru, ketika peserta didik autis terlihat tenang, tidak lagi tantrum atau agresif, bukan berarti kita berhenti untuk menangani perilakunya. Kita tetap perlu mengajarkan mereka untuk belajar mengelola perilaku diri sendiri. Oleh karena itu, penting untuk mengajarkan mereka keterampilan memecahkan masalah, merencanakan aktivitas, dan keterampilan manajemen waktu. Keterampilan-keterampilan inilah yang membantu peserta didik autis untuk mandiri dalam kesehariannya dan yang kelak peserta didik autis butuhkan ketika tidak lagi duduk di bangku sekolah untuk mandiri di masyarakat.

Kata

Akuisisi perilaku

Bonding

Cerita Sosial

Disability Awareness

Distraksi

Emosi Primer

Fobia Spesifik

Arti

: Proses pemerolehan perilaku atau proses mempelajari satu perilaku baru yang sebelumnya tidak dimiliki hingga di level tertentu dengan pemberian penguatan.

: Ikatan emosional yang terjalin karena kedekatan yang menghasilkan perasaan aman.

: Cerita yang dituliskan dengan sudut pandang pertama (aku/saya) yang bertujuan memberikan informasi mengenai suatu situasi sosial tertentu.

: Kesadaran disabilitas berarti memiliki pengetahuan dan pandangan yang cukup tentang konsep disabilitas yang membantu dalam penerimaan.

: Kegiatan mengalihkan perhatian dari suatu hal yang seharusnya menjadi perhatian utama.

: Emosi yang dimiliki manusia sejak awal kehidupan dan merupakan respon langsung terhadap rangsangan lingkungan.

: Ketakutan yang tidak biasa terhadap situasi atau objek tertentu yang sebenarnya tidak berbahaya atau mengancam diri, biasanya menimbulkan reaksi berupa perilaku yang mengganggu aktivitas diri dan hubungan dengan lingkungan sekitar.

Kata

Arti

- Gangguan Kecemasan : Kondisi gangguan mental yang membuat seseorang memiliki kecemasan secara berlebihan pada suatu kondisi, benda, orang, atau kejadian tertentu hingga mengganggu hubungan sosial dan aktivitas sehari-hari.
- Gangguan Obsesif Kompulsif : Gangguan mental yang membuat penyandanginya mengalami kecenderungan melakukan sesuatu secara berulang-ulang hingga mengganggu hubungan sosial dan aktivitas sehari-hari.
- Grafik Perilaku Diri Sendiri (Self-Graphing) : Pengamatan dan pencatatan perilaku sendiri dalam bentuk grafik.
- Imitasi : Aktivitas belajar berupa menirukan suatu gerakan, suara, ungkapan verbal, tindakan yang bertujuan untuk memperoleh perilaku baru.
- Instruksi Ke Diri Sendiri (Self-Instruction) : Pernyataan ke diri sendiri yang berisi instruksi tentang perilaku yang harus dilakukan dalam situasi tertentu.
- Kemampuan Prasyarat : Kemampuan awal yang harus dimiliki sebelum melaksanakan target pembelajaran atau penanganan baru.
- Kepatuhan : Kemampuan seseorang (peserta didik) untuk mengikuti arahan atau instruksi pembelajaran yang diberikan.
- Kesadaran Diri : Kemampuan seseorang dalam memahami apa yang ia pikirkan, rasakan, yakini dan lakukan.
- Komunikasi Nonverbal : Komunikasi yang tidak menggunakan vokal atau suara, melainkan gestur, mimik wajah, atau bantuan seperti gambar.

Kata

Arti

Kontrak Perilaku	: Sebuah kontrak perjanjian tertulis yang disepakati tentang hal-hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan beserta konsekuensinya untuk mengubah suatu target perilaku.
Koping	: Suatu cara yang digunakan peserta didik untuk menghadapi sesuatu yang membuatnya tertekan atau stres.
Manipulasi Benda	: Aktivitas memainkan benda atau alat tertentu.
<i>Meltdown</i>	: Respon atas perasaan tidak nyaman akibat terlalu banyak rangsangan sensorik atau kognitif yang mengakibatkan kecemasan.
Pemantauan Diri (Self-Monitoring)	: Aktivitas pengamatan dan pencatatan perilaku diri sendiri secara langsung.
<i>Trigger</i> (pemicu)	: Hal-hal yang menjadi pemicu munculnya rasa cemas, takut, trauma atau emosi negatif tertentu.
Pemunahan (<i>Extinction</i>)	: Strategi dalam modifikasi perilaku untuk menurunkan frekuensi perilaku tertentu dengan menghilangkan penguat perilakunya.
Penetapan Tujuan (Goal Setting)	: Sebuah strategi manajemen diri sendiri yang berbentuk memutuskan dan menuliskan target perilaku yang ingin dicapai.
Perhatian Bersama (Joint Attention)	: Perhatian bersama adalah proses koordinasi perhatian antara dua orang atau lebih yang berfokus pada objek/peristiwa yang sama.
Perilaku Agresif	: Perilaku menyerang orang lain sebagai bentuk pertahanan diri atau ekspresi emosi.
Perilaku Kooperatif	: Perilaku peserta didik yang menunjukkan mau bekerja sama dan mengikuti instruksi untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Kata

Arti

- Self Talk* : Aktivitas berbicara kepada diri sendiri sebagai bentuk menenangkan diri sendiri atas peristiwa yang kurang menyenangkan.
- Prompt* : Bantuan yang diberikan saat kegiatan pembelajaran atau penanganan perilaku untuk mengarahkan peserta didik agar sesuai dengan target pembelajaran atau penanganan.
- Regulasi Emosi* : Upaya seseorang mengenali, menilai, mengatur, mengatasi dan mengungkapkan emosi secara efektif dan terarah.
- Relaksasi* : Kegiatan menenangkan diri secara psikologis dan fisik untuk mengurangi kecemasan, ketakutan, dan emosi negatif lainnya.
- Sensory Seeking* : Kecenderungan seseorang untuk mencari stimulus sensoris dari panca indera untuk mendapatkan kesenangan.
- Stimming* : Aktivitas stimulasi diri yang ditandai dengan gerak tubuh atau vokal yang berulang, ketertarikan sensoris pada suatu hal yang bertujuan untuk meregulasi, menenangkan dan ekspresi diri.
- Tantrum (Temper Tantrum)* : Reaksi ketika seorang anak tidak mendapatkan yang diinginkan karena sulit mengungkapkan keinginan atau perasaan. Tantrum dapat berbentuk menangis, berteriak, mengamuk, hingga menyakiti diri sendiri.
- Target Perilaku* : Perilaku yang menjadi target yang akan diubah dalam modifikasi perilaku.
- Stresor* : Hal-hal yang menjadi penyebab stres atau tekanan.
- Pemodelan (Modelling)* : Proses mempelajari perilaku dengan mengamati seseorang melakukan dan mengikutinya kemudian.

Kata

Token Ekonomi

Transisi Aktivitas

Trivia

Turus (*Tally*)

Validasi Emosi

Arti

- : Prosedur modifikasi perilaku untuk memperkuat target perilaku dengan menggunakan token (stiker, keping, penanda lainnya) yang dapat ditukar dengan hak istimewa, aktivitas menyenangkan, atau benda kesukaan).
- : Perpindahan dari aktivitas satu ke aktivitas lain.
- : Sekumpulan fakta atau informasi yang menarik tetapi kurang penting.
- : Garis yang digunakan untuk menghitung frekuensi atau banyaknya suatu kejadian dalam periode waktu tertentu, sering juga dipakai untuk pemungutan suara.
- : Menerima dan menegaskan emosi orang lain tanpa memberikan penilaian benar/salah pada emosi tersebut.

Daftar Pustaka

- Alberto, Paul, and Anne C. Troutman. *Applied Behavior Analysis for Teachers*. 9th ed. Boston: Pearson, 2013.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Fifth Edition. American Psychiatric Association, 2013. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>.
- Boroson, Barbara. *Decoding Autism and Leading the Way to Successful Inclusion*. Alexandria, Virginia: ASCD, 2020.
- Butcher, James Neal, Susan Mineka, and Jill M. Hooley. *Abnormal Psychology*. 15th ed. Boston: Pearson, 2013.
- Carr, Monica E., Dennis W. Moore, and Angelika Anderson. "Self-Management Interventions on Students with Autism: A Meta-Analysis of Single-Subject Research". *Exceptional Children* 81, no. 1 (October 2014): 28–44. <https://doi.org/10.1177/0014402914532235>.
- Dodd, Susan. *Understanding Autism*. Marrickville, N.S.W.: Elsevier, 2005.
- Exkorn, Karen Siff. *The Autism Sourcebook: Everything You Need to Know about Diagnosis, Treatment, Coping, and Healing*. New York: William Morrow, 2005.
- Ferguson, Rachel, and Sheila Cross. "Autism and Anxiety". In *Autism and Managing Anxiety: Practical Strategies for Working with Children and Young People*, edited by Middletown Centre for Autism, 1–10. A Speechmark Book. London New York: Routledge, 2021.
- Gillberg, Christopher. "The Autism Spectrum". In *Handbook of Intellectual and Developmental Disabilities*, edited by John W. Jacobson, James Anton Mulick, and Johannes Rojahn, 41–60. Issues on Clinical Child Psychology. New York, NY: Springer, 2007.
- Hershberg, Rebecca Schrag. *The Tantrum Survival Guide: Tune in to Your Toddler's Mind (and Your Own) to Calm the Crazy and Make Family Fun Again*. First Edition. New York ; London: The Guilford Press, 2018.
- Heward, William L. *Exceptional Children: An Introduction to Special Education*. 10th ed. Upper Saddle River: Prentice Hall, 2012.
- Kahng, Sung Woo, Nicole L. Hausman, and Kathryn E. Jann. "Self-Injurious Behavior (SIB)". In *Teaching and Behavior Support for Children and Adults with Autism*

- Spectrum Disorder: A Practitioner's Guide*, edited by James K. Luiselli, 136–42. New York: Oxford University Press, 2011.
- Kaufman, Raun Kahlil. *Autism Breakthrough: The Groundbreaking Method That Has Helped Families All over the World*. First edition. New York: St. Martin's Press, 2014.
- Keating, Jennifer, Stephanie Van Goozen, Mirko Uljarevic, Dale Hay, and Susan R. Leekam. "Restricted and Repetitive Behaviors and Their Developmental and Demographic Correlates in 4–8-Year-Old Children: A Transdiagnostic Approach". *Frontiers in Behavioral Neuroscience* 17 (1 March 2023): 1085404. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2023.1085404>.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. 'Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Nomor 48 Tahun 2023 Tentang Akomodasi Yang Layak Untuk Peserta Didik Penyandang Disabilitas Pada Satuan Pendidikan Anak Usia Dini Formal, Pendidikan Dasar, Pendidikan Menengah, Dan Pendidikan Tinggi'. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2023. https://jdih.kemdikbud.go.id/detail_peraturan?main=3314.
- Kepala Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. "Keputusan Kepala Badan Standar Kurikulum, Dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset Dan Teknologi Nomor 032/H/KR/2024 Tentang Capaian Pembelajaran Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, Dan Jenjang Pendidikan Menengah Pada Kurikulum Merdeka". Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan, 2024. https://kurikulum.kemdikbud.go.id/file/1718471412_manage_file.pdf#page=1843.17.
- Kluth, Paula. *"You're Going to Love This Kid!": Teaching Autistic Students in the Inclusive Classroom*. Third edition. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing Co, 2023.
- Lanovaz, Marc J., John T. Rapp, Alexie Gendron, Isabelle Préfontaine, and Stéphanie Turgeon. "Comorbid Challenging Behaviors". In *Handbook of Treatments for Autism Spectrum Disorder*, edited by Johnny L. Matson, 145–69. Cham: Springer International Publishing, 2017. https://doi.org/10.1007/978-3-319-61738-1_10.
- Leekam, Susan R., Margot R. Prior, and Mirko Uljarevic. "Restricted and Repetitive Behaviors in Autism Spectrum Disorders: A Review of Research in the Last Decade." *Psychological Bulletin* 137, no. 4 (2011): 562–93. <https://doi.org/10.1037/a0023341>.
- Lewis, Mark, and Soo-Jeong Kim. "The Pathophysiology of Restricted Repetitive Behavior". *Journal of Neurodevelopmental Disorders* 1, no. 2 (June 2009): 114–32. <https://doi.org/10.1007/s11689-009-9019-6>.

- Luiselli, James K. "Aggression and Noncompliance". In *Applied Behavior Analysis for Children with Autism Spectrum Disorders*, edited by Johnny L. Matson, 175–87. New York, NY: Springer New York, 2009. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-0088-3_10.
- Luiselli, J. K. *Teaching and Behavior Support for Children and Adults with Autism Spectrum Disorder: A Practitioner's Guide*. Oxford University Press, 2011. <https://books.google.co.id/books?id=hlziBwAAQBAJ>
- Manitoba Education, Citizenship and Youth. *Supporting Inclusive Schools: A Handbook for Developing and Implementing Programming for Students with Autism Spectrum Disorder*. Winnipeg: Manitoba Education, Citizenship & Youth, 2005.
- Martin, Garry, and Joseph J. Pear. *Behavior Modification: What It Is and How To Do It, Tenth Edition*. 10th ed. Psychology Press, 2015.
- Maskey, Morag, Jessica Lowry, Jacqui Rodgers, Helen McConachie, and Jeremy R. Parr. "Reducing Specific Phobia/Fear in Young People with Autism Spectrum Disorders (ASDs) through a Virtual Reality Environment Intervention". Edited by Christina Van Der Feltz-Cornelis. *PLoS ONE* 9, no. 7 (2 July 2014): e100374. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0100374>.
- Mazefsky, Carla A., and John Herrington. "Autism and Anxiety: Etiologic Factors and Transdiagnostic Processes". In *Handbook of Autism and Anxiety*, edited by Thompson E. Davis III, Susan W. White, and Thomas H. Ollendick, 91–103. Cham: Springer International Publishing, 2014. https://doi.org/10.1007/978-3-319-06796-4_7.
- Miltenberger, Raymond G. *Behavior Modification: Principles and Procedures*. Sixth edition. Boston, MA: Cengage Learning, 2016.
- Minshawi, Noha, Sarah Hurwitz, Jill Fodstad, Sara Biebl, Danielle Morris, and Christopher McDougle. "The Association between Self-Injurious Behaviors and Autism Spectrum Disorders". *Psychology Research and Behavior Management*, April 2014, 125. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S44635>.
- Najdowski, Adel C. *Flexible and Focused: Teaching Executive Function Skills to Individuals with Autism and Attention Disorders*. Critical Specialties in Treating Autism and Other Behavioral Challenges. London, United Kingdom ; San Diego, CA: Academic Press, an imprint of Elsevier, 2017.
- Naoi, Nozomi. "Intervention and Treatment Methods for Children with Autism Spectrum Disorders". In *Applied Behavior Analysis for Children with Autism Spectrum Disorders*, edited by Johnny L. Matson, 67–81. New York, NY: Springer New York, 2009. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-0088-3_4.

- Notbohm, Ellen, and Veronica Zysk. *1001 Great Ideas for Teaching and Raising Children with Autism or Asperger's*. Revised&Expanded [second edition]. Arlington, Texas: Future Horizons, Inc., 2010.
- Sarafino, Edward P. *Applied Behavior Analysis: Principles and Procedures for Modifying Behavior*. Hoboken, NJ: Wiley, 2012.
- Schulze, Margaret A. "Self-Management Strategies to Support Students With ASD". *TEACHING Exceptional Children* 48, no. 5 (May 2016): 225–31. <https://doi.org/10.1177/0040059916640759>.
- Siegel, Bryna. *Getting the Best for Your Child with Autism: An Expert's Guide to Treatment*. New York: Guilford Press, 2008.
- Simonoff, Emily, Andrew Pickles, Tony Charman, Susie Chandler, Tom Loucas, and Gillian Baird. "Psychiatric Disorders in Children With Autism Spectrum Disorders: Prevalence, Comorbidity, and Associated Factors in a Population-Derived Sample". *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry* 47, no. 8 (August 2008): 921–29. <https://doi.org/10.1097/CHI.0b013e318179964f>.
- Spencer, Vicky G., and Cynthia G. Simpson. *Teaching Children with Autism in the General Classroom: Strategies for Effective Inclusion and Instruction in the General Education Classroom*. Waco, Tex.: Prufrock Press, 2009.
- Steenfeldt-Kristensen, Catherine, Chris A. Jones, and Caroline Richards. "The Prevalence of Self-Injurious Behaviour in Autism: A Meta-Analytic Study". *Journal of Autism and Developmental Disorders* 50, no. 11 (November 2020): 3857–73. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04443-1>.
- Sundel, Martin, and Sandra S. Sundel. *Behavior Change in the Human Services: Behavioral and Cognitive Principles and Applications*. 2455 Teller Road, Thousand Oaks California 91320: SAGE Publications, Inc, 2018. <https://doi.org/10.4135/9781506352671>.
- Van Steensel, Francisca J. A., Susan M. Bögels, and Sean Perrin. "Anxiety Disorders in Children and Adolescents with Autistic Spectrum Disorders: A Meta-Analysis". *Clinical Child and Family Psychology Review* 14, no. 3 (September 2011): 302–17. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0097-0>.
- Virués-Ortega, Javier, Angela Arnold-Saritepe, Catherine Hird, and Katrina Phillips. "The TEACCH Program for People with Autism: Elements, Outcomes, and Comparison with Competing Models". In *Handbook of Treatments for Autism Spectrum Disorder*, edited by Johnny L. Matson, 427–36. Cham: Springer International Publishing, 2017. https://doi.org/10.1007/978-3-319-61738-1_23.

- Wilkinson, Lee A. "Self-Management for Children With High-Functioning Autism Spectrum Disorders". *Intervention in School and Clinic* 43, no. 3 (January 2008): 150-57. <https://doi.org/10.1177/1053451207311613>.
- Williams, Chris, Barry Wright, and Olive Young. *How to Live with Autism and Asperger Syndrome: Practical Strategies for Parents and Professionals*. London ; Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2004.
- Wilmshurst, Linda. *Abnormal Child and Adolescent Psychology: A Developmental Perspective*. 2nd edition. New York: Routledge, Taylor & Francis Group, 2017.

Indeks

B

Bonding 245

C

Cerita Sosial 98, 128, 129, 192, 193, 208, 245

D

Distraksi 245

E

Emosi Primer 245

F

Fobia Spesifik 245

G

Gangguan Kecemasan 245

Gangguan Obsesif Kompulsif 246

I

Imitasi 68, 87, 246

K

Kemampuan Prasyarat 44, 62, 120, 152, 246

Kepatuhan 63, 64, 68, 69, 77, 78, 80, 90, 92, 246

Kesadaran Diri 246

Kontrak Perilaku 168, 246

Koping 246

M

Manipulasi Benda 246

Meltdown 45, 247

N

Nonverbal 246

P

Pemantauan Diri 247

Perilaku Agresif 181, 184, 247

Perilaku Kooperatif 68, 82, 83, 247

Prompt 38, 247

R

Regulasi Emosi 247

Relaksasi 124, 146, 197, 248

S

Self Talk 247

Sensory Seeking 248

Stimming 248

Stresor 248

T

Tantrum 10, 19, 24, 26, 40, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 52, 53, 125, 248, 250

Target Perilaku 23, 50, 74, 116, 248

Token Ekonomi 146, 248

Transisi Aktivitas 140, 142, 147, 248

Trigger 247

V

Validasi Emosi 249

Ossy Firstanti Wardany



Penulis

Email:
ossyfirstan@gmail.com

Instansi:
Prodi Pendidikan Luar Biasa,
UM Lampung

Alamat Instansi:
Bandar Lampung, Lampung

Bidang Keahlian:
Pendidikan Khusus,
Pendidikan Anak Autis

Riwayat Pekerjaan:

1. Novelis (2018- sekarang)
2. Dosen Prodi Pendidikan Luar Biasa, UM Lampung (2019-sekarang)
3. Penulis konten di Gayasehatku.com (2021-2022)
4. Tutor Tutorial Online PGSD Universitas Terbuka (2022-sekarang)

Riwayat pendidikan terakhir:

1. S-1 Pendidikan Khusus/Luar Biasa, Universitas Sebelas Maret (2012-2016)
2. S-2 Pendidikan Luar Biasa, Universitas Sebelas Maret (2016-2018)

Pengalaman menulis buku:

1. Novel "24" (Elexmedia, 2018)
2. Metropop: Ikan Kecil (Gramedia Pustaka Utama, 2019)
3. Buku Panduan Guru Pendidikan Khusus bagi Peserta Didik Autis Disertai Hambatan Intelektual (Pusat Perbukuan Kemendikbudristek, 2022)
4. Pengantar Braille (Syiah Kuala University Press, 2022)
5. Menulis Tanpa Menangis (Pusat Perbukuan Kemendikbudristek, 2023)

Pengalaman meneliti atau menulis jurnal:

1. Tantangan dan Kebutuhan Guru SDLB dalam Implementasi Kurikulum Merdeka Di Lampung (2023)
2. Kendala Dan Kebutuhan Guru Sekolah Dasar dalam Implementasi Kurikulum Merdeka Bagi Peserta Didik Berkebutuhan Khusus di Lampung (2023)

Penelitian lain dapat dilihat di Google Scholar
<https://tinyurl.com/scholarossy>



Sera Janwati, S.Pd

Riwayat Pekerjaan:

1. Tenaga Pendidik di SLB PGRI Cisaat Kabupaten Sukabumi (2016 – sekarang)
2. Praktisi *Home-based* Terapis Perilaku untuk anak dengan ASD (2018 – sekarang)
3. Guru Pembimbing Khusus di Sekolah Alam Fathia (*Play Group*) Sukabumi (2020)
4. *Shadow Teacher* at Acorn Nursery Al-Khor (2019)
5. Privat anak autis di HSG (*Home Schooling Group*) Khoiru Ummah Yogyakarta (2014 – 2015)

Riwayat pendidikan terakhir:

1. S1 Pendidikan Luar Biasa.
Universitas Negeri Yogyakarta (2015)
2. Pelatihan Terapis ABA (*Applied Behavior Analysis*) di Biro Psikologi EDUfa Counseling & Pusat Layanan Terapi EDUfa Autism Therapy Centre. Bandung (2018)
3. Pelatihan Montessori Area EPL (*Exercises of Practical Life*) di IMHS (*Islamic Montessori Home Schooling*) (2021)
4. Program *Micro-Credential* Diksus The University of Sydney "*Consultation and Collaboration*" (2023)

Pengalaman menulis buku:

1. Antologi fiksi mini "*Regentropfen* (Prolog Gerimis)" (Prokreatif Media, 2020)
2. Antologi "Bumiku Saat Ini (Memoar Satire)" (LoveRinz Publishing, 2020)



Penulis

Email:

gurularbiasa@gmail.com

Instansi:

SLB PGRI Cisaat

Alamat instansi:

Cisaat, Sukabumi

Bidang Keahlian:

Pendidikan Anak Autis

Dr. Sukinah, M.Pd

Riwayat pekerjaan:

1. Dosen Pendidikan Luar Biasa FIPP UNY sejak 2005-sekarang
2. Ketua Laboratorium PLB FIPP UNY 2021-2023
3. Kepala Departemen PLB FIPP UNY 2024-2025
4. Tim reviewer PKM Belmawa Kemdikbudristek 2015-2024, Tim reviewer dan Yuri LIDM BPTI 2020-2024
5. Tim konsultan Pendidikan Khusus di Pusat Layanan Autis Yogyakarta 2015-sekarang, Tim konsultan Pendidikan Inklusif ULD Kota Yogyakarta
6. Tim konsultan Pendidikan Khusus Olifant International school 2014- sekarang
7. Pendiri dan Pembina Yayasan Sekolah Khusus Autis Bina Anggita sejak tahun 1999-sekarang

Riwayat pendidikan terakhir:

Doktor (S3) Prodi Pendidikan Khusus Universitas Pendidikan Indonesia Tahun 2022

Pengalaman menulis dan meneliti:

1. *Alternative teaching behavior management strategies for children with autism: An approach based on functional behavioral assessment*, <https://journal.uny.ac.id/index.php/jk/article/view/66775>
2. *Teacher's Understanding Of Domestic Activity Daily Living For Children With Intellectual Disabilities*, <https://www.pegegog.net/index.php/pegegog/article/view/2194>
3. **Handling behavior problems of children with special educational needs based on teacher analysis, Jurnal Journal of Education and Learning (EduLearn)**
4. *The Effectiveness Of Blended Learning Model Towards Learning Outcomes Of Students' Multiplication Operations With Autism*, Journal of ICSAR, Vol 6, No 2 2022/9/21
5. Pengembangan Kompetensi Pedagogik guru sekolah dasar dalam pengelolaan kelas inklusif dengan keberadaan PDBK tahun 2021
penerbit: CV Limpatpat media

Pengalaman menelaah atau mereview buku/jurnal:

1. Buku Panduan Guru Pendidikan Khusus bagi Peserta Didik Autis Disertai Hambatan Intelektual (Pusat Perbukuan Kemendikbudristek, 2022)
2. Menulis Tanpa Menangis (Pusat Perbukuan Kemendikbudristek, 2023)
3. Berhitung Tanpa Bingung (Pusat Perbukuan Kemendikbudristek, 2023)
4. Membaca Tanpa Air Mata (Pusat Perbukuan Kemendikbudristek, 2023)
5. Inklusi Bukan Fantasi (Pusat Perbukuan Kemendikbudristek, 2023)



Penelaah

Email:
sukinah@uny.ac.id

Instansi:
PLB FIPP UNY

Bidang Keahlian:
Pendidikan Anak Autis

Dr. Aldjon Nixon Dapa, S.Pd, M.Pd

Riwayat pekerjaan:

1. Ketua Program Studi Pendidikan Khusus FIP Unima (2013 -2015)
2. Pembantu Dekan IV FIP Unima (2017- 2020)
3. Sekertaris Pusat Studi Gender, Anak dan Inklusi Sosial Unima
4. Ketua Jurusan Pendidikan Luar Biasa FIPP Unima – (2022-sekarang)
5. Staf Ahli DPRD Propinsi SULUT – Perda Pemberdayaan Disabilitas (2021-2022)
6. Staf Ahli Dinas Pendidikan Daerah Sulut - Perda Penyelenggaraan Pendidikan (2023)

Riwayat pendidikan terakhir:

1. **Doktor (S3)** - Prodi Teknologi Pendidikan Universitas Negeri Jakarta – Tahun 2019

Pengalaman menulis dan meneliti:

1. Bimbingan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus . Buku. **Penulis Utama.** Penerbit DeepPublish Yogyakarta. Tahun 2021
2. Manajemen Sekolah Inklusi. Buku. **Penulis Utama.** Penerbit DeepPublish Yogyakarta. Tahun 2021
3. *Pool Therapy to Reduce Aggressive Behavior of Autistic Children.* Prosiding seminar internasional. 31 Juli 2019
4. Model Pembelajaran Diferensiasi Bagi Mahasiswa Berkebutuhan Khusus. Buku. Penulis Utama. Deepublish-Yogyakarta. 2022
5. Dinamika Emosi Anak Autis Usia 1o Tahun Di Slb Khusus Autis Permata Hati Manado. Artikel. **Psikopedia jurnal.** 2023

Pengalaman menelaah atau mereview buku/jurnal:

1. Tim Penelaah Buku Teks Pelajaran Tematik Kurikulum 2013 (Buku Guru & Buku Siswa) Pada Sekolah Dasar Luar Biasa Kelas V, Tahun 2020.



Penelaah

Email:

aldjondapa@unima.ac.id

Instansi:

Universitas Negeri Manado

Bidang Keahlian:

Pendidikan Khusus

Nadia Ailsa Noviana



Ilustrator

Email:
nadiaailsa111@gmail.com

Media Sosial:
IG @nadypies

Instansi:
Freelance Digital Artist

Bidang Keahlian:
Ilustrator

Riwayat pekerjaan:

1. *Freelance Artist*, 2022-Now

Riwayat pendidikan terakhir:

1. Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 11 Yogyakarta, 2017
2. Desain Komunikasi Visual (DKV) Institut Seni Indonesia Yogyakarta, 2022

Pengalaman mengilustrasi buku:

1. Ilustrator Buku, **Di Mano Bando Teli (Di Mana Bando Teli)**, Balai Bahasa Sumatra Selatan, 2024-2025
2. Ilustrator Buku, **Bagusnyo Penari Tanggai (Bagusnya Penari Tanggai)**, Balai Bahasa Sumatra Selatan, 2024-2025

Pengalaman mengilustrasi terbitan selain buku:

1. Desain Cover Buku Tahunan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Bakti Nusantara 666, 2024

Yulianus Febriarko, M.Hum.

Riwayat pekerjaan:

1. Editor di Nalarasa.com (2020-sekarang)
2. Copyeditor di Jurnal Retorik, Magister Kajian Budaya, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta (2021-sekarang)
3. Reviewer di Jurnal Retorik, Magister Kajian Budaya, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta (2021-sekarang)
4. Peneliti Lingkar Studi Matari, Berbah, Yogyakarta (2023-sekarang)

Riwayat pendidikan terakhir:

1. Magister Kajian Budaya, Universitas Sanata Dharma

Pengalaman mengedit buku dan terbitan lainnya:

1. Editor buku **Psikologi Kontemporer: Risalah Teoretis dan Praktis Psikologi Masa Kini**, Sanata Dharma University Press, 2023

Pengalaman menulis buku atau terbitan lainnya:

1. Artikel dengan judul *A Magis Punk: An Intersection Between Ignatian Pedagogy and Punk Pedagogy* dalam buku **Meruntuhkan Dinding Kelas: Punk dan Pedagogi di Indonesia**, Penerbit Semut Api, September 2024



Editor

Email:

yulianus.febriarko@gmail.com

Instansi:

-

Bidang Keahlian:

Kajian Budaya

Robertus Krisnanda Windhartoko



Editor

Email:
robertuskw@gmail.com

Instansi:
Pusat Perbukuan; Badan Standar,
Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan;
Kementerian Pendidikan Dasar dan
Menengah

Bidang Keahlian:
Psikologi Sosial

Riwayat pekerjaan:

1. Penyusun Program Fasilitasi Pendidikan di Pusat Perbukuan; Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan; Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (2022-sekarang)
2. Penulis dan peneliti lepas (2020-2022)

Riwayat pendidikan terakhir:

1. Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma, 2020

Pengalaman mengedit buku dan terbitan lainnya:

1. Wardany, O.F. dan Andipurnama, D.G. (2023). *Menulis tanpa menangis*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.

M. Ady Nugeraha

Pekerjaan/Profesi:

1. Dosen, Desain Komunikasi Visual, Universitas Multimedia Nusantara
2. Dosen, Desain Komunikasi Visual, Binus University
3. Dosen, Desain Komunikasi Visual, Universitas Budi Luhur
4. Asisten Kurator, Museum MACAN

Riwayat Pendidikan:

Magister Manajemen Seni dan Studi Kuratorial, Fakultas Seni Rupa dan Desain, Institut Teknologi Bandung

Bidang Keahlian:

1. Desain Komunikasi Visual

Informasi Lain:

Ady Nugeraha adalah kurator seni independen dan dosen. Ia memiliki gelar Master dalam Studi Kuratorial dan Manajemen Seni dari Institut Teknologi Bandung dan pernah bekerja sebagai Asisten Kurator di Museum of Modern and Contemporary Art in Nusantara (MACAN). Ady telah mengkurasi beberapa pameran, termasuk 'Arahmaiani: The Past has not Passed', 'Jeihan: Hari-hari di Cicadas, and 'Cipta! Kapita Selektika Cikini Raya 73'. Saat ini, ia mengajar di Program Studi Desain Komunikasi Visual di Universitas Multimedia Nusantara



Editor Visual

Email:

adynugeraha@umn.ac.id

Medsos:

@madyn_

Instansi:

Universitas Multimedia Nusantara

Alamat Instansi:

Jalan Scientia Boulevard Gading Serpong, Curug Sangerng, Serpong, Kabupaten Tangerang, Banten 15810

Mohamad Lutvi

Riwayat Pekerjaan/Profesi (10 tahun terakhir)

Pekerja Lepas:

1. Musik: *Sound Designer, Composer & Arranger* (2010 - Sekarang)
2. *Web Designer* (2012 - 2018)
3. Desainer Grafis (2012 - Sekarang)
4. Fotografer (2015 - Sekarang)

Riwayat Pendidikan dan Tahun Belajar

1. SD Negeri Ciracas 05 Jakarta Timur (1989 – 1995)
2. SMP Negeri 208 Jakarta (1995 – 1998)
3. SMU Negeri 58 Jakarta (1998 – 2001)
4. D3 Universitas Negeri Jakarta
Teknik Elektro-Elektronika, Instrumentasi dan Kendali,
(2001-2004)

Portfolio:

youtube.com/@LutviBinsimin



Desainer

Email:

lulutvi28@gmail.com

Bidang Keahlian:

Desain Grafis, Multimedia