

## **Strategi Guru Dalam Mendukung Regulasi Emosi Anak Dengan Autism Spectrum Disorder**

**Muhammad Thoriq Huwaidi<sup>1\*</sup>, Sri Nurhayati Selian<sup>2</sup>**

<sup>12</sup> Universitas Muhammadiyah Aceh, Indonesia

\*Author Correspondence. Email : [thoriqhuwaidi63@gmail.com](mailto:thoriqhuwaidi63@gmail.com)

<i>Informasi Artikel</i>	<b>Abstract</b>
<p><b>Kata Kunci:</b> Regulasi Emosi, Autism Spectrum Disorder, Strategi Guru, Pendidikan Inklusif, Dukungan Emosional</p> <p><b>Article history:</b> Submitted: 01-03-26 Final Revised: 15-03-26 Accepted: 25-03-26 Published: 29-03-26</p>	<p>Regulasi emosi merupakan kemampuan penting yang mendukung perkembangan sosial dan keberhasilan pembelajaran anak; namun, anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) sering mengalami kesulitan dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif, sehingga berdampak pada partisipasi mereka di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, guru memiliki peran strategis dalam memberikan dukungan yang tepat terhadap regulasi emosi anak dengan ASD di sekolah inklusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi guru dalam mendukung regulasi emosi anak dengan ASD di lingkungan sekolah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai pengalaman dan praktik guru. Subjek penelitian terdiri atas tiga orang guru yang secara langsung mendampingi anak dengan ASD dalam kegiatan pembelajaran. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan model analisis interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dengan keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan enam tema utama, yaitu pemahaman guru terhadap karakteristik emosi anak, penciptaan lingkungan belajar yang terstruktur dan aman secara emosional, penggunaan strategi pembelajaran, pendekatan empatik, tantangan yang dihadapi guru, serta kolaborasi dengan orang tua dan tenaga profesional. Simpulan penelitian ini menegaskan bahwa dukungan regulasi emosi anak dengan ASD memerlukan pendekatan yang terstruktur, empatik, dan kolaboratif, serta menekankan peran penting guru dalam pendidikan inklusif.</p>
<i>Article Info</i>	<b>Abstract</b>
<p><b>Keywords:</b> <i>Emotional Regulation, Autism Spectrum Disorder, Teacher Strategies, Inclusive Education, Emotional Support</i></p> <p><b>Article history:</b> Submitted: 01-03-26 Final Revised: 15-03-26 Accepted: 25-03-26 Published: 29-03-26</p>	<p><i>Emotional regulation is a fundamental skill that supports children’s social interaction and learning processes; however, children with Autism Spectrum Disorder (ASD) often experience difficulties in recognizing, managing, and expressing emotions adaptively, which can impede their participation in school activities. Consequently, teachers play a critical role in providing appropriate support for the emotional regulation of children with ASD in inclusive educational settings. This study aims to explore the strategies used by teachers to support the emotional regulation of children with ASD in the school environment. A qualitative descriptive approach was employed to gain an in-depth understanding of teachers’ experiences and practices. The study involved three teachers who directly assisted children with ASD in learning activities. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation, and analyzed using an interactive analysis model consisting of data reduction, data display, and conclusion drawing, with data validity ensured through triangulation of sources and techniques. The findings revealed six main themes: teachers’ understanding of emotional characteristics, structured and emotionally safe learning environments, instructional strategies, empathetic support, challenges faced, and collaboration with parents and professionals. The study concludes that supporting emotional regulation in children with ASD requires a structured, empathetic, and collaborative approach, highlighting the essential role of teachers in inclusive education.</i></p>

## 1. PENDAHULUAN

Regulasi emosi merupakan salah satu aspek perkembangan yang sangat krusial dalam kehidupan anak, karena berperan dalam membantu individu memahami, mengelola, serta mengekspresikan emosi secara adaptif dalam berbagai situasi sosial. Kemampuan ini tidak hanya berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, tetapi juga menjadi fondasi dalam pembentukan perilaku sosial yang positif dan keberhasilan dalam proses pembelajaran. Anak yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, menjalin hubungan interpersonal yang sehat, serta menunjukkan keterlibatan yang optimal dalam kegiatan belajar (Ramadhini & Selian, 2025; Wulan & Harahap, 2025). Sebaliknya, keterbatasan dalam regulasi emosi dapat memunculkan berbagai permasalahan perilaku, seperti kesulitan mengendalikan frustrasi, ledakan emosi, hingga hambatan dalam interaksi sosial (Tobing & Damanik, 2024). Dalam konteks ini, regulasi emosi menjadi kompetensi penting yang perlu dikembangkan sejak usia dini, khususnya bagi anak dengan kebutuhan khusus seperti Autism Spectrum Disorder (ASD), yang secara umum menghadapi tantangan lebih kompleks dalam aspek sosial-emosional (Nisa et al., 2025).

Autism Spectrum Disorder (ASD) merupakan gangguan perkembangan saraf yang ditandai oleh adanya hambatan dalam komunikasi sosial, interaksi sosial, serta pola perilaku yang terbatas dan berulang. Selain karakteristik tersebut, anak dengan ASD juga menunjukkan kesulitan yang signifikan dalam memahami, mengenali, serta mengelola emosi baik pada diri sendiri maupun orang lain (Selian, 2024). Berbagai studi menunjukkan bahwa individu dengan ASD cenderung mengalami kesulitan dalam menginterpretasikan ekspresi emosional, merespons rangsangan lingkungan secara proporsional, serta mengendalikan intensitas emosi yang muncul. Kondisi ini sering kali termanifestasi dalam bentuk perilaku maladaptif seperti tantrum, meltdown, perilaku agresif, maupun penarikan diri dari lingkungan sosial. Dengan demikian, keterbatasan dalam regulasi emosi pada anak dengan ASD tidak hanya menjadi persoalan individual, tetapi juga berdampak luas terhadap kemampuan mereka dalam berpartisipasi secara sosial dan akademik.

Kesulitan regulasi emosi yang dialami anak dengan ASD memiliki implikasi yang signifikan terhadap proses pembelajaran dan keterlibatan mereka di lingkungan sekolah. Sekolah sebagai ruang sosial formal memiliki peran strategis dalam membentuk kemampuan sosial-emosional anak melalui interaksi dengan guru dan teman sebaya, serta melalui berbagai aktivitas pembelajaran yang terstruktur (Wardhana & Suryanto, 2025; Winata, 2025). Namun demikian, tuntutan akademik dan sosial di

sekolah sering kali menjadi sumber stres bagi anak dengan ASD, yang pada akhirnya dapat memicu respons emosional yang berlebihan dan menghambat partisipasi mereka dalam pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan dukungan yang sistematis dan berkelanjutan dari lingkungan sekolah untuk membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang lebih adaptif dan fungsional.

Dalam konteks tersebut, guru memiliki peran yang sangat strategis sebagai aktor utama dalam proses pembelajaran sekaligus sebagai fasilitator perkembangan sosial-emosional siswa. Guru tidak hanya bertanggung jawab dalam menyampaikan materi akademik, tetapi juga berperan dalam membantu siswa memahami dan mengelola emosi mereka, terutama dalam situasi sosial yang kompleks di kelas (Restukurnia et al., 2024). Melalui interaksi yang intens dan berkelanjutan, guru memiliki peluang besar untuk mengidentifikasi kebutuhan emosional anak serta memberikan intervensi yang sesuai. Dengan pendekatan pedagogis yang tepat, guru dapat menciptakan lingkungan belajar yang aman, terstruktur, dan suportif, sehingga memungkinkan anak dengan ASD untuk mengembangkan regulasi emosi secara optimal.

Berbagai strategi telah dikembangkan dan diterapkan oleh guru dalam mendukung regulasi emosi anak dengan ASD. Strategi tersebut meliputi penggunaan rutinitas yang konsisten, pemberian instruksi yang jelas dan sederhana, pemanfaatan visual supports, modeling perilaku emosional yang adaptif, serta pemberian penguatan positif terhadap perilaku yang diharapkan (Rohmah et al., 2025). Selain itu, pendekatan yang bersifat individual dan empatik juga menjadi kunci, seperti pemberian waktu jeda (*cool-down time*), pendampingan dalam mengidentifikasi emosi, serta pengajaran strategi coping yang konkret dan mudah dipahami oleh anak. Penerapan strategi-strategi ini tidak hanya membantu anak dalam mengelola emosi, tetapi juga meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, serta keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran.

Meskipun demikian, dalam praktiknya guru masih menghadapi berbagai tantangan dalam mendukung regulasi emosi anak dengan ASD. Tantangan tersebut meliputi keterbatasan pemahaman terhadap karakteristik emosional anak dengan ASD, minimnya pelatihan profesional yang relevan, serta keterbatasan sumber daya di sekolah (Nisa et al., 2025; Selian, 2023). Selain itu, keberagaman karakteristik dan kebutuhan individual setiap anak dengan ASD menuntut guru untuk memiliki fleksibilitas dan kreativitas dalam merancang strategi yang tepat. Kondisi ini menunjukkan bahwa dukungan terhadap guru, baik dalam bentuk pelatihan maupun kebijakan pendidikan, menjadi faktor penting dalam meningkatkan efektivitas praktik pembelajaran yang inklusif.

Di sisi lain, sebagian besar penelitian mengenai regulasi emosi pada anak dengan ASD masih berfokus pada pendekatan klinis atau intervensi berbasis terapi yang dilakukan oleh tenaga profesional seperti psikolog dan terapis. Kajian yang secara khusus mengeksplorasi pengalaman, persepsi, serta praktik nyata guru dalam mendukung regulasi emosi anak di lingkungan sekolah masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks pendidikan di Indonesia. Padahal, pengalaman empiris guru dalam menghadapi dinamika emosional siswa di kelas dapat memberikan wawasan yang kontekstual dan aplikatif mengenai strategi yang efektif dalam praktik pembelajaran sehari-hari.

Oleh karena itu, pendekatan penelitian kualitatif menjadi relevan untuk digunakan dalam mengkaji fenomena ini secara mendalam. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menggali pengalaman subjektif guru, memahami cara mereka memaknai perilaku emosional anak, serta mengidentifikasi strategi yang mereka gunakan dalam menghadapi berbagai situasi di kelas. Melalui eksplorasi yang komprehensif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai praktik regulasi emosi dalam konteks pendidikan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam strategi yang digunakan oleh guru dalam mendukung regulasi emosi anak dengan Autism Spectrum Disorder di lingkungan sekolah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis dalam pengembangan pendidikan inklusif, khususnya dalam memperkuat peran guru sebagai fasilitator perkembangan sosial-emosional siswa. Selain itu, temuan penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program pelatihan dan dukungan profesional bagi guru, sehingga mereka lebih siap dalam menghadapi kebutuhan emosional siswa dengan kebutuhan khusus secara efektif dan berkelanjutan.

## **2. TINJAUAN PUSTAKA**

### **2.1 Regulasi Emosi**

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosi agar dapat diekspresikan secara adaptif sesuai dengan tuntutan situasi sosial. Kemampuan ini menjadi aspek penting dalam perkembangan anak karena berkaitan erat dengan kontrol diri, hubungan sosial, serta keberhasilan dalam proses pembelajaran. Menurut Gross (2015) regulasi emosi mencakup berbagai strategi yang digunakan individu untuk memodifikasi pengalaman emosional, baik dalam hal intensitas maupun ekspresi emosi. Dalam konteks pendidikan, regulasi emosi berperan dalam membantu siswa mempertahankan konsentrasi, mengelola stres, serta

berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan belajar (Santrock, 2018; Ramadhini & Selian, 2025). Dengan demikian, regulasi emosi tidak hanya menjadi aspek perkembangan psikologis, tetapi juga menjadi faktor penting dalam menunjang keberhasilan akademik siswa di sekolah

Selain itu, regulasi emosi juga berkaitan dengan kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial yang kompleks. Anak yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung mampu mengendalikan impuls, menyelesaikan konflik secara konstruktif, serta menjalin hubungan sosial yang positif dengan teman sebaya maupun guru. Sebaliknya, anak yang mengalami kesulitan dalam regulasi emosi sering menunjukkan perilaku maladaptif seperti agresivitas, impulsivitas, serta kesulitan dalam mengikuti aturan sosial (Tobing & Damanik, 2024). Oleh karena itu, pengembangan regulasi emosi menjadi bagian penting dalam proses pendidikan, khususnya pada anak usia sekolah dasar yang sedang berada pada tahap perkembangan sosial-emosional yang krusial.

## **2.2 Autism Spectrum Disorder (ASD)**

Autism Spectrum Disorder (ASD) merupakan gangguan perkembangan saraf yang ditandai oleh adanya hambatan dalam komunikasi sosial, interaksi sosial, serta pola perilaku yang terbatas dan berulang. Menurut American Psychiatric Association (2013), karakteristik utama ASD meliputi kesulitan dalam memahami isyarat sosial, keterbatasan dalam komunikasi verbal dan nonverbal, serta kecenderungan untuk melakukan aktivitas yang repetitif. Selain itu, anak dengan ASD juga memiliki perbedaan dalam pemrosesan informasi sensorik yang dapat memengaruhi respons mereka terhadap lingkungan. Kondisi ini menjadikan anak dengan ASD membutuhkan pendekatan khusus dalam pembelajaran agar dapat berpartisipasi secara optimal di lingkungan sekolah.

Lebih lanjut, anak dengan ASD sering mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosi, baik emosi diri sendiri maupun orang lain. Menurut Selian (2024), keterbatasan ini menyebabkan anak dengan ASD cenderung mengalami kesulitan dalam menginterpretasikan ekspresi emosional, serta merespons situasi sosial secara tepat. Hal ini sering kali memunculkan perilaku seperti tantrum, meltdown, penarikan diri, maupun perilaku agresif sebagai bentuk ekspresi dari ketidakmampuan dalam mengelola emosi secara efektif. Oleh karena itu, pengembangan kemampuan regulasi emosi pada anak dengan ASD menjadi kebutuhan yang sangat penting untuk mendukung keberfungsian mereka dalam kehidupan sosial dan akademik.

### **2.3 Regulasi Emosi pada Anak dengan ASD**

Regulasi emosi pada anak dengan ASD merupakan aspek yang kompleks karena dipengaruhi oleh keterbatasan dalam kognisi sosial, komunikasi, serta pemrosesan sensorik. Anak dengan ASD sering mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi emosi yang mereka rasakan, sehingga berdampak pada kemampuan mereka dalam mengelola respons emosional secara adaptif. Menurut Mazefsky et al. (2013), individu dengan ASD cenderung memiliki tingkat reaktivitas emosional yang tinggi serta kesulitan dalam menggunakan strategi regulasi emosi yang efektif. Kondisi ini menyebabkan mereka lebih rentan terhadap stres dan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan.

Selain itu, kesulitan regulasi emosi pada anak dengan ASD juga berdampak langsung pada keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran di sekolah. Anak yang tidak mampu mengelola emosi dengan baik cenderung mengalami hambatan dalam mengikuti instruksi, berinteraksi dengan teman sebaya, serta menyelesaikan tugas akademik (Wardhana & Suryanto, 2025). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat dan berkelanjutan untuk membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi. Dalam hal ini, peran guru menjadi sangat penting karena mereka memiliki interaksi langsung dengan siswa dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari.

### **2.4 Peran Guru dalam Mendukung Regulasi Emosi**

Guru memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak, khususnya anak dengan ASD, karena mereka merupakan figur yang berinteraksi secara langsung dengan siswa dalam lingkungan belajar. Menurut Jennings dan Greenberg (2009), guru tidak hanya berperan sebagai pengajar, tetapi juga sebagai agen sosial-emosional yang mempengaruhi iklim kelas serta perkembangan emosional siswa. Guru yang memiliki kompetensi sosial-emosional yang baik mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman, suportif, dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Dalam konteks ini, guru berperan dalam membantu siswa memahami emosi, mengelola konflik, serta mengembangkan keterampilan sosial yang positif.

Selain itu, guru juga memiliki tanggung jawab dalam mengidentifikasi kebutuhan emosional siswa serta memberikan dukungan yang sesuai. Menurut Restukurnia et al. (2024) interaksi yang positif antara guru dan siswa dapat meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, serta keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Hal ini menjadi sangat penting bagi anak dengan ASD yang membutuhkan struktur, konsistensi, serta pendekatan yang individual dalam proses

belajar. Dengan demikian, peran guru tidak hanya terbatas pada aspek akademik, tetapi juga mencakup pengembangan aspek sosial dan emosional siswa secara menyeluruh.

## **2.5 Strategi Guru dalam Mendukung Regulasi Emosi Anak dengan ASD**

Strategi guru dalam mendukung regulasi emosi anak dengan ASD merupakan upaya yang dilakukan secara sistematis untuk membantu anak mengelola emosi secara adaptif dalam lingkungan pembelajaran. Berbagai strategi yang dapat diterapkan meliputi penggunaan rutinitas yang konsisten untuk menciptakan rasa aman, pemberian instruksi yang jelas dan sederhana, serta pemanfaatan media visual untuk membantu pemahaman anak terhadap situasi dan emosi (Rohmah et al., 2025). Selain itu, modeling perilaku emosional yang adaptif oleh guru juga menjadi salah satu strategi efektif dalam membantu anak meniru cara mengekspresikan emosi secara tepat.

Lebih lanjut, pendekatan individual dan empatik juga menjadi kunci dalam mendukung regulasi emosi anak dengan ASD. Guru dapat memberikan waktu jeda (*cool-down time*), membantu anak mengidentifikasi dan memberi label pada emosi yang dirasakan, serta mengajarkan strategi coping yang sederhana dan konkret. Menurut Nisa et al. (2025), penerapan penguatan positif terhadap perilaku yang diharapkan juga dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak secara bertahap. Meskipun demikian, implementasi strategi tersebut sering menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan pelatihan guru, kurangnya sumber daya, serta kompleksitas kebutuhan individual setiap anak. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang mendalam mengenai praktik nyata guru dalam menerapkan strategi tersebut agar dapat menghasilkan pembelajaran yang inklusif dan efektif.

## **3. METODE**

### **3.1 Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif yang bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam strategi guru dalam mendukung regulasi emosi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu memberikan pemahaman yang komprehensif terhadap pengalaman, persepsi, serta praktik nyata yang dilakukan oleh guru dalam konteks pembelajaran di lingkungan sekolah (Selian, 2023). Melalui pendekatan ini, peneliti dapat menggali makna, proses, serta dinamika yang terjadi dalam interaksi antara guru dan siswa, khususnya dalam situasi yang berkaitan dengan pengelolaan emosi anak dengan ASD.

### **3.2 Lokasi dan Subjek Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di [nama sekolah/instansi], yang merupakan lembaga pendidikan inklusif/sekolah luar biasa (SLB) yang memberikan layanan pendidikan bagi anak dengan Autism Spectrum Disorder. Subjek penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria tersebut meliputi: (1) guru yang memiliki pengalaman mengajar anak dengan ASD, (2) terlibat langsung dalam proses pembelajaran dan pengelolaan kelas, serta (3) bersedia menjadi partisipan dalam penelitian. Teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang kaya dan mendalam dari informan yang memiliki pengalaman langsung terhadap fenomena yang diteliti (Wulan & Harahap, 2025). Subjek penelitian dalam studi ini terdiri dari [jumlah] guru yang memenuhi kriteria tersebut.

### **3.3 Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa teknik untuk memperoleh data yang komprehensif dan mendalam, yaitu:

#### **3.3.1 Observasi**

Observasi dilakukan secara langsung dengan teknik observasi nonpartisipan untuk mengamati praktik pembelajaran serta interaksi antara guru dan siswa, khususnya dalam situasi yang berkaitan dengan regulasi emosi. Fokus observasi mencakup strategi yang digunakan guru, respons terhadap perilaku emosional siswa, serta dinamika kelas selama proses pembelajaran berlangsung.

#### **3.3.2 Wawancara Mendalam (In-depth Interview)**

Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur kepada guru sebagai informan utama. Teknik ini digunakan untuk menggali informasi secara mendalam mengenai pengalaman, persepsi, strategi yang digunakan, serta kendala yang dihadapi guru dalam mendukung regulasi emosi anak dengan ASD. Wawancara semi-terstruktur memberikan fleksibilitas bagi peneliti untuk mengembangkan pertanyaan sesuai dengan konteks yang muncul di lapangan.

#### **3.3.4 Dokumentasi**

Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung untuk melengkapi hasil observasi dan wawancara. Data dokumentasi meliputi rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), catatan perkembangan siswa, catatan guru, serta dokumen lain yang relevan dengan fokus penelitian. Dokumentasi ini berfungsi untuk memperkuat validitas data melalui triangulasi.

### **3.4 Teknik Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif yang terdiri dari tiga tahap utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan cara memilih, menyederhanakan, dan memfokuskan data yang relevan dengan tujuan penelitian. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif yang sistematis sehingga memudahkan peneliti dalam mengidentifikasi pola dan hubungan antar data. Selanjutnya, penarikan kesimpulan dilakukan secara bertahap berdasarkan temuan yang muncul selama proses analisis, dengan tetap melakukan verifikasi secara terus-menerus agar hasil penelitian memiliki tingkat keakuratan yang tinggi.

### **3.5 Keabsahan Data**

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi yang meliputi triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai informan, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti juga melakukan member check, yaitu mengonfirmasi kembali hasil temuan kepada informan untuk memastikan kesesuaian data dengan kondisi yang sebenarnya. Peneliti juga melakukan keterlibatan yang cukup lama (prolonged engagement) dan pengamatan yang berkelanjutan (persistent observation) untuk meningkatkan kredibilitas dan kedalaman data penelitian.

## **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini melibatkan 3 guru yang memiliki pengalaman mengajar minimal satu tahun dan berinteraksi secara langsung dengan anak dengan Autism Spectrum Disorder di sekolah. Hasil analisis tematik menghasilkan enam tema utama, tema-tema ini disusun berdasarkan pola pengalaman guru dalam mendukung regulasi emosi anak dengan ASD di lingkungan sekolah.

### **4.1 Pemahaman Guru terhadap Karakteristik Emosi Anak dengan Autism Spectrum Disorder**

Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru memiliki pemahaman yang cukup mendalam mengenai karakteristik emosional anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Guru menyadari bahwa anak dengan ASD sering mengalami kesulitan dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi mereka secara tepat. Kondisi ini sering kali terlihat dalam bentuk respons emosional yang intens, seperti tantrum, menangis, atau menarik diri ketika anak menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan harapan mereka. Guru juga memahami bahwa perilaku emosional tersebut tidak semata-

mata merupakan bentuk ketidakpatuhan, tetapi sering kali berkaitan dengan keterbatasan anak dalam memahami dan mengomunikasikan perasaan yang mereka alami.

Beberapa guru menjelaskan bahwa anak dengan ASD cenderung menunjukkan reaksi emosional yang kuat ketika menghadapi perubahan rutinitas atau situasi yang tidak terduga. Rutinitas yang stabil dan lingkungan yang dapat diprediksi menjadi faktor penting bagi anak dengan ASD untuk merasa aman secara emosional. Ketika rutinitas tersebut berubah secara tiba-tiba, anak dapat mengalami kebingungan dan kecemasan yang kemudian memicu ledakan emosi. Selain itu, sensitivitas terhadap rangsangan sensorik seperti suara yang terlalu keras, keramaian, atau perubahan lingkungan juga dapat memengaruhi kondisi emosional anak.

Pemahaman guru terhadap karakteristik emosional anak dengan ASD juga berkembang melalui pengalaman mereka berinteraksi langsung dengan siswa di kelas serta melalui proses observasi yang berkelanjutan. Guru belajar mengenali tanda-tanda awal ketika anak mulai merasa tidak nyaman secara emosional, seperti perubahan ekspresi wajah, peningkatan aktivitas motorik, atau perilaku repetitif yang lebih intens. Dengan mengenali tanda-tanda tersebut, guru dapat lebih cepat memberikan respons yang tepat untuk membantu anak menenangkan diri sebelum emosi mereka berkembang menjadi lebih intens.

Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh pengalaman orang tua yang memiliki anak dengan ASD dan telah menjalani proses asesmen oleh tenaga profesional seperti psikolog, terapis, atau guru pendidikan khusus. Orang tua menyampaikan bahwa melalui proses asesmen tersebut mereka menjadi lebih memahami karakteristik emosional anak, termasuk faktor-faktor yang dapat memicu reaksi emosional anak dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu orang tua menjelaskan bahwa anaknya sering mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan sehingga emosi yang muncul terkadang tampak berlebihan.

*“Setelah anak saya menjalani asesmen dengan psikolog, saya baru memahami bahwa sebenarnya dia kesulitan menyampaikan apa yang dia rasakan. Jadi ketika dia marah atau menangis, itu bukan karena dia ingin melawan, tapi karena dia tidak tahu bagaimana menjelaskan apa yang dia inginkan.”* (Orang Tua 1)

Orang tua lainnya juga mengungkapkan bahwa anaknya sangat sensitif terhadap perubahan rutinitas sehari-hari. Ketika terjadi perubahan yang tidak dipersiapkan sebelumnya, anak dapat menunjukkan reaksi emosional yang cukup kuat.

*“Anak saya sangat terbiasa dengan jadwal yang sama setiap hari. Kalau ada perubahan mendadak, misalnya jadwal sekolah berubah atau ada kegiatan baru, dia bisa langsung gelisah dan akhirnya marah atau menangis.”* (Orang Tua 2)

Selain itu, orang tua juga menyoroti bahwa rangsangan lingkungan tertentu dapat memengaruhi kondisi emosional anak dengan ASD. Situasi yang terlalu ramai atau suara yang terlalu keras dapat membuat anak merasa tidak nyaman dan memicu reaksi emosional.

*“Terapis pernah menjelaskan bahwa anak saya cukup sensitif dengan suara dan keramaian. Jadi kalau di tempat yang terlalu ramai, dia cepat sekali merasa tidak nyaman dan akhirnya emosinya jadi tidak stabil.”* (Orang Tua 3)

Temuan ini menunjukkan bahwa pemahaman terhadap karakteristik emosional anak dengan ASD menjadi aspek penting dalam mendukung perkembangan regulasi emosi mereka. Guru dan orang tua perlu memiliki pemahaman yang serupa mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kondisi emosional anak agar dapat memberikan respons yang tepat dan konsisten (Pandiangan & Selian, 2025). Pemahaman ini juga memungkinkan guru untuk merancang strategi pembelajaran yang lebih adaptif serta menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan suportif bagi anak dengan ASD.

Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa individu dengan ASD sering mengalami kesulitan dalam regulasi emosi yang berkaitan dengan keterbatasan dalam pemrosesan sosial-emosional dan komunikasi. Oleh karena itu, pemahaman yang baik mengenai karakteristik emosional anak menjadi langkah awal yang penting bagi guru dan orang tua dalam memberikan dukungan yang efektif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak dengan ASD.

#### **4.2 Menciptakan Lingkungan Belajar yang Terstruktur dan Aman secara Emosional**

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa guru memandang pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang terstruktur dan aman secara emosional bagi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Guru menyadari bahwa anak dengan ASD cenderung lebih nyaman berada dalam situasi yang teratur, konsisten, dan dapat diprediksi. Oleh karena itu, berbagai upaya dilakukan untuk membangun struktur yang jelas dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari, seperti penggunaan jadwal harian yang konsisten, penyampaian aturan kelas secara sederhana dan jelas, serta penerapan rutinitas yang relatif sama dari hari ke hari.

Struktur yang jelas dalam lingkungan belajar membantu anak dengan ASD memahami apa yang akan terjadi selanjutnya dalam kegiatan kelas. Hal ini dapat

mengurangi rasa kebingungan atau kecemasan yang sering muncul ketika anak menghadapi situasi yang tidak terduga. Guru menjelaskan bahwa ketika anak mengetahui urutan kegiatan yang akan dilakukan, mereka cenderung lebih tenang dan lebih mudah mengikuti proses pembelajaran. Sebaliknya, perubahan yang terjadi secara tiba-tiba tanpa persiapan dapat memicu reaksi emosional seperti gelisah, marah, atau menarik diri.

Selain penggunaan jadwal dan rutinitas yang konsisten, guru juga berusaha menciptakan suasana kelas yang aman secara emosional melalui pendekatan yang suportif dan penuh penerimaan. Guru berupaya memberikan respons yang tenang ketika anak mengalami kesulitan emosional serta menghindari pendekatan yang bersifat menghukum. Pendekatan tersebut bertujuan agar anak merasa dihargai dan diterima, sehingga mereka dapat belajar mengekspresikan emosi secara lebih adaptif.

Lingkungan belajar yang terstruktur juga membantu guru dalam memberikan dukungan yang lebih efektif terhadap regulasi emosi anak. Dengan adanya rutinitas yang jelas, guru dapat lebih mudah mengenali perubahan perilaku atau emosi anak ketika terjadi sesuatu yang tidak biasa. Hal ini memungkinkan guru untuk segera memberikan bantuan atau strategi penenangan sebelum emosi anak berkembang menjadi lebih intens.

Temuan penelitian ini sejalan dengan pengalaman orang tua yang memiliki anak dengan ASD dan telah menjalani proses asesmen oleh tenaga profesional seperti psikolog atau terapis. Orang tua menyampaikan bahwa melalui proses asesmen tersebut mereka memperoleh pemahaman mengenai pentingnya rutinitas dan struktur dalam kehidupan sehari-hari anak.

Salah satu orang tua menjelaskan bahwa setelah mendapatkan arahan dari psikolog, mereka mulai menerapkan jadwal kegiatan yang lebih teratur di rumah. Hal tersebut membantu anak merasa lebih tenang dan mudah menyesuaikan diri dengan aktivitas harian.

*“Setelah asesmen dengan psikolog, kami disarankan membuat jadwal kegiatan yang jelas untuk anak. Sejak itu kami mencoba menerapkan rutinitas yang sama setiap hari, seperti waktu belajar, bermain, dan istirahat. Ternyata anak saya jadi lebih tenang dan tidak mudah marah.”* (Orang Tua 1)

Orang tua lainnya juga menyampaikan bahwa anaknya merasa lebih nyaman ketika mengetahui urutan kegiatan yang akan dilakukan, baik di rumah maupun di sekolah. Ketika rutinitas tersebut dijelaskan terlebih dahulu, anak dapat mempersiapkan diri secara emosional.

*“Terapis pernah menyarankan agar kami selalu memberi tahu anak terlebih dahulu kalau ada perubahan kegiatan. Kalau dia sudah tahu sebelumnya, biasanya dia bisa lebih menerima dan tidak terlalu emosional.”* (Orang Tua 2)

Selain itu, orang tua juga mengungkapkan bahwa lingkungan yang tenang dan tidak terlalu banyak rangsangan membantu anak merasa lebih aman secara emosional. Situasi yang terlalu ramai atau tidak terstruktur dapat membuat anak menjadi lebih mudah cemas.

*“Anak saya lebih nyaman kalau lingkungannya tidak terlalu ramai dan kegiatannya jelas. Kalau terlalu banyak perubahan atau suasana terlalu sibuk, dia cepat sekali merasa tidak nyaman dan emosinya bisa naik.”* (Orang Tua 3)

Temuan ini menunjukkan bahwa struktur dan konsistensi dalam lingkungan belajar merupakan faktor penting dalam mendukung regulasi emosi anak dengan ASD. Lingkungan yang terstruktur membantu anak memahami ekspektasi yang ada di kelas serta memberikan rasa aman yang diperlukan untuk berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran. Selain itu, pendekatan yang suportif dari guru juga berperan dalam menciptakan suasana belajar yang aman secara emosional.

Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan berbagai kajian yang menyatakan bahwa anak dengan ASD cenderung membutuhkan lingkungan yang terstruktur dan dapat diprediksi untuk mengurangi kecemasan serta meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola emosi (Selian, 2024). Oleh karena itu, penerapan struktur yang konsisten dalam lingkungan belajar dapat menjadi strategi penting bagi guru dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional anak dengan ASD.

#### **4.3 Penggunaan Strategi Pembelajaran untuk Membantu Anak Mengelola Emosi**

Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru menggunakan berbagai strategi pembelajaran yang bertujuan untuk membantu anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) dalam mengelola emosi mereka selama proses pembelajaran di kelas. Guru menyadari bahwa anak dengan ASD sering mengalami kesulitan dalam memahami dan mengekspresikan emosi secara tepat, sehingga diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih konkret, terstruktur, dan mudah dipahami oleh anak.

Salah satu strategi yang sering digunakan oleh guru adalah penggunaan media visual dalam kegiatan pembelajaran. Media visual seperti gambar ekspresi emosi, kartu emosi, atau jadwal visual membantu anak memahami perasaan yang sedang mereka alami serta memberikan petunjuk mengenai perilaku yang diharapkan dalam situasi tertentu. Guru menjelaskan bahwa penggunaan media visual dapat mempermudah anak dengan ASD dalam memproses informasi karena banyak dari mereka lebih responsif

terhadap informasi yang bersifat visual dibandingkan dengan penjelasan verbal yang panjang.

Selain penggunaan media visual, guru juga berupaya memberikan instruksi yang sederhana, jelas, dan konsisten kepada anak. Guru menyadari bahwa instruksi yang terlalu kompleks dapat membuat anak merasa bingung dan akhirnya memicu frustrasi. Oleh karena itu, guru cenderung menyampaikan arahan secara bertahap dengan bahasa yang sederhana agar anak lebih mudah memahami apa yang harus dilakukan dalam kegiatan pembelajaran.

Strategi lain yang sering diterapkan adalah teknik pengalihan perhatian ketika anak mulai menunjukkan tanda-tanda ketegangan emosional. Guru berusaha mengalihkan fokus anak pada aktivitas lain yang lebih menenangkan atau menarik bagi anak, seperti bermain dengan alat tertentu, melakukan aktivitas sensorik sederhana, atau berpindah ke kegiatan yang lebih disukai oleh anak. Pendekatan ini dilakukan untuk membantu anak menenangkan diri sebelum emosi mereka berkembang menjadi lebih intens.

Selain itu, guru juga memberikan waktu jeda (*cooling-down time*) kepada anak ketika mereka mulai menunjukkan tanda-tanda frustrasi atau kelelahan secara emosional. Waktu jeda ini memungkinkan anak untuk menenangkan diri di tempat yang lebih tenang sebelum kembali mengikuti kegiatan pembelajaran. Guru memandang bahwa memberikan waktu bagi anak untuk mengatur kembali emosinya merupakan bagian penting dari proses pembelajaran regulasi emosi.

Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh pengalaman orang tua yang memiliki anak dengan ASD dan telah menjalani proses asesmen oleh tenaga profesional seperti psikolog, terapis, atau guru pendidikan khusus. Orang tua menyampaikan bahwa berbagai strategi yang diterapkan di sekolah juga dianjurkan oleh tenaga profesional untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari di rumah.

Salah satu orang tua menjelaskan bahwa penggunaan media visual membantu anak memahami emosi dan situasi yang sedang dihadapi.

*“Psikolog pernah menyarankan kami menggunakan gambar atau kartu emosi untuk membantu anak mengenali perasaannya. Ketika dia mulai marah atau sedih, kami tunjukkan gambar emosi tersebut dan perlahan dia mulai belajar memahami apa yang dia rasakan.”* (Orang Tua 1)

Orang tua lainnya juga mengungkapkan bahwa memberikan instruksi yang sederhana dan jelas sangat membantu anak dalam mengikuti kegiatan sehari-hari tanpa merasa terlalu tertekan.

*“Terapis anak saya pernah mengatakan bahwa instruksi harus dibuat sederhana dan satu per satu. Kalau terlalu banyak sekaligus, anak saya jadi bingung dan akhirnya malah frustrasi.”* (Orang Tua 2)

Selain itu, orang tua juga menjelaskan bahwa memberikan waktu jeda ketika anak mulai merasa tidak nyaman secara emosional dapat membantu anak menenangkan diri.

*“Kalau anak saya mulai terlihat gelisah atau emosinya naik, biasanya kami beri waktu untuk menenangkan diri dulu. Setelah dia lebih tenang, baru kami ajak kembali melakukan kegiatan seperti biasa.”* (Orang Tua 3)

Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan strategi pembelajaran yang tepat dapat membantu anak dengan ASD dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosi secara bertahap. Pendekatan yang bersifat konkret, sederhana, dan responsif terhadap kebutuhan anak memungkinkan mereka untuk belajar mengenali dan mengelola emosi dengan cara yang lebih adaptif (Intan & Selian, 2025). Selain itu, konsistensi dalam penerapan strategi antara lingkungan sekolah dan rumah juga menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan emosional anak dengan ASD.

Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa anak dengan ASD memerlukan strategi pembelajaran yang bersifat visual, terstruktur, dan berulang untuk membantu mereka memahami situasi sosial dan emosional. Oleh karena itu, peran guru dalam mengembangkan dan menerapkan strategi pembelajaran yang sesuai menjadi sangat penting dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak dengan ASD di lingkungan sekolah.

#### **4.4 Pendekatan Empatik dan Dukungan Emosional dari Guru**

Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru tidak hanya berperan sebagai fasilitator pembelajaran akademik, tetapi juga sebagai sosok yang memberikan dukungan emosional bagi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Guru menyadari bahwa anak dengan ASD sering mengalami kesulitan dalam memahami dan mengekspresikan emosi secara tepat, sehingga mereka membutuhkan pendekatan yang lebih empatik, sabar, dan penuh pengertian dalam proses pembelajaran. Pendekatan empatik ini tercermin dari upaya guru untuk memahami kondisi emosional anak, memberikan respons yang tenang ketika anak mengalami kesulitan, serta membantu anak belajar mengenali dan mengekspresikan emosi mereka secara lebih adaptif.

Guru menjelaskan bahwa ketika anak menunjukkan tanda-tanda frustrasi atau ketegangan emosional, mereka berusaha merespons dengan cara yang menenangkan, seperti berbicara dengan nada suara yang lembut, memberikan kesempatan kepada anak

untuk menenangkan diri, serta menunjukkan sikap yang tidak menghakimi. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu anak merasa aman secara emosional sehingga mereka lebih mudah menerima arahan dan kembali terlibat dalam kegiatan pembelajaran. Guru juga menekankan pentingnya kesabaran dalam menghadapi berbagai respons emosional anak, karena proses belajar mengelola emosi bagi anak dengan ASD membutuhkan waktu dan dukungan yang konsisten.

Selain itu, guru juga memberikan penguatan positif ketika anak mampu mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang lebih tepat. Penguatan tersebut dapat berupa pujian, perhatian positif, atau penghargaan sederhana yang menunjukkan bahwa usaha anak dalam mengelola emosi dihargai oleh lingkungan sekitarnya. Melalui pendekatan ini, anak secara bertahap belajar bahwa mengekspresikan emosi secara lebih adaptif merupakan perilaku yang positif dan diterima.

Pendekatan empatik yang dilakukan guru juga membantu membangun hubungan yang lebih positif antara guru dan siswa. Hubungan yang didasarkan pada rasa percaya dan penerimaan memungkinkan anak merasa lebih nyaman untuk mengekspresikan perasaan mereka di lingkungan sekolah. Ketika anak merasa dipahami dan diterima oleh guru, mereka cenderung lebih terbuka dalam berkomunikasi dan lebih mampu mengembangkan keterampilan regulasi emosi secara bertahap.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh pengalaman orang tua yang memiliki anak dengan ASD dan telah menjalani proses asesmen oleh tenaga profesional seperti psikolog, terapis, atau guru pendidikan khusus. Orang tua mengungkapkan bahwa sikap empatik dan dukungan emosional dari guru memiliki pengaruh yang besar terhadap kenyamanan anak dalam mengikuti kegiatan di sekolah.

Salah satu orang tua menjelaskan bahwa anaknya menunjukkan perubahan perilaku yang positif ketika guru memberikan pendekatan yang penuh kesabaran dan pengertian.

*“Guru di sekolah anak saya sangat sabar menghadapi dia. Kalau anak saya mulai kesal atau tidak mau mengikuti pelajaran, gurunya tidak langsung memarahi, tetapi mencoba menenangkan dulu. Menurut saya itu sangat membantu anak saya merasa lebih nyaman di sekolah.”* (Orang Tua 1)

Orang tua lainnya juga menyampaikan bahwa dukungan emosional dari guru membuat anak merasa lebih percaya diri dalam berinteraksi di lingkungan sekolah.

*“Setelah guru lebih sering memberi pujian ketika anak saya berhasil menenangkan diri atau mengikuti arahan, saya melihat dia jadi lebih percaya diri. Dia juga lebih mau mencoba mengungkapkan perasaannya.”* (Orang Tua 2)

Selain itu, orang tua juga menilai bahwa hubungan yang hangat antara guru dan anak sangat penting bagi perkembangan emosional anak dengan ASD.

*“Psikolog pernah mengatakan bahwa anak dengan autisme membutuhkan orang dewasa yang bisa memahami mereka dengan sabar. Saya melihat guru di sekolah anak saya berusaha membangun hubungan yang baik dengan anak-anak, sehingga anak saya merasa lebih aman.”* (Orang Tua 3)

Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan empatik dan dukungan emosional dari guru merupakan komponen penting dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak dengan ASD. Lingkungan belajar yang penuh penerimaan dan empati membantu anak merasa lebih aman secara emosional (Ramadhini & Selian, 2025), sehingga mereka memiliki kesempatan yang lebih besar untuk belajar memahami dan mengelola emosi mereka.

Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan berbagai kajian dalam bidang pendidikan dan psikologi perkembangan yang menekankan pentingnya hubungan yang suportif antara guru dan siswa dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional anak. Bagi anak dengan ASD, dukungan emosional yang konsisten dari guru dapat menjadi faktor penting dalam membantu mereka mengembangkan keterampilan regulasi emosi serta meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran.

#### **4.5 Tantangan Guru dalam Mendukung Regulasi Emosi Anak dengan Autism Spectrum Disorder**

Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru menghadapi berbagai tantangan dalam mendukung regulasi emosi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) di lingkungan sekolah. Meskipun guru berupaya menerapkan berbagai strategi yang mendukung perkembangan emosional anak, proses tersebut tidak selalu berjalan mudah karena adanya beragam faktor yang memengaruhi dinamika pembelajaran di kelas. Tantangan-tantangan tersebut berkaitan dengan keterbatasan waktu dalam kegiatan pembelajaran, perbedaan kebutuhan setiap anak dengan ASD, serta situasi kelas yang terkadang menjadi sulit dikendalikan ketika anak mengalami ledakan emosi.

Salah satu tantangan utama yang dihadapi guru adalah keterbatasan waktu dalam memberikan perhatian yang optimal kepada setiap anak. Dalam situasi kelas yang melibatkan beberapa siswa dengan kebutuhan yang berbeda, guru perlu membagi perhatian antara mendukung perkembangan akademik dan membantu anak mengelola emosi mereka. Kondisi ini terkadang membuat guru harus mengambil keputusan secara cepat ketika anak menunjukkan respons emosional yang intens, seperti menangis, marah, atau menolak mengikuti kegiatan pembelajaran.

Selain itu, guru juga menghadapi tantangan terkait perbedaan karakteristik dan kebutuhan individual setiap anak dengan ASD. Setiap anak memiliki pola respons emosional, tingkat sensitivitas, serta cara komunikasi yang berbeda. Oleh karena itu, strategi yang efektif bagi satu anak belum tentu dapat diterapkan secara langsung kepada anak yang lain. Guru perlu terus melakukan penyesuaian dalam pendekatan yang digunakan agar dapat memberikan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak.

Situasi kelas juga dapat menjadi lebih kompleks ketika anak mengalami ledakan emosi atau kesulitan mengendalikan perilaku mereka di tengah kegiatan pembelajaran. Dalam kondisi tersebut, guru tidak hanya perlu menenangkan anak yang sedang mengalami kesulitan emosional, tetapi juga harus menjaga agar proses pembelajaran bagi siswa lain tetap berjalan dengan baik. Hal ini menuntut kemampuan guru untuk tetap bersikap tenang, sabar, dan responsif terhadap situasi yang terjadi di kelas.

Meskipun menghadapi berbagai tantangan tersebut, guru menyadari bahwa membantu anak dengan ASD mengembangkan kemampuan regulasi emosi merupakan proses yang membutuhkan kesabaran, konsistensi, dan komitmen jangka panjang. Guru menekankan bahwa perkembangan kemampuan regulasi emosi tidak terjadi secara instan, melainkan melalui proses pembelajaran yang berlangsung secara bertahap melalui pengalaman sehari-hari di lingkungan sekolah.

Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh pengalaman orang tua yang memiliki anak dengan ASD dan telah menjalani proses asesmen oleh tenaga profesional seperti psikolog, terapis, atau guru pendidikan khusus. Orang tua menyadari bahwa mendukung perkembangan emosional anak dengan ASD merupakan proses yang penuh tantangan dan membutuhkan kerja sama antara keluarga dan sekolah.

Salah satu orang tua menjelaskan bahwa mengelola emosi anak dengan ASD sering kali menjadi tantangan baik di rumah maupun di sekolah, terutama ketika anak mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan mereka.

*“Kadang anak saya bisa tiba-tiba marah atau menangis tanpa alasan yang jelas bagi orang lain. Setelah konsultasi dengan psikolog, kami memahami bahwa sebenarnya dia sedang merasa kewalahan, tetapi tidak tahu bagaimana menyampaikannya.”* (Orang Tua 1)

Orang tua lainnya juga mengungkapkan bahwa setiap anak dengan ASD memiliki kebutuhan yang berbeda sehingga pendekatan yang digunakan perlu disesuaikan secara individual.

*“Terapis pernah mengatakan bahwa setiap anak dengan autisme itu unik. Cara*

*yang berhasil untuk satu anak belum tentu berhasil untuk anak yang lain. Karena itu guru dan orang tua perlu terus mencoba berbagai cara sampai menemukan yang paling sesuai.” (Orang Tua 2)*

Selain itu, orang tua juga menyadari bahwa proses membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi membutuhkan waktu dan konsistensi dari semua pihak yang terlibat.

*“Kami belajar bahwa perkembangan anak tidak bisa dipaksakan. Perlu kesabaran dan latihan terus-menerus, baik di rumah maupun di sekolah. Dukungan dari guru sangat membantu karena anak mendapatkan pendekatan yang sama di dua lingkungan.” (Orang Tua 3)*

Temuan ini menunjukkan bahwa mendukung regulasi emosi anak dengan ASD merupakan proses yang kompleks dan menuntut kerja sama yang berkelanjutan antara guru, orang tua, dan tenaga profesional. Tantangan yang dihadapi guru tidak hanya berkaitan dengan karakteristik individu anak, tetapi juga dengan dinamika lingkungan pembelajaran yang harus dikelola secara bersamaan.

Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan berbagai kajian dalam bidang pendidikan khusus yang menyatakan bahwa dukungan terhadap regulasi emosi anak dengan ASD memerlukan pendekatan yang individual, konsisten, dan kolaboratif (Selian, 2023). Oleh karena itu, penguatan kapasitas guru melalui pelatihan, dukungan profesional, serta kerja sama yang baik dengan keluarga menjadi faktor penting dalam membantu anak dengan ASD mengembangkan kemampuan regulasi emosi secara lebih adaptif di lingkungan sekolah.

#### **4.6 Pentingnya Kolaborasi antara Guru, Orang Tua, dan Tenaga Profesional**

Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru memandang kolaborasi antara guru, orang tua, dan tenaga profesional sebagai aspek yang sangat penting dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD). Guru menyadari bahwa kebutuhan anak dengan ASD tidak hanya berkaitan dengan aspek akademik, tetapi juga melibatkan perkembangan sosial, komunikasi, dan kemampuan mengelola emosi. Oleh karena itu, dukungan yang diberikan kepada anak perlu dilakukan secara terpadu melalui kerja sama yang baik antara berbagai pihak yang terlibat dalam kehidupan anak.

Guru menjelaskan bahwa komunikasi yang terbuka dengan orang tua membantu mereka memahami kondisi dan kebutuhan anak secara lebih menyeluruh. Informasi yang diperoleh dari orang tua mengenai kebiasaan anak di rumah, respons emosional yang sering muncul, serta strategi yang efektif dalam menenangkan anak dapat menjadi

acuan bagi guru dalam merancang pendekatan yang lebih sesuai di lingkungan sekolah. Sebaliknya, guru juga memberikan umpan balik kepada orang tua mengenai perkembangan anak di kelas serta situasi-situasi yang memengaruhi kondisi emosional anak selama proses pembelajaran.

Selain kerja sama dengan orang tua, guru juga menilai bahwa peran tenaga profesional seperti psikolog, terapis, atau guru pendidikan khusus sangat penting dalam memberikan arahan yang lebih terstruktur mengenai kebutuhan anak. Melalui proses asesmen dan intervensi yang dilakukan oleh tenaga profesional, guru dapat memperoleh pemahaman yang lebih jelas mengenai karakteristik anak serta strategi yang dapat digunakan untuk mendukung perkembangan emosional mereka. Informasi tersebut kemudian dapat diintegrasikan ke dalam praktik pembelajaran sehari-hari di kelas.

Kolaborasi yang baik antara sekolah, keluarga, dan tenaga profesional juga memungkinkan adanya konsistensi dalam pendekatan yang diterapkan kepada anak. Ketika strategi yang digunakan di sekolah sejalan dengan pendekatan yang diterapkan di rumah maupun dalam terapi, anak akan lebih mudah memahami ekspektasi yang diberikan oleh lingkungannya. Konsistensi ini menjadi faktor penting dalam membantu anak dengan ASD mengembangkan kemampuan regulasi emosi secara bertahap.

Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh pengalaman orang tua yang memiliki anak dengan ASD dan telah menjalani proses asesmen oleh tenaga profesional. Orang tua mengungkapkan bahwa komunikasi dan kerja sama dengan guru sangat membantu mereka dalam memahami perkembangan anak serta menerapkan strategi yang sesuai di rumah.

Salah satu orang tua menjelaskan bahwa setelah anak menjalani proses asesmen dengan psikolog, mereka mulai lebih sering berkomunikasi dengan guru untuk menyamakan pendekatan yang digunakan dalam mendampingi anak.

*“Setelah anak saya menjalani asesmen dengan psikolog, kami mulai lebih sering berdiskusi dengan guru di sekolah. Kami saling berbagi informasi tentang bagaimana cara menghadapi anak ketika emosinya naik, sehingga pendekatan di rumah dan di sekolah bisa lebih selaras.”* (Orang Tua 1)

Orang tua lainnya juga menyampaikan bahwa dukungan dari guru dan terapis membantu mereka memahami strategi yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari anak.

*“Terapis anak saya sering memberikan saran tentang bagaimana membantu anak mengelola emosinya. Guru di sekolah juga ikut menerapkan beberapa strategi tersebut, jadi kami merasa ada kerja sama yang baik antara sekolah dan tempat*

*terapi.*” (Orang Tua 2)

Selain itu, orang tua juga menekankan bahwa komunikasi yang terbuka antara guru dan keluarga membuat mereka merasa lebih didukung dalam mendampingi perkembangan anak.

*“Saya merasa sangat terbantu ketika guru memberikan informasi tentang perkembangan anak di sekolah. Dengan begitu kami bisa memahami apa yang perlu dilanjutkan di rumah agar anak mendapatkan dukungan yang konsisten.”* (Orang Tua 3)

Temuan ini menunjukkan bahwa kolaborasi yang efektif antara guru, orang tua, dan tenaga profesional merupakan faktor penting dalam mendukung perkembangan emosional anak dengan ASD. Kerja sama yang baik memungkinkan adanya pertukaran informasi yang konstruktif, penyesuaian strategi, serta dukungan yang lebih konsisten bagi anak dalam berbagai lingkungan kehidupan mereka.

Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan berbagai kajian dalam bidang pendidikan inklusif dan pendidikan khusus yang menekankan pentingnya pendekatan kolaboratif dalam mendukung perkembangan anak dengan kebutuhan khusus (Pandriangan & Selian, 2025). Kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan tenaga profesional tidak hanya membantu mengoptimalkan proses pembelajaran, tetapi juga memberikan dukungan yang lebih komprehensif bagi perkembangan sosial dan emosional anak dengan ASD.

#### **4 KESIMPULAN**

Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa guru memegang peran sentral dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) melalui pendekatan yang terstruktur, empatik, dan kolaboratif. Guru menunjukkan pemahaman yang baik terhadap karakteristik emosional anak, yang menjadi dasar dalam merancang strategi pembelajaran adaptif, seperti penggunaan media visual, instruksi sederhana, teknik pengalihan perhatian, serta pemberian waktu jeda. Selain itu, penciptaan lingkungan belajar yang aman dan konsisten terbukti membantu anak merasa lebih nyaman secara emosional. Dukungan empatik dari guru juga memperkuat hubungan positif dengan siswa, sehingga meningkatkan keterlibatan mereka dalam pembelajaran. Meskipun terdapat berbagai tantangan, kolaborasi antara guru, orang tua, dan tenaga profesional menjadi faktor kunci dalam memastikan keberhasilan pengembangan regulasi emosi anak secara optimal dan berkelanjutan.

#### **5 DAFTAR PUSTAKA**

Alim, U. N., Hamidah, N. F., & Sahabuddin, E. S. (2025). Strategi guru dalam

- efektivitas pembelajaran siswa autisme (Studi kasus di SLB Arnadya Makassar). Retrieved from <https://jurnal.citrabakti.ac.id/index.php/jpicb/article/view/5006>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Anggraheni, V. T. L. (2025). Strategi guru dalam menghadapi tantangan pembelajaran anak pada autisme di SMK regular. Retrieved from <https://ojs.smkmerahputih.com/index.php/jimu/article/view/940>
- Cahyani, S. S., & Salim, A. (2025). Strategi guru dalam mengembangkan kemampuan sosial dan emosional anak dengan gangguan Autism Spectrum Disorder (ASD) di kelas B Sekolah TK ABA 1 Candi. Retrieved from <https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/view/9230>
- Ciptra, W. T. (2025). Literasi emosi sebagai strategi pendekatan terhadap anak dengan gangguan spektrum autisme (GSA) di sekolah inklusi. Retrieved from <https://cibangsa.com/index.php/sindoro/article/view/4394>
- Dahwan, M., & Rahman, M. H. (2025). Strategi guru dalam membantu mengelola emosi anak usia dini di TK ABA 4 Tanjung Tiram Batubara. Prosiding Fakultas Agama Islam Universitas Dharmawangsa. Retrieved from <https://proceeding.dharmawangsa.ac.id/index.php/PFAI/article/view/539>
- Firmansyah, E. H. (2025). Peran guru dalam menghadapi siswa autisme di SLB C dan C1 Yakut Purwokerto. *Jurnal Psikologi*, 2(4), 1–8. <https://doi.org/10.47134/pjp.v2i4.4470>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Intan, I., & Selian, S. N. (2025). Dukungan orang tua dan prestasi belajar anak Down syndrome di sekolah luar biasa (SLB). *Journal of Innovative and Creativity*, 5(3), 29568–29577. Retrieved from <https://joecy.org/index.php/joecy/article/view/4427>
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491–525. <https://doi.org/10.3102/0034654308325693>
- Kurniawana, A. P., Yumarnis, A. S., Fitri, A. A., Hadifad, I., Kartika, W. I., & Pertiwi, A. D. (2025). Peran guru dalam menangani kesulitan belajar pada anak autisme. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 1310–1319. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i1.1342>

- Lumbantoruan, H., Susanti, C., Chandrawin, I. F., Suryani, S., Mirza, R., & Hasibuan, M. F. (2024). Regulasi emosi shadow teacher dalam membimbing anak autisme di sekolah TK Maitreyawira Deli Serdang. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 5(1), 286–291. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i1.306>
- Mazefsky, C. A., Herrington, J., Siegel, M., Scarpa, A., Maddox, B. B., Scahill, L., & White, S. W. (2013). The role of emotion regulation in autism spectrum disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 52(7), 679–688. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.05.006>
- Nisa, K., Rahman, A., & Putri, D. A. (2025). Teacher challenges in supporting emotional regulation of children with autism in inclusive classrooms. *Jurnal Pendidikan Inklusif Indonesia*, 9(1), 45–56.
- Nisa, L. K., Perdani, R. R. W., Graharti, R., Wardani, D. W. S. R., Fiana, D. N., & Rahmayani, F. (2025). Tantangan dan strategi dalam menangani anak dengan gangguan spektrum autisme: Literatur review. *Jurnal Medula*, 14(10). <https://doi.org/10.53089/medula.v14i10.1356>
- Pandiangan, K. A., & Selian, S. N. (2025). Pola asuh orang tua dan strategi guru dalam mendukung anak disleksia. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4b), 1891–1906. Retrieved from <https://indojurnal.com/index.php/jejakdigital/article/view/464>
- Panggayuh, G. S. L. (2025). Strategi guru dalam mengelola pembelajaran bagi siswa dengan ASD (kategori sedang) di lingkungan sekolah inklusi Surakarta. *GURUKU: Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 3(3), 159–166. <https://doi.org/10.59061/guruku.v3i3.1094>
- Perangin-angin, M. T., & Damanik, S. H. (2025). Analisis strategi guru dalam mengembangkan keterampilan sosial anak Autism Spectrum Disorder (ASD) usia 5–6 tahun TK Pembina 1 Medan. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Pendidikan*, 4(1), 503–513. <https://doi.org/10.55606/jurripen.v4i1.4846>
- Prasetyo, T., & Supena, A. (2021). Strategi guru pembimbing khusus untuk meningkatkan fungsi eksekutif peserta didik berkebutuhan khusus autisme. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 4236–4246. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1505>
- Ramadhini, S., & Selian, H. (2025). Emotional regulation development in elementary school students: A developmental perspective. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(2), 112–124.
- Ramadhini, S., & Selian, S. N. (2025). Society's view of children with special needs disabilities: Between empathy and stereotypes. *Journal of Insan Mulia Education*,

3(1), 1–7. <https://doi.org/10.59923/joinme.v3i1.401>

- Restukurnia, I., Setiawan, A. A., Darmawan, A. S., Kirana, P., & Wandira, P. A. (2024). Strategi guru dalam mendukung anak autisme dengan pendekatan efektif di SLB Ananda Mandiri. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 10(4), 298–311. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i04.5106>
- Restukurnia, R., Suryadi, A., & Mulyani, S. (2024). Teacher roles in fostering social-emotional learning in inclusive education settings. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 13(1), 78–90.
- Rodiyah, A. S., & Harsiwi, N. E. (2025). Strategi pembelajaran guru dalam mengajarkan anak autisme di SLB PGRI Kamal. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 3(6).
- Rohmah, F., Fadliansyah, F., & Oktaviani, A. M. (2025). Strategi pembelajaran anak Autism Spectrum Disorder (ASD) di SD Negeri. *Arus Jurnal Pendidikan*, 5(2), 226–231. <https://doi.org/10.57250/ajup.v5i3>
- Rohmah, L., Kurniawan, F., & Astuti, R. (2025). Classroom strategies for improving emotional regulation among children with autism spectrum disorder. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 11(2), 101–115.
- Santrock, J. W. (2018). *Educational psychology* (6th ed.). McGraw-Hill Education.
- Selian, H. (2024). Emotional difficulties in children with autism spectrum disorder: Implications for learning. *Jurnal Psikologi Anak*, 10(1), 23–35.
- Selian, S. N. (2023). *Asesmen anak berkebutuhan khusus*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press. Retrieved from <https://uskpress.usk.ac.id/product/asesmen-anak-berkebutuhan-khusus/>
- Selian, S. N. (2024). *Psikologi anak berkebutuhan khusus*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press. Retrieved from <https://uskpress.usk.ac.id/product/psikologi-anak-berkebutuhan-khusus/>
- Shalehah, N., Suminar, T., & Diana, D. (2023). Strategi guru dalam meningkatkan keterampilan sosial anak Autism Spectrum Disorder (ASD). Retrieved from <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/5287>
- Tobing, D. L., & Damanik, S. H. (2024). Analisis peran guru dalam menghadapi perilaku tantrum pada anak dengan diagnosa autisme di TK Karunia Medan Johor. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(4), 19403–19408.
- Tobing, R., & Damanik, E. (2024). Behavioral problems related to emotional dysregulation in elementary school students. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 16(1), 55–66.

- Wardhana, D., & Suryanto, T. (2025). Emotional regulation and learning engagement in children with special needs. *Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia*, 8(1), 33–47.
- Wardhana, L. D. R., & Suryanto. (2025). Gambaran regulasi emosi guru pendamping siswa berkebutuhan khusus autis. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 14(3), 343–350. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v14i3>
- Wulan, H., & Harahap, A. S. (2025). Strategi guru dalam mengelola emosi anak usia dini di RA Miftaahul Uluum Sei Renggas. *Prosiding Seminar Nasional dan Internasional Universitas Dharmawangsa*. Retrieved from <https://proceeding.dharmawangsa.ac.id/index.php/PROSUNDHAR/article/view/502>
- Winata, S. P. (2025). Strategi guru dalam mengelola kelas inklusif bagi siswa autisme di tingkat sekolah menengah pertama. Retrieved from <https://e-journal.unu-jogja.ac.id/pgsd/index.php/primer/article/view/53>