

Analisis Pendekatan Adaptif: Studi Literatur Untuk Kemandirian Anak Autis Ringan Melalui Peran Aktif Orang Tua

Wike Afsari Sinaga¹, Fitri Handayani Chaniago², Shafira Rahma Dina Sinaga³, Amanda Olivia Munthe⁴, Rivandi Anju Gurning⁵, Anggia Puteri⁶

¹⁻⁶ Universitas Negeri Medan, Indonesia

Alamat: Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec.Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara

Email: wikeafsarisinaga@gmail.com¹, fh0518732@gmail.com², shafirarahmadina31@gmail.com³, amandaoliviamunthe@gmail.com⁴, anjugurningrivandi@gmail.com⁵, anggia@unimed.ac.id⁶

Abstract. Adaptive approach is an intervention strategy that places the unique needs of each child with mild autism as the center of attention, so that learning and therapy methods are flexibly adjusted to individual characteristics and abilities. This literature review examines how adaptive approach can increase the independence of children with mild autism through the active role of parents and the implementation of structured daily activities. Parents act as the main partners in the learning process, not only providing emotional support, but also becoming facilitators who help children apply the skills learned at school into everyday life at home. Structured daily activities provide clear and consistent routines, helping children understand and anticipate activities, thereby reducing anxiety and increasing focus in carrying out tasks. Stimulus-response techniques are an effective method in developing children's adaptive behavior, with positive reinforcement that motivates children to continue learning and repeating independent behavior. Close collaboration between teachers, therapists, and parents creates an adaptive and consistent learning environment, which allows children to develop independence gradually and sustainably. This study confirms that holistic interventions involving full support from parents and the implementation of structured daily activities are the keys to success in increasing the independence of children with mild autism.

Keywords: Adaptive approach, Mild autism, Parental role, Literature review.

Abstrak. Pendekatan adaptif merupakan strategi intervensi yang menempatkan kebutuhan unik setiap anak dengan autis ringan sebagai pusat perhatian, sehingga metode pembelajaran dan terapi disesuaikan secara fleksibel dengan karakteristik dan kemampuan individu. Kajian literatur ini mengkaji bagaimana pendekatan adaptif dapat meningkatkan kemandirian anak dengan autis ringan melalui peran aktif orang tua dan penerapan kegiatan harian yang terstruktur. Orang tua berperan sebagai mitra utama dalam proses pembelajaran, tidak hanya memberikan dukungan emosional, tetapi juga menjadi fasilitator yang membantu anak menerapkan keterampilan yang dipelajari di sekolah ke dalam kehidupan sehari-hari di rumah. Kegiatan harian yang terstruktur memberikan rutinitas yang jelas dan konsisten, membantu anak memahami dan mengantisipasi aktivitas sehingga mengurangi kecemasan dan meningkatkan fokus dalam menjalankan tugas. Teknik stimulus-respon menjadi metode efektif dalam mengembangkan perilaku adaptif anak, dengan penguatan positif yang memotivasi anak untuk terus belajar dan mengulangi perilaku mandiri. Kolaborasi erat antara guru, terapis, dan orang tua menciptakan lingkungan belajar yang adaptif dan konsisten, yang memungkinkan anak mengembangkan kemandirian secara bertahap dan berkelanjutan. Kajian ini menegaskan bahwa intervensi yang holistik dan melibatkan dukungan penuh dari orang tua serta penerapan kegiatan harian yang terstruktur merupakan kunci keberhasilan dalam meningkatkan kemandirian anak dengan autis ringan.

Kata kunci: Pendekatan adaptif, Autis ringan, Peran orang tua, Kajian literatur.

1. LATAR BELAKANG

Pendidikan inklusif merupakan pendekatan pendidikan yang memberikan kesempatan kepada semua anak, termasuk anak berkebutuhan khusus (ABK), untuk belajar bersama dalam satu lingkungan yang sama. Salah satu kelompok ABK yang umum ditemukan di sekolah inklusif adalah anak dengan gangguan spektrum autisme, khususnya autisme ringan. Anak

autis ringan memiliki kecenderungan mengalami hambatan dalam komunikasi sosial, seperti kesulitan memulai dan mempertahankan interaksi, memahami isyarat sosial, dan menjalin relasi sosial yang bermakna.

Menurut Garnida (2015) pendidikan inklusif merupakan sistem penyelenggaraan pendidikan bagi anak-anak yang memiliki keterbatasan tertentu dan anak-anak lainnya yang disatukan dengan tanpa mempertimbangkan keterbatasan masing-masing. Secara umum dapat disimpulkan bahwa pendidikan inklusif adalah konsep pendidikan terpadu bagi semua anak untuk memperoleh pendidikan yang layak, khususnya bagi anak berkebutuhan khusus yang diselenggarakan di sekolah formal. Kurikulum dalam pendidikan inklusif juga harus disesuaikan dengan kebutuhan siswa, baik siswa reguler maupun siswa berkebutuhan khusus. Hal ini bertujuan agar tidak terjadi ketimpangan proses pemberian ilmu dari guru ke siswa.

Anak dengan gangguan spektrum autisme (autis) merupakan bagian dari anak berkebutuhan khusus (ABK) yang memerlukan pendekatan dan strategi pembelajaran yang berbeda dari anak pada umumnya. Salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh anak autis, termasuk yang berada pada tingkat ringan, adalah keterbatasan dalam kemampuan interaksi sosial. Anak dengan autisme ringan sering kesulitan menjalin komunikasi timbal balik, memahami ekspresi sosial, serta menjalin hubungan dengan teman sebaya di lingkungan sekolah.

Anak dengan autisme ringan merupakan bagian dari spektrum autisme yang menunjukkan kebutuhan dukungan minimal namun tetap memerlukan pendekatan khusus dalam proses tumbuh kembangnya. Berdasarkan klasifikasi DSM-5, autisme ringan tergolong dalam Autism Spectrum Disorder (ASD) level 1, yang ditandai dengan kesulitan dalam komunikasi sosial serta perilaku terbatas dan repetitif, meskipun fungsi kognitif umumnya berada dalam rentang normal (American Psychiatric Association, 2013). Meskipun terlihat “berfungsi tinggi,” anak dengan autis ringan tetap menghadapi tantangan besar dalam hal interaksi sosial dan kemandirian.

Kemandirian merupakan kemampuan individu untuk mengelola aktivitas sehari-hari secara mandiri, termasuk kebersihan diri, berpakaian, makan, dan pengambilan keputusan sederhana. Bagi anak dengan autis ringan, pengembangan kemandirian memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesiapan menghadapi tantangan sosial. Kurangnya kemandirian dapat menyebabkan ketergantungan jangka panjang terhadap orang tua dan mempersempit ruang partisipasi dalam kehidupan sosial.

Upaya meningkatkan kemandirian anak dengan autisme memerlukan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik individual. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif adalah pendekatan adaptif, yaitu strategi pendidikan dan terapi yang menyesuaikan dengan kekuatan, kebutuhan, dan konteks lingkungan anak (Smith, 2010). Pendekatan ini menekankan fleksibilitas dan individualisasi, sehingga mampu memberikan respons optimal terhadap kebutuhan unik setiap anak.

Pendekatan adaptif mencakup berbagai strategi seperti penggunaan jadwal visual, pemecahan tugas (task analysis), penguatan positif, dan pemberian instruksi yang konkret. Dalam pelaksanaannya, peran orang tua sangat menentukan keberhasilan intervensi. Orang tua bukan hanya sebagai pendamping, tetapi sebagai fasilitator utama yang secara langsung terlibat dalam proses pembelajaran anak di rumah. Keterlibatan aktif orang tua dalam implementasi strategi adaptif telah terbukti memperkuat keterampilan anak, meningkatkan konsistensi pengasuhan, dan mempercepat proses generalisasi keterampilan ke dalam konteks kehidupan nyata.

Sejalan dengan itu, kegiatan harian seperti makan, mandi, berpakaian, dan membantu pekerjaan rumah tangga merupakan sarana alami untuk melatih kemandirian anak. Rutinitas harian menyediakan struktur yang dapat diprediksi dan memberi kesempatan bagi anak untuk berlatih keterampilan secara kontekstual. Pentingnya menekankan kegiatan harian sebagai media pembelajaran, terutama bagi anak-anak yang membutuhkan kejelasan struktur dalam pembelajaran.

Orangtua merupakan penanggung jawab utama dalam perkembangan dan pendidikan anaknya. Peran orangtua sangat menentukan dimana dan bagaimana anaknya menjalani pendidikan untuk persiapan masa depan. Pendidikan di luar keluarga bukan berarti orangtua melepaskan tanggung jawab atas pendidikan anak-anaknya. Namun lebih kepada terbatasnya pengetahuan orangtua dalam memberikan ilmu yang tiap waktu terus berkembang mengikuti perkembangan zaman. Selain itu keterbatasan waktu orangtua dalam mendampingi anaknya dalam belajar karena kesibukan mereka dalam memenuhi kebutuhan hidup keluarga.

Atas dasar tersebutlah orangtua mempercayakan pendidikan anak-anaknya kepada pihak lain yang dalam hal ini adalah lembaga pendidikan (Ekawati dan Lian 2022). Peran orangtua menjadi faktor pendukung dalam keberlangsungan pendidikan seorang anak, terkhusus bagi anak berkebutuhan khusus. Dukungan orang tua dan keluarga sangat dibutuhkan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) yang bersekolah di sekolah inklusi karena keberadaan ABK di kelas inklusif membuat mereka menghadapi banyak tuntutan dan harapan dari

lingkungan sekolah (Septi Nurfadhillah, 2021). Siswa inklusi diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, selain itu mereka juga diharapkan mampu mengikuti pembelajaran yang telah disesuaikan dengan kebutuhan dan keterbatasan ABK.

Kerjasama antara guru dan orang tua sangat penting dalam pelaksanaan pembelajaran karena waktu yang digunakan anak untuk belajar disekolah sangat terbatas, sedangkan waktu anak bersama keluarga relatif lebih lama. Kedua kondisi ini harus dipadukan sehingga waktu yang digunakan anak untuk memperoleh pengalaman pembelajaran akan lebih efektif dan efisien (Tarmansyah, 2009).

Namun demikian, tidak semua orang tua memahami bagaimana cara menerapkan kegiatan harian secara sistematis untuk membangun kemandirian anak. Seringkali, strategi yang digunakan tidak sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan anak, sehingga hasil intervensi tidak optimal. Inilah yang menegaskan pentingnya kajian berbasis literatur untuk memperkuat pemahaman orang tua tentang pendekatan adaptif yang aplikatif.

Literatur juga menunjukkan bahwa kolaborasi antara keluarga dan tenaga profesional dalam menyusun strategi pembelajaran dapat menghasilkan perubahan perilaku anak yang lebih konsisten dan berkelanjutan. Ketika orang tua dilibatkan dalam perencanaan dan evaluasi intervensi, mereka menjadi lebih percaya diri dan mampu melaksanakan pendekatan secara konsisten di rumah. Meskipun terdapat berbagai penelitian tentang terapi dan intervensi anak dengan autisme, masih sedikit kajian literatur yang secara spesifik menyoroti hubungan antara pendekatan adaptif, peran aktif orang tua, dan pemanfaatan kegiatan harian dalam meningkatkan kemandirian anak autis ringan. Padahal, pemahaman teoritis dan praktik yang terintegrasi sangat dibutuhkan agar intervensi benar-benar sesuai dengan kebutuhan anak dan kondisi keluarga.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk menganalisis secara kritis berbagai literatur yang berkaitan dengan penerapan pendekatan adaptif dalam meningkatkan kemandirian anak dengan autis ringan. Fokus kajian diarahkan pada bagaimana peran aktif orang tua dan kegiatan harian dapat dimanfaatkan sebagai sarana strategis dalam proses pembelajaran yang berkelanjutan.

2. KAJIAN TEORITIS

A. Autisme Ringan dan Kemandirian Anak

Anak dengan autisme ringan memiliki karakteristik yang membedakan mereka dari anak dengan autisme berat, terutama dalam hal kemampuan komunikasi dan interaksi sosial. Anak-anak ini umumnya masih mampu berkomunikasi secara verbal, memahami instruksi sederhana, dan menunjukkan minat untuk berinteraksi, meskipun tetap terdapat keterbatasan tertentu. Potensi kemandirian pada anak dengan autisme ringan lebih besar karena mereka memiliki dasar kemampuan yang dapat dikembangkan melalui intervensi yang tepat, khususnya dalam bentuk pelatihan aktivitas kehidupan sehari-hari (AKS).

Kemandirian pada anak autisme ringan tidak hanya berarti mampu melakukan aktivitas dasar seperti makan, mandi, dan berpakaian secara mandiri, tetapi juga meliputi kemampuan menggunakan fasilitas umum, mengelola kebutuhan pribadi, serta berpartisipasi dalam kehidupan sosial di lingkungan sekitarnya. Penelitian yang dilakukan oleh Nixon dan Sulis Mariyanti (2012) dalam jurnal "Gambaran Kemandirian Anak Penyandang Autisme yang Mengikuti Program Aktivitas Kehidupan Sehari-hari (AKS)" menegaskan bahwa program AKS yang sistematis dan bertingkat sangat efektif dalam meningkatkan kemandirian anak autis, termasuk yang berada pada spektrum ringan. Program ini dirancang untuk melatih anak secara bertahap, mulai dari keterampilan paling dasar seperti menggunakan sendok dan garpu, minum dari gelas, hingga keterampilan yang lebih kompleks seperti menggunakan telepon, mengatur makanan, membersihkan rumah, dan bahkan menggunakan transportasi umum.

Proses pelatihan kemandirian ini dilakukan secara konsisten baik di sekolah maupun di rumah, dengan melibatkan guru khusus serta orang tua sebagai pendamping utama. Guru berperan dalam memodifikasi lingkungan sekolah agar ramah dan mendukung pelaksanaan program AKS, serta mengajarkan keterampilan secara bertahap dan berulang. Orang tua, di sisi lain, berperan sebagai pendukung utama di rumah, membimbing anak dalam menerapkan keterampilan yang telah dipelajari di sekolah ke dalam kehidupan sehari-hari. Kolaborasi yang erat antara guru dan orang tua sangat penting agar perkembangan kemandirian anak dapat dipantau dan dievaluasi secara optimal.

Penelitian tersebut juga menyoroti bahwa anak-anak autis yang tidak mendapatkan pelatihan AKS cenderung mengalami keterlambatan dalam pengembangan keterampilan mandiri, sehingga menjadi sangat tergantung pada orang lain dan berisiko mengalami perilaku maladaptif. Sebaliknya, anak-anak yang mengikuti program AKS menunjukkan perubahan signifikan dalam perilaku mandiri. Mereka mulai mampu makan sendiri, berpakaian, menjaga kebersihan diri, melakukan aktivitas rumah tangga sederhana, hingga berinteraksi di lingkungan komunitas seperti melakukan pembelian di toko, menggunakan transportasi umum, dan menjaga keamanan diri.

Standar kemandirian yang dicapai melalui program AKS sangat rinci, mencakup aspek makan (menggunakan alat makan, memotong makanan), berpakaian (memakai dan melepas pakaian, memasang kancing dan retsleting), aktivitas toilet (melatih kebiasaan buang air ke toilet), kebersihan diri (mencuci tangan, menyikat gigi, mandi), aktivitas rumah tangga (menata tempat tidur, membersihkan meja, memasak sederhana), hingga kemampuan berinteraksi di komunitas (menggunakan telepon, melakukan pembelian, menjaga keamanan diri). Semua keterampilan ini diajarkan secara bertahap sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan masing-masing anak.

Penting untuk dipahami bahwa tidak semua anak autis memiliki kemampuan akademik yang tinggi, sehingga pengembangan keterampilan hidup sehari-hari menjadi sangat krusial agar mereka dapat hidup mandiri tanpa bergantung pada orang lain. Dengan demikian, program AKS bukan hanya membantu anak autis ringan untuk mengatasi tantangan sehari-hari, tetapi juga mempersiapkan mereka untuk menjadi individu yang produktif dan berkontribusi dalam masyarakat. Kemandirian yang dicapai melalui pelatihan ini memberikan dampak positif jangka panjang, baik bagi anak itu sendiri maupun bagi keluarga dan lingkungan sekitarnya.

Secara keseluruhan, kemandirian anak dengan autisme ringan adalah hasil dari proses pembelajaran yang terstruktur, konsisten, dan kolaboratif antara sekolah, keluarga, dan lingkungan. Program AKS terbukti menjadi salah satu pendekatan yang paling efektif dalam membantu anak autis ringan mengembangkan kemampuan mandiri, sehingga mereka dapat menjalani kehidupan dengan lebih baik dan memiliki peluang yang lebih besar untuk beradaptasi serta berpartisipasi aktif dalam masyarakat.

B. Pendekatan Adaptif dalam Intervensi

Pendekatan adaptif dalam intervensi merupakan metode yang fleksibel dan disesuaikan dengan karakteristik individu anak. Intervensi ini penting untuk anak dengan autisme ringan karena setiap anak memiliki kebutuhan dan kemampuan yang berbeda. Dalam konteks ini, pendekatan adaptif mengutamakan respons terhadap kebutuhan anak berdasarkan hasil observasi dan evaluasi yang berkelanjutan. Terapis atau guru harus mampu mengubah strategi sesuai dengan respons anak selama proses intervensi.

Darmayani (2016) menyatakan bahwa dalam praktik pendidikan inklusif, pendekatan adaptif sangat dianjurkan karena mengakomodasi perbedaan individu dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini bisa mencakup penggunaan alat bantu visual, aktivitas motorik, maupun penguatan positif yang disesuaikan dengan preferensi anak. Dengan menerapkan pendekatan adaptif, proses belajar menjadi lebih efektif dan anak lebih mudah mengembangkan keterampilan sosial dan akademik.

C. Penting nya kegiatan Harian yang terstruktur

Anak dengan autisme ringan cenderung lebih nyaman dengan rutinitas yang konsisten dan dapat diprediksi. Oleh karena itu, kegiatan harian yang terstruktur sangat penting untuk membantu mereka memahami urutan aktivitas, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan konsentrasi dan kepatuhan. Struktur dalam kegiatan harian dapat disusun melalui jadwal visual, instruksi langkah demi langkah, serta rutinitas harian yang tetap.

Menurut Israwati (2019), struktur kegiatan yang baik dapat membantu anak autistik dalam memahami lingkungan sekitar dan meningkatkan partisipasi dalam kegiatan belajar maupun aktivitas sosial. Dengan rutinitas yang jelas dan konsisten, anak lebih mudah mengatur perilaku, mengembangkan keterampilan kognitif, serta membentuk pola kebiasaan positif yang mendukung kemandirian.

D. Peran Aktif Orang Tua dalam Intervensi

Orang tua memiliki peran sentral dalam proses intervensi anak dengan autisme ringan karena mereka adalah orang yang paling dekat dan paling sering berinteraksi dengan anak. Keterlibatan orang tua tidak hanya terbatas pada mendampingi anak saat terapi atau sekolah, tetapi juga dalam menerapkan strategi-strategi pembelajaran dan pengasuhan yang konsisten di rumah. Ketika orang tua memiliki pemahaman yang baik

tentang kondisi anak dan cara terbaik untuk mendukungnya, hasil intervensi akan lebih optimal.

Menurut (Nurfadhillah, 2021) menyebutkan bahwa peran dan fungsi orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus:

1. Sebagai pendamping utama (as aids), yaitu sebagai pendamping utama yang membantu tercapainya tujuan layanan penanganan dan pendidikan anak.
2. Sebagai advokat (as advocades), yang mengerti, mengusahakan dan menjaga hak anak dalam kesempatan mendapatkan layanan pendidikan sesuai dengan karakteristik khususnya.
3. Sebagai sumber (as resources), menjadi sumber data yang lengkap dan benar mengenai diri anak dalam usaha intervensi perilaku anak.
4. Sebagai guru (as teacher), berperan menjadi pendidik bagi anak dalam kehidupan sehari-hari di luar jam sekolah.
5. Sebagai diagnostian (disgnosticians) penentu karakteristik dan jenis kebutuhan khusus dan berkemampuan melakukan treatment, terutama diluar jam sekolah.

Menurut Amka (2020), pelibatan orang tua dalam proses intervensi anak berkebutuhan khusus memberikan dampak yang sangat positif terhadap perkembangan anak, terutama dalam aspek komunikasi dan sosial. Selain itu, pelatihan dan pendampingan kepada orang tua juga penting agar mereka dapat menjadi fasilitator yang efektif bagi anak di rumah. Kolaborasi yang baik antara keluarga dan tenaga profesional akan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan berkelanjutan bagi anak.

Adapun peran dan fungsi orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus antara lain orang tua sebagai pendamping utama, sebagai advokat, sebagai sumber, sebagai guru dan sebagai diagnostisian. Peran orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus terlihat dari keikutsertaan orang tua dalam pendidikan anak yang menjadi faktor pendorong dan penentu dalam perkembangan pendidikan inklusif (Suminar dan Widyastuti 2022)

E. Integrasi Konsep dalam Konteks Adaptif

Integrasi konsep dalam konteks adaptif berarti menggabungkan berbagai pendekatan pendidikan, psikologis, dan sosial secara terpadu dan fleksibel sesuai

kebutuhan anak. Dalam hal ini, pendekatan multidisipliner yang melibatkan guru, psikolog, terapis, dan keluarga menjadi penting. Tujuannya adalah menciptakan intervensi yang menyeluruh dan sesuai dengan perkembangan serta potensi anak. Pendekatan ini menekankan pentingnya sinergi antara teori dan praktik yang aplikatif di lapangan.

Menurut Sudrajat (2018), keberhasilan pembelajaran anak dengan autisme sangat tergantung pada integrasi berbagai konsep pendidikan khusus dan pelibatan aktif dari semua pihak. Dalam konteks adaptif, integrasi ini mencakup penerapan pembelajaran yang terdiferensiasi, penggunaan teknologi, dan adaptasi lingkungan belajar yang mendukung perkembangan anak secara holistik. Dengan pendekatan ini, anak dengan autisme ringan dapat tumbuh dan berkembang sesuai potensi mereka.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur deskriptif-kualitatif, dengan tujuan untuk menganalisis berbagai literatur yang membahas pendekatan adaptif dalam meningkatkan kemandirian anak dengan autisme ringan. Fokus studi diarahkan pada peran aktif orang tua dan pemanfaatan kegiatan harian sebagai bagian dari strategi intervensi yang holistik. Studi ini bersifat non-empiris, karena tidak melibatkan pengumpulan data lapangan secara langsung, melainkan berfokus pada penelaahan sistematis terhadap hasil-hasil penelitian dan teori yang telah diterbitkan sebelumnya.

Sumber data dalam penelitian ini berupa literatur sekunder yang terdiri dari jurnal ilmiah nasional dan internasional, buku referensi, laporan penelitian, dan pedoman resmi yang relevan dengan tema studi. Kriteria inklusi dalam pemilihan literatur adalah: (1) membahas autisme ringan atau Autism Spectrum Disorder (ASD) level 1, (2) memuat pendekatan adaptif atau strategi pembelajaran yang disesuaikan, (3) menyoroti peran aktif orang tua dalam intervensi, dan (4) menjelaskan penggunaan kegiatan harian untuk meningkatkan kemandirian anak. Pengumpulan data dilakukan dengan penelusuran literatur secara sistematis melalui berbagai sumber digital dan cetak. Setelah literatur terkumpul, peneliti membaca dan mencatat informasi penting yang sesuai dengan topik. Kemudian, informasi tersebut dikelompokkan ke dalam beberapa tema utama, seperti strategi adaptif, peran keluarga, dan pelatihan kemandirian. Dari pengelompokan ini, peneliti mencoba melihat pola atau hubungan antara tema-tema tersebut untuk mendapatkan pemahaman yang menyeluruh tentang topik yang dikaji.

Untuk memastikan hasil studi bisa dipercaya, peneliti membandingkan isi dari beberapa sumber berbeda dan memeriksa apakah informasi yang disampaikan saling mendukung. Peneliti juga memastikan bahwa literatur yang digunakan berasal dari sumber yang kredibel. Dengan cara ini, diharapkan hasil studi ini bisa menjadi acuan bagi orang tua, guru, dan tenaga profesional lainnya dalam membantu anak autis ringan agar lebih mandiri dalam kehidupan sehari-hari.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kajian literatur ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan adaptif sebagai strategi yang efektif dalam membangun kemandirian anak dengan autisme ringan. Pendekatan adaptif dalam konteks ini mengacu pada metode pembelajaran dan intervensi yang dirancang secara fleksibel dan individual, menyesuaikan dengan karakteristik, kebutuhan, potensi, dan hambatan masing-masing anak. Anak dengan autisme ringan, meskipun memiliki fungsi kognitif yang relatif baik, tetap menghadapi tantangan besar dalam kemampuan berinteraksi sosial, memahami aturan sosial yang tidak eksplisit, serta membentuk rutinitas yang sehat. Pendekatan adaptif memberikan ruang untuk menyesuaikan instruksi, materi, dan media pembelajaran, termasuk teknik komunikasi alternatif dan strategi visual yang membantu anak memahami konteks sosial serta tugas-tugas praktis dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu aspek terpenting yang muncul dari kajian ini adalah penekanan pada peran aktif orang tua sebagai aktor utama dalam proses intervensi. Orang tua tidak hanya menjadi pelengkap terapi di luar institusi pendidikan, melainkan menjadi fasilitator utama yang secara langsung membentuk pengalaman belajar anak di lingkungan rumah. Orang tua yang terlibat secara aktif dalam pembelajaran anak melalui rutinitas harian, permainan terstruktur, atau kegiatan rumah tangga dapat memperkuat keterampilan yang telah diajarkan oleh guru atau terapis. Keterlibatan ini juga membantu menciptakan kontinuitas pembelajaran yang memungkinkan terjadinya proses generalisasi, yaitu kemampuan anak untuk menerapkan keterampilan dalam berbagai situasi dan konteks sosial yang berbeda. Kajian menyebutkan bahwa ketika orang tua mendapatkan pelatihan, dukungan, dan bimbingan yang tepat, mereka mampu mengimplementasikan strategi adaptif secara konsisten, bahkan di luar sesi terapi, dan ini berdampak langsung pada peningkatan kemandirian anak.

Selain peran orang tua, kegiatan harian yang terstruktur juga terbukti memainkan peran krusial dalam membangun kemandirian anak dengan autisme ringan. Aktivitas seperti mandi, makan, berpakaian, membersihkan tempat tidur, membantu memasak, dan berbelanja adalah

bagian dari kehidupan sehari-hari yang dapat dijadikan media pembelajaran alami. Anak dengan autisme biasanya menyukai rutinitas yang stabil dan dapat diprediksi, sehingga kegiatan harian yang dilakukan secara berulang dan konsisten akan memberikan rasa aman serta memperkuat pemahaman anak terhadap urutan dan logika aktivitas. Jadwal visual, instruksi bertahap, serta penguatan positif menjadi alat penting dalam menyusun kegiatan harian yang efektif. Tidak hanya membantu anak menyelesaikan tugas, struktur kegiatan juga berfungsi sebagai alat untuk melatih konsentrasi, meningkatkan pemahaman terhadap waktu dan urutan tindakan, serta memperkuat kontrol perilaku.

Dalam pelaksanaan pendekatan adaptif dan pembiasaan kegiatan harian, kolaborasi lintas pihak sangat penting. Pendekatan ini tidak akan berhasil tanpa sinergi yang kuat antara orang tua, guru, terapis, dan profesional lain yang menangani anak. Intervensi yang berhasil selalu bersifat multidisipliner, di mana guru menyesuaikan pembelajaran di kelas, terapis menyusun program individual yang sesuai, dan orang tua mengimplementasikannya di rumah. Kolaborasi ini memastikan bahwa pendekatan yang digunakan tidak bersifat fragmentaris, melainkan saling melengkapi dan berorientasi pada keberlangsungan keterampilan dalam kehidupan anak. Penelitian juga menekankan pentingnya pelatihan untuk orang tua agar mereka memahami strategi pembelajaran berbasis kekuatan anak dan mampu menghadapi tantangan perilaku tanpa tekanan atau kekhawatiran berlebihan.

Keterbatasan dalam penerapan pendekatan ini tidak dapat diabaikan. Banyak orang tua yang masih kesulitan dalam memahami cara menyusun kegiatan harian yang terstruktur atau merasa kewalahan dalam menghadapi perilaku anak yang sulit diprediksi. Di sisi lain, tidak semua sekolah atau lembaga pendidikan memiliki sumber daya manusia yang cukup kompeten untuk mendampingi anak autis secara individual. Kurangnya pelatihan guru di bidang pendidikan khusus, minimnya akses terhadap terapi di daerah terpencil, serta kurangnya panduan praktis untuk orang tua menjadi tantangan nyata yang menghambat keberhasilan strategi adaptif secara menyeluruh. Oleh karena itu, hasil kajian ini juga merekomendasikan pentingnya penguatan kapasitas orang tua dan guru melalui pelatihan, seminar, modul pembelajaran, serta peningkatan dukungan kebijakan yang mendukung pendidikan inklusif.

Hasil dari kajian literatur ini juga secara umum mempertegas bahwa pendekatan adaptif merupakan strategi intervensi yang paling relevan untuk diterapkan dalam mendampingi perkembangan anak dengan autisme ringan, terutama dalam aspek pengembangan kemandirian. Anak dengan autisme ringan pada dasarnya memiliki potensi kognitif yang cukup memadai, namun masih mengalami kesulitan dalam aspek sosial dan perilaku adaptif. Hal ini

menyebabkan mereka memerlukan pendekatan yang tidak bersifat seragam, melainkan bersifat personal dan kontekstual, menyesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi masing-masing individu.

Pendekatan adaptif dalam konteks ini tidak hanya merujuk pada penyesuaian metode atau media pembelajaran, tetapi mencakup perubahan paradigma dalam memahami anak sebagai subjek aktif dalam proses belajarnya. Anak dengan autisme ringan sering kali memperlihatkan pola belajar yang tidak linier, sehingga pendekatan konvensional kurang efektif. Guru dan terapis perlu mengembangkan metode pengajaran yang bersifat responsif terhadap perubahan emosi, perhatian, dan motivasi anak. Misalnya, jika anak cenderung tidak responsif terhadap perintah lisan, maka perlu digunakan media visual, alat bantu konkret, atau isyarat nonverbal yang lebih sesuai dengan gaya belajar anak.

Peran orang tua menjadi sangat penting dalam konteks ini. Kajian menunjukkan bahwa keberhasilan intervensi sangat ditentukan oleh sejauh mana orang tua terlibat secara aktif dan memahami strategi adaptif yang diterapkan. Dalam banyak kasus, intervensi yang hanya dilakukan di lingkungan sekolah atau oleh terapis saja cenderung tidak memberikan dampak yang signifikan dalam jangka panjang. Hal ini disebabkan karena keterampilan yang dilatih di sekolah tidak sepenuhnya diterapkan dan diperkuat di rumah. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua tidak sebatas sebagai pengamat atau pelapor, tetapi sebagai aktor utama yang menerapkan strategi yang sama secara konsisten di lingkungan rumah.

Beberapa bentuk keterlibatan orang tua yang berhasil antara lain dengan menyusun rutinitas harian yang terstruktur, menggunakan jadwal visual di rumah, memberikan penguatan positif terhadap perilaku mandiri anak, dan menciptakan lingkungan yang minim gangguan sensori. Bahkan, orang tua dapat dilatih untuk mengenali sinyal-sinyal perilaku yang menunjukkan stres atau ketidaknyamanan pada anak, sehingga dapat memberikan respons yang tepat waktu dan sesuai. Pelatihan orang tua menjadi komponen penting dalam pendekatan adaptif karena memberi mereka pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk menangani anak secara efektif.

Selain itu, pentingnya kegiatan harian yang terstruktur tidak dapat diabaikan. Rutinitas seperti bangun pagi, mandi, sarapan, belajar, bermain, dan tidur memiliki nilai pendidikan yang tinggi bagi anak autis. Dengan adanya struktur yang jelas, anak dapat memahami ekspektasi dan merasa lebih aman dalam menjalankan aktivitas. Aktivitas ini harus dirancang bukan hanya sebagai kegiatan sehari-hari biasa, tetapi sebagai kesempatan pembelajaran untuk membangun tanggung jawab, disiplin, serta keterampilan pengambilan keputusan sederhana. Misalnya,

dengan memberi anak pilihan pakaian yang akan dipakai atau mengajak mereka menyiapkan bekal sekolah sendiri dengan pengawasan.

Dalam praktiknya, struktur ini dapat dibentuk melalui kombinasi visual, verbal, dan fisik, tergantung pada preferensi belajar anak. Misalnya, penggunaan papan tugas (task board) dengan gambar aktivitas yang harus diselesaikan dapat membantu anak memahami urutan dan tujuan kegiatan. Jadwal ini sebaiknya tidak berubah secara drastis dari hari ke hari agar prediktabilitas tetap terjaga. Namun, fleksibilitas tetap diperlukan jika anak menunjukkan tanda-tanda jenuh atau stres. Maka, pendekatan adaptif juga menuntut sensitivitas orang dewasa dalam membaca kebutuhan dan kesiapan anak untuk menyesuaikan kegiatan harian.

Di sisi lain, hasil kajian juga menunjukkan bahwa sinergi antara orang tua, guru, dan terapis menjadi faktor penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang berkelanjutan. Kolaborasi ini perlu didasarkan pada komunikasi yang terbuka, saling percaya, dan adanya kesamaan tujuan dalam pengembangan kemandirian anak. Dalam banyak literatur, disebutkan bahwa anak-anak yang berhasil mencapai tingkat kemandirian yang lebih tinggi biasanya berasal dari keluarga yang memiliki hubungan baik dengan sekolah dan tenaga profesional lainnya. Mereka secara aktif terlibat dalam menyusun program pembelajaran individual (Individualized Education Program/IEP), hadir dalam sesi konsultasi berkala, dan memberikan umpan balik secara kontinu.

Penerapan pendekatan adaptif juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti dukungan kebijakan sekolah, tersedianya sumber daya, serta latar belakang sosial ekonomi keluarga. Di daerah-daerah yang minim akses terhadap layanan pendidikan khusus, pendekatan adaptif sering kali tidak dapat dilaksanakan secara optimal karena keterbatasan sumber daya manusia dan infrastruktur. Oleh karena itu, diperlukan strategi pendampingan berbasis komunitas, pelatihan berbasis daring untuk orang tua, serta inisiatif sekolah ramah anak berkebutuhan khusus yang mempermudah penerapan intervensi berbasis rumah dan masyarakat.

Secara keseluruhan, pendekatan adaptif yang didukung oleh kegiatan harian yang terstruktur dan pelibatan aktif orang tua terbukti membentuk dasar yang kuat dalam meningkatkan kemandirian anak dengan autisme ringan. Intervensi semacam ini tidak hanya membantu anak dalam menyelesaikan tugas praktis, tetapi juga mendorong mereka menjadi individu yang lebih percaya diri, mampu berinteraksi sosial secara fungsional, dan memiliki kendali atas kehidupan pribadinya. Strategi ini juga memberikan dampak positif jangka panjang karena anak dengan autisme ringan yang dibina secara tepat sejak dini berpotensi untuk hidup mandiri dan produktif di masa dewasa. Kajian ini mempertegas bahwa pendidikan

anak dengan kebutuhan khusus, khususnya autisme ringan, tidak cukup hanya dilakukan di ruang kelas, tetapi harus dibangun dari rumah dengan sinergi yang erat antara keluarga dan profesional pendidikan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Pendekatan adaptif dalam meningkatkan kemandirian anak dengan autis ringan terbukti efektif karena mampu menyesuaikan intervensi dengan kebutuhan dan kemampuan unik setiap anak. Keberhasilan pendekatan ini sangat bergantung pada peran aktif orang tua yang tidak hanya sebagai pendukung emosional, tetapi juga sebagai fasilitator utama yang membantu mengimplementasikan keterampilan mandiri dalam kehidupan sehari-hari anak di rumah. Orang tua yang terlibat secara langsung dan konsisten dapat memberikan dukungan yang tepat, mengawasi latihan keterampilan, serta menciptakan lingkungan rumah yang kondusif bagi perkembangan kemandirian anak. Selain itu, penerapan kegiatan harian yang terstruktur memberikan rutinitas yang jelas dan dapat diprediksi, sehingga membantu anak mengurangi kecemasan dan meningkatkan fokus serta motivasi dalam menjalankan aktivitas mandiri.

Teknik stimulus respon yang diaplikasikan secara konsisten memberikan penguatan positif yang memotivasi anak untuk mengulangi perilaku mandiri dan memahami batasan yang diperlukan. Integrasi ketiga aspek tersebut pendekatan adaptif, peran aktif orang tua, dan kegiatan harian terstruktur membentuk model intervensi yang holistik dan berorientasi pada kebutuhan anak, tidak hanya mengembangkan keterampilan teknis, tetapi juga meningkatkan motivasi, rasa percaya diri, dan kemampuan sosial anak. Dengan dukungan yang tepat dan kolaborasi yang sinergis antara sekolah dan keluarga, anak dengan autis ringan dapat mengembangkan kemandirian secara optimal, mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari dan berkontribusi secara bermakna dalam masyarakat. Oleh karena itu, intervensi yang hanya dilakukan di sekolah tanpa dukungan di rumah akan kurang maksimal, sehingga penting bagi semua pihak untuk bekerja sama secara berkesinambungan demi keberhasilan perkembangan kemandirian anak dengan autis ringan.

Diharapkan pembaca dapat lebih terbuka untuk mengeksplorasi metode-metode baru yang bersifat partisipatif, serta terus memperkuat peran mereka sebagai mitra aktif dalam perkembangan anak. Melalui pemahaman yang mendalam dan komitmen untuk terlibat secara langsung, pembaca diharapkan dapat menjadi bagian dari perubahan positif dalam mendukung kemandirian anak dengan autis ringan secara menyeluruh.

DAFTAR REFERENSI

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Washington, DC: Author.
- Amka. (2020). *Peran Keluarga dalam Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Semarang: UPT Penerbit UNNES.
- Darmayani, S. (2016). Strategi pembelajaran adaptif untuk anak berkebutuhan khusus di sekolah inklusif. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 10(2), 121–133.
- Darmayani, S. (2016). *Strategi Pembelajaran Inklusif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ekawati, D., & Lian, B. (2022, December). Peran Orang Tua Dalam Penyelenggaraan Pendidikan Inklusi Pada Sd Negeri 4 Koba Kabupaten Bangka Tengah. In *Seminar Nasional Program Pascasarjana Universitas Pgri Palembang* (Vol. 1, pp. 65-73).
- Garnida. Dadang. 2015. *Pengantar Pendidikan Inklusif*. Bandung: Refika Aditama Golden Age, 6(1), 343-349.
- Israwati, E. (2019). *Penanganan Anak Autis di Rumah dan Sekolah*. Bandung: Refika Aditama.
- Israwati, E. (2019). Peran struktur kegiatan harian dalam meningkatkan kemandirian anak autis. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Khusus*, 8(1), 45–53.
- Nixon, N., & Mariyanti, S. (2012). Gambaran Kemandirian Anak Penyandang Autisme Yang Mengikuti Program Aktivitas Kehidupan Sehari Hari (Aks). *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 10(02), 127101.
- Nurfadhillah, S. (2021). *Pendidikan Inklusi Pedoman bagi Penyelenggaraan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Septi Nurfadhillah. (2021). *Pendidikan Inklusi*. Sukabumi: CV. Jejak.
- Smith, T. (2010). *Evidence-Based Practices for Children with Autism*. London: Elsevier.
- Sudrajat, A. (2018). *Pendidikan Inklusif: Konsep dan Praktik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suminar, Y. A., & Widyastuti, T. M. (2022). Kemitraan Orang Tua Dengan Lembaga Pendidikan Dalam Mengenali Karakter Anak Usia Dini Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Golden Age*, 6(1), 343-349.
- Tarmansyah. (2009). *Perspektif Pendidikan Inklusif Pendidikan untuk Semua*. Padang: UNP Press.