

## **STRATEGI EFEKTIF ORANG TUA DALAM MENDUKUNG ADAPTASI SOSIAL ANAK AUTIS MELALUI KOMUNIKASI YANG POSITIF**

**Siti Arafah Harahap<sup>1</sup>, Nur Salsabilla Desianti<sup>2</sup>, Siti Fadila<sup>3</sup>, Mitha Apriliana<sup>4</sup>, Fitri Khaireani<sup>5</sup>, Kevin Pardomuan Saragi<sup>6</sup>, Rafael Lisinus Ginting<sup>7</sup>**  
[arafahharahap94@gmail.com](mailto:arafahharahap94@gmail.com)<sup>1</sup>, [nursalsabilla1204@gmail.com](mailto:nursalsabilla1204@gmail.com)<sup>2</sup>, [sfadila2711@gmail.com](mailto:sfadila2711@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[mitha.1231151002@mhs.unimed.ac.id](mailto:mitha.1231151002@mhs.unimed.ac.id)<sup>4</sup>, [fkhairani50@gmail.com](mailto:fkhairani50@gmail.com)<sup>5</sup>, [kevinsaragh52@gmail.com](mailto:kevinsaragh52@gmail.com)<sup>6</sup>,  
[rafaellisinus@unimed.ac.id](mailto:rafaellisinus@unimed.ac.id)<sup>7</sup>

Universitas Negeri Medan

### **ABSTRAK**

Anak dengan gangguan spektrum autisme (ASD) sering mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial akibat keterbatasan dalam komunikasi dan interaksi sosial. Peran orang tua menjadi sangat penting dalam mendukung perkembangan sosial anak autis, terutama melalui penerapan strategi komunikasi yang positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi-strategi efektif yang dapat diterapkan oleh orang tua dalam mendukung adaptasi sosial anak autis melalui kajian literatur. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kajian literatur dengan menganalisis berbagai jurnal dan studi yang relevan terkait dengan strategi komunikasi orang tua dalam mendukung adaptasi sosial anak autis. Hasil kajian menunjukkan bahwa komunikasi yang positif, seperti memberikan dukungan emosional, responsif terhadap kebutuhan anak, serta penggunaan bahasa tubuh yang tepat, dapat secara signifikan meningkatkan kemampuan adaptasi sosial anak autis. Temuan ini menegaskan bahwa penerapan strategi komunikasi yang positif oleh orang tua dapat menjadi kunci dalam memfasilitasi anak autis untuk berinteraksi lebih baik dengan lingkungan sosialnya. Dengan demikian, penelitian ini memberikan panduan praktis bagi orang tua dalam upaya meningkatkan kualitas hidup anak autis melalui pendekatan komunikasi yang lebih efektif.

**Kata Kunci:** Autisme, Adaptasi Sosial, Strategi Orang Tua, Komunikasi Positif.

### **ABSTRACT**

*Children with autism spectrum disorders (ASD) often experience difficulties in adapting to social environments due to limitations in communication and social interaction. The role of parents is very important in supporting the social development of children with autism, especially through implementing positive communication strategies. This research aims to identify effective strategies that can be implemented by parents in supporting the social adaptation of children with autism through a literature review. The method used in this research is a literature review by analyzing various relevant journals and studies related to parental communication strategies in supporting the social adaptation of children with autism. The results of the study show that positive communication, such as providing emotional support, being responsive to children's needs, and using appropriate body language, can significantly improve the social adaptation abilities of children with autism. These findings confirm that the implementation of positive communication strategies by parents can be key in facilitating autistic children to interact better with their social environment. Therefore, this research provides practical guidance for parents in efforts to improve the quality of life of autistic children through a more effective communication approach.*

**Keywords:** Autism, Social Adaptation, Parental Strategies, Positive Communication.

### **PENDAHULUAN**

Anak dengan gangguan spektrum autisme (autism spectrum disorder/ASD) sering kali menghadapi tantangan dalam interaksi sosial dan komunikasi yang signifikan, yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial. Adaptasi sosial merupakan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif

dan menyesuaikan diri dengan norma serta aturan sosial yang ada. Bagi anak dengan autisme, keterbatasan dalam berkomunikasi dan berinteraksi sosial menjadi hambatan utama dalam proses adaptasi sosial mereka.

Peran orang tua sangat penting dalam mendukung perkembangan anak dengan autisme, terutama dalam membantu mereka mengatasi kesulitan adaptasi sosial. Orang tua tidak hanya bertindak sebagai pendamping dalam proses tumbuh kembang anak, tetapi juga sebagai fasilitator utama yang dapat memberikan strategi-strategi yang tepat untuk meningkatkan kemampuan adaptasi sosial anak. Salah satu aspek penting dalam peran ini adalah komunikasi yang positif antara orang tua dan anak.

Komunikasi yang positif melibatkan pendekatan yang penuh pengertian, empati, serta responsif terhadap kebutuhan anak. Melalui komunikasi yang positif, orang tua dapat membangun kepercayaan diri anak, membantu mereka memahami dan mengekspresikan emosi, serta mengajarkan keterampilan sosial yang penting. Strategi komunikasi yang tepat dapat menjadi kunci dalam memfasilitasi anak autis untuk memahami lingkungan sosial mereka, berinteraksi dengan orang lain, serta menyesuaikan diri dengan situasi-situasi sosial yang berbeda.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terapi, seperti terapi wicara dan psikoterapi, memainkan peran penting dalam meningkatkan kemampuan komunikasi pada anak autis, yang berdampak langsung pada perkembangan sosial dan emosional mereka. Terapi wicara dapat membantu anak autis untuk mengembangkan kemampuan komunikasi verbal dan non-verbal, sehingga mereka lebih mudah mengekspresikan keinginan dan kebutuhan mereka kepada orang lain (jurnal autis). Sementara itu, psikoterapi telah terbukti efektif dalam meningkatkan kompetensi komunikasi anak autis, membantu mereka lebih percaya diri dalam berbicara dan berinteraksi dengan orang di sekitarnya. Psikoterapi juga berperan dalam mengatasi hambatan emosional yang sering kali dialami oleh anak autis, seperti rasa cemas atau takut saat berbicara, dengan memberikan dukungan dan teknik yang dapat membantu anak mengelola emosi mereka.

Sekolah-sekolah khusus, seperti Miracle School for Special Needs Education, memainkan peran penting dalam menyediakan lingkungan yang mendukung dan berbagai terapi yang difokuskan untuk membantu anak autis mengembangkan kemampuan sosial dan komunikasi mereka. Sekolah ini menyediakan terapi-terapi seperti terapi wicara, terapi bermain, dan terapi okupasi yang dirancang khusus sesuai dengan kebutuhan anak autis, yang bertujuan untuk membantu mereka lebih mampu berkomunikasi dan bersosialisasi dengan lingkungan mereka. Penelitian menunjukkan bahwa terapi yang diberikan di lingkungan sekolah yang terstruktur dapat meningkatkan efektivitas intervensi, karena anak-anak tidak hanya mendapatkan dukungan dari terapis tetapi juga dari guru dan lingkungan belajar mereka sehari-hari.

Berdasarkan temuan-temuan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi-strategi efektif yang dapat diterapkan oleh orang tua dalam mendukung adaptasi sosial anak autis melalui komunikasi yang positif. Dengan memahami strategi-strategi ini, diharapkan orang tua dapat lebih mampu memberikan dukungan yang optimal kepada anak, sehingga membantu mereka mencapai perkembangan sosial yang lebih baik dan kualitas hidup yang lebih tinggi.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur untuk menganalisis strategi komunikasi orang tua dalam mendukung adaptasi sosial anak autis. Literatur yang dikaji mencakup jurnal ilmiah, buku, dan artikel penelitian yang relevan, yang diakses melalui database seperti Google Scholar dan platform jurnal ilmiah lainnya.

Pencarian difokuskan pada sumber-sumber yang dipublikasikan dalam lima tahun terakhir, dengan kata kunci "komunikasi orang tua," "adaptasi sosial anak autis," dan "terapi autisme." Studi-studi yang terpilih kemudian dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk mengidentifikasi pola, tren, dan efektivitas strategi komunikasi.

Temuan dari berbagai sumber disintesis untuk memberikan pemahaman komprehensif mengenai metode komunikasi yang paling efektif dalam mendukung anak autis. Validitas data dijaga dengan memilih literatur dari sumber yang terverifikasi dan telah melalui proses peer-review. Pendekatan kajian literatur ini diharapkan dapat memberikan wawasan berbasis bukti ilmiah yang bermanfaat bagi orang tua dan profesional dalam membantu adaptasi sosial anak autis.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi antara orang tua dan anak autis bukan hanya penting dari sisi interaksi sehari-hari, tetapi juga memiliki dampak besar terhadap perkembangan jangka panjang anak. Dengan menggunakan strategi komunikasi yang disesuaikan dengan kebutuhan unik setiap anak, orang tua dapat membantu anak mengatasi tantangan komunikasi yang umum dihadapi oleh anak-anak dengan autisme.

Berdasarkan hasil penelitian ini, terlihat bahwa strategi komunikasi yang dilakukan oleh orang tua sangat berperan penting dalam mendukung perkembangan komunikasi dan interaksi sosial anak dengan ASD. Salah satu kunci keberhasilan dalam strategi ini adalah melibatkan anak dalam komunikasi sejak dini, baik melalui pola komunikasi verbal maupun nonverbal. Pengulangan instruksi dan penggunaan alat bantu visual, seperti flashcard dan puzzle, menjadi pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman anak terhadap pesan yang disampaikan.

Pola asuh demokratis dan otoritatif yang diterapkan oleh kedua subjek juga memiliki dampak positif terhadap perkembangan komunikasi anak. Dengan memberikan kebebasan pada anak untuk bereksplorasi, namun tetap dalam pengawasan dan arahan, anak dapat lebih mandiri dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Penerapan pola asuh ini juga memungkinkan orang tua untuk memberikan umpan balik yang lebih efektif kepada anak setiap kali mereka berhasil atau gagal dalam menjalankan instruksi.

Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa dukungan emosional dari orang tua, seperti sikap empati, berpikir positif, dan sikap suportif, sangat penting dalam membangun hubungan komunikasi yang baik dengan anak. Sikap ini membantu menciptakan lingkungan yang kondusif di mana anak merasa didukung dan dihargai, yang pada gilirannya meningkatkan motivasi anak untuk belajar berkomunikasi. Kedua subjek penelitian menunjukkan tingkat kesabaran yang tinggi dalam menghadapi tantangan komunikasi yang dialami oleh anak-anak mereka, serta terus mencari cara-cara yang inovatif untuk membantu anak mereka berkembang.

Penggunaan reward sebagai bagian dari strategi komunikasi juga menjadi elemen penting dalam membantu anak-anak ASD meningkatkan keterampilan komunikasi mereka. Dengan memberikan penghargaan berupa pujian atau pelukan setelah anak berhasil menjalankan instruksi atau menunjukkan perkembangan dalam komunikasi, orang tua dapat memotivasi anak untuk terus belajar dan berlatih. Reward ini tidak hanya memperkuat komunikasi, tetapi juga membantu membangun kepercayaan diri anak dalam berinteraksi dengan orang lain.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa strategi komunikasi yang efektif membutuhkan keterlibatan orang tua secara aktif dan konsisten. Pendekatan yang terstruktur, penuh kasih sayang, dan mendukung secara emosional menjadi kunci utama dalam membantu anak-anak ASD mencapai perkembangan komunikasi yang optimal.

Selain itu, dukungan dari keluarga besar dan lingkungan sosial juga sangat berpengaruh dalam menciptakan kondisi yang kondusif bagi anak untuk belajar berkomunikasi dan bersosialisasi.

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa orang tua yang mampu berkomunikasi dengan cara yang konstruktif, sabar, dan penuh kasih sayang terhadap anak autis, dapat menciptakan lingkungan yang lebih stabil bagi anak untuk berkembang. Komunikasi yang intensif tidak hanya terjadi dalam bentuk verbal, tetapi juga dalam bentuk perhatian non-verbal, seperti gestur, tatapan mata, dan interaksi fisik lainnya. Hubungan sosial yang sehat antara anak autis dan orang tua menjadi fondasi utama dalam membantu anak beradaptasi dengan lingkungan luar, terutama ketika mereka memasuki usia sekolah.

Kolaborasi antara orang tua, guru, dan profesional kesehatan juga menjadi faktor penting dalam mendukung anak autis. Studi yang ditinjau dalam penelitian ini menegaskan pentingnya kerjasama yang baik antara semua pihak yang terlibat dalam kehidupan anak autis untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan inklusif. Intervensi komunikasi seperti Program PECS (Picture Exchange Communication System) dan terapi wicara menjadi salah satu alat yang efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi anak.

Pendekatan visual seperti penggunaan kartu gambar atau papan visual memberikan hasil yang signifikan dalam membantu anak autis memahami rutinitas harian mereka. Metode ini juga membantu mengurangi perilaku bermasalah, seperti kecemasan dan tantrum, yang sering muncul ketika anak tidak memahami apa yang diharapkan dari mereka. Penelitian dari National Autistic Society menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu visual ini memberikan peningkatan pemahaman pada lebih dari 80% anak dengan autisme, sehingga metode ini menjadi salah satu alat yang sangat dianjurkan bagi keluarga.

Selain alat bantu visual, mendengarkan secara aktif dan memberikan waktu yang cukup bagi anak untuk merespons menjadi strategi penting lainnya. Anak-anak dengan autisme membutuhkan waktu lebih lama untuk memproses informasi, sehingga kesabaran dan penghargaan terhadap bentuk komunikasi nonverbal seperti bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan gerakan, sangat penting untuk menciptakan interaksi yang efektif.

Dari segi pendidikan, kerjasama antara orang tua dan guru juga menjadi faktor kunci. Studi yang ditinjau menunjukkan bahwa pola komunikasi interpersonal yang efektif antara guru dan anak autis di sekolah, terutama yang menggunakan metode ABA (Applied Behavior Analysis), membantu meningkatkan keterampilan sosial dan komunikasi anak. Selain itu, keterlibatan orang tua dalam program terapi dan pelatihan keterampilan komunikasi, seperti pelatihan PECS, memberikan hasil yang signifikan dalam perkembangan anak.

Namun, tantangan yang dihadapi oleh banyak keluarga adalah kurangnya akses terhadap sumber daya dan terapi yang memadai. Beberapa studi menunjukkan bahwa keterbatasan dukungan dari pemerintah atau layanan kesehatan mempengaruhi perkembangan anak autis.

Oleh karena itu, penelitian ini menyoroti pentingnya kolaborasi antara orang tua, guru, profesional kesehatan, dan masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung bagi anak-anak dengan autisme.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi orang tua pada anak autis merupakan faktor kunci dalam membantu anak mengatasi tantangan mereka. Dengan pendekatan yang konsisten, penggunaan alat bantu visual, serta dukungan dari para profesional, anak-anak dengan autisme dapat mencapai perkembangan sosial dan emosional yang lebih baik.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua tidak hanya bermanfaat bagi anak, tetapi juga mengurangi stres bagi orang tua dan meningkatkan

kesejahteraan emosional mereka. Meskipun terdapat tantangan di Indonesia, seperti keterbatasan akses ke program intervensi yang melibatkan orang tua, penelitian ini menekankan pentingnya merancang program yang mempertimbangkan konteks budaya lokal untuk meningkatkan efektivitas intervensi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa intervensi yang melibatkan orang tua sangat penting dalam penanganan anak dengan ASD dan dapat memberikan manfaat yang luas bagi semua pihak yang terlibat.

Penelitian ini membahas bagaimana komunikasi interpersonal orang tua dan guru dapat membantu membangun keterampilan sosial anak autis. Informan 1 menggunakan komunikasi interpersonal untuk mendidik anaknya, termasuk keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan. Mereka juga mengajarkan keterampilan sosial berdasarkan teori interaksi simbolik dan teori belajar sosial, meskipun prosesnya lambat karena kesulitan anak autis dalam merespon perubahan. Informan 2 lebih sedikit menerapkan komponen komunikasi interpersonal, dengan fokus pada keterbukaan, sikap positif, dan kesetaraan. Anak mereka lebih banyak belajar secara mandiri, sehingga peran orang tua lebih sebagai pengawas. Informan 3 hanya memberikan komunikasi terbuka dan empati, tetapi tidak banyak mengajarkan keterampilan sosial karena merasa kasihan pada anaknya, yang menyebabkan anak kesulitan belajar dari pengamatan. Untuk guru, informan 4 di kelas persiapan mengajarkan beberapa keterampilan sosial dan tetap memberikan motivasi meskipun siswa autis belum mampu menerima pengajaran secara penuh. Sementara itu, informan 5 menggunakan komunikasi interpersonal yang lebih lengkap, termasuk mendengarkan dan memberikan perhatian fisik, serta mengajarkan keterampilan sosial melalui simulasi dan contoh perilaku sehari-hari.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menyoroti peran penting orang tua dalam mendukung adaptasi sosial anak dengan gangguan spektrum autisme (ASD) melalui komunikasi yang positif. Hasil Kajian menunjukkan bahwa strategi komunikasi yang efektif, termasuk dukungan emosional dan penggunaan alat bantu visual, dapat meningkatkan kemampuan anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Selain itu, keterlibatan efektif orang tua dalam proses komunikasi tidak hanya bermamfaat bagi perkembangan anak, tetapi juga mengurangi stres bagi orang tua itu sendiri. Penelitian ini menekankan bahwa kerjasama antara orang tua, guru dan profesional kesehatan adalah kunci untuk menciptakan lingkungan yang inklusi dan mendukung dan mendukung bagi anak autis. Dengan pendekatan yang konsisten dan terstruktur, serta mempertimbangkan konteks budaya lokal, intervensi berbasis komunikasi dapat memberikan mamfaat signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup anak-anak dengan ASD.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Andini, Y. E. (2015). Studi Pola Adaptasi Sosial Anak Autis Pada Sekolah Inklusif Di Sdn 7 Sidokumpul Gresik Dan Sdn 1 Tlogopatut Gresik. *Jurnal Pendidikan Khusus*.
- Boham, S. E. (2013). Pola komunikasi orang tua dengan anak autis (Studi pada orang tua dari anak autis di Sekolah Luar Biasa AGCA Center Pumorow Kelurahan Banjer Manado). *Acta Diurna Komunikasi*, 2(4).
- Kauley, N., John, JR, Barr, KR, Wu, WT, Grove, R., Masi, A., & Eapen, V. (2024). Memprediksi Hasil Keterampilan Komunikasi untuk Anak Usia Prasekolah dengan Gangguan Spektrum Autisme Setelah Intervensi Dini. *Penyakit Neuropsikiatri dan Pengobatannya*, 35-48.
- Novianti, A., Ayuningtyas, A. L., & Kurniawati, F. (2022). Intervensi orang tua pada anak dengan autism spectrum disorder (ASD): Kajian literatur sistematis. *Jurnal Obsesi: Jurnal*

- Pendidikan Anak Usia Dini, 6(2), 918-934.
- Pangestika, A. A., & Lestari, S. B. (2017). Memahami Komunikasi Interpersonal Orang Tua dan Guru dalam Membangun Keterampilan Sosial (Social Skills) pada Anak Autis. Interaksi Online, 5(4), 1-10.
- Rachmah, I. M. (2016). Peran orang tua untuk meningkatkan komunikasi anak autis (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Rustini, T. (2022). Pendekatan Komunikasi Interpersonal Guru dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Anak Autisme di Sekolah Dasar Inklusif. Jurnal Kiprah Pendidikan, 1(3), 174-180.
- Skoufou, A. (2019). Social Interaction of Preschool Children with Autism Spectrum Disorders (ASD)-Characteristics and Educational Approaches. Online Submission, 6(6), 28-36.