

INTERVENSI REGULASI EMOSI OLEH GURU PENDAMPING KHUSUS (GPK) PADA ANAK AUTISM SPECTRUM DISORDER (ASD) DI *HOMESCHOOLING* SUKACITA BANJARMASIN

Munawwaroh

UIN Antasari Banjarmasin
munawwaroh381@gmail.com

Miftahul Aula Sa'adah

UIN Antasari Banjarmasin
miftahulaula@uin-antasari.ac.id

Abstract

Emotions of various types arise in self-awareness as responses to various things. Intense emotional feelings are often an important part of every individual's consciousness. Children need to develop ways to manage their emotions in order to build better social-emotional skills. This is important not only for normal children, but also for children with special needs. For children, this ability is the foundation for building social relationships, improving psychological well-being, and facing daily challenges. Children with Autism Spectrum Disorder (ASD) often face obstacles in regulating their emotions, which can trigger challenging behaviours such as tantrums, aggression, or withdrawal. This condition requires targeted interventions to help children manage their emotions adaptively. Special needs teachers (GPK) not only play a role in academic aspects but also as facilitators of children's emotional development. This study aims to describe the stages of emotional regulation intervention carried out by special assistant teachers (GPK) on children with ASD at Homeschooling Sukacita Banjarmasin, as well as to identify the supporting and inhibiting factors. This study uses a qualitative approach with a case study method. Data were obtained through interviews, observations, and documentation. The results show that emotional regulation intervention is carried out through five stages according to Gross, namely situation selection, situation modification, attention diversion, cognitive change, and response modulation. The implementation included breathing exercises, providing space to calm down, simple instructions, and individual strategies according to the child's needs. This intervention had a positive impact, as shown by a reduction in the frequency of tantrums, an increase in the ability to delay gratification, and an improvement in emotional expression skills. Supporting factors include parental involvement, the competence of special support teachers (GPK), and a conducive learning environment, while obstacles include limited resources, differences in children's characteristics, and unstable emotional conditions.

Keywords: *Emotional Regulation Intervention, Special Support Teacher (GPK), Autism Spectrum Disorder (ASD).*

Abstrak

Emosi dengan berbagai jenis muncul dalam kesadaran diri sebagai respon terhadap berbagai hal. Perasaan emosional yang intens sering menjadi bagian penting dalam kesadaran setiap individu. Anak perlu mengembangkan cara untuk mengelola emosinya agar mampu membangun keterampilan sosial-emosional yang lebih baik. Hal ini penting tidak hanya bagi anak normal, tetapi juga bagi anak berkebutuhan khusus. Bagi anak, kemampuan ini menjadi landasan dalam membangun relasi sosial, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta menghadapi tantangan sehari-hari. Anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) sering menghadapi hambatan dalam regulasi emosi yang dapat memicu perilaku menantang, seperti tantrum, agresivitas, atau menarik diri. Kondisi ini menuntut adanya intervensi terarah untuk membantu anak mengelola emosi secara adaptif. Guru pendamping khusus (GPK) tidak hanya berperan dalam aspek akademik, tetapi juga sebagai fasilitator perkembangan emosional anak. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan tahapan intervensi regulasi emosi yang dilakukan Guru pendamping khusus (GPK) pada anak ASD di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambatnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus.

Data diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi regulasi emosi dilakukan melalui lima tahapan menurut Gross, yaitu pemilihan situasi, modifikasi situasi, pengalihan perhatian, perubahan kognitif, dan modulasi respons. Implementasinya meliputi latihan pernapasan, pemberian ruang untuk menenangkan diri, instruksi sederhana, hingga strategi individual sesuai kebutuhan anak. Intervensi ini berdampak positif, ditunjukkan dengan berkurangnya frekuensi tantrum, meningkatnya kemampuan menunda keinginan, serta membaiknya keterampilan mengekspresikan emosi. Faktor pendukung berasal dari keterlibatan orang tua, kompetensi guru pendamping khusus (GPK), serta lingkungan belajar yang kondusif, sedangkan hambatan meliputi keterbatasan sarana, perbedaan karakteristik anak, dan kondisi emosional yang tidak stabil.

Kata kunci: *Intervensi Regulasi Emosi, Guru Pendamping Khusus (GPK), Autism Spectrum Disorder (ASD).*

PENDAHULUAN

Emosi dengan berbagai jenis muncul dalam kesadaran diri sebagai respon terhadap berbagai hal. Perasaan emosional yang intens sering menjadi bagian penting dalam kesadaran setiap individu. Anak-anak memiliki perasaan yang kompleks sebagaimana orang dewasa, seperti bersemangat, cemas, sedih, cemburu, takut, khawatir, marah, dan malu. Oleh karena itu, anak perlu mengembangkan regulasi emosi untuk mengelola emosinya sehingga dapat membangun keterampilan sosial-emosional yang lebih baik. Anak berkebutuhan khusus merupakan individu yang memiliki perbedaan dalam aspek fisik, psikologis, kognitif, maupun sosial, sehingga mengalami hambatan dalam mengembangkan potensi diri secara optimal (Febrian Kristiana & Ganes Widayanti, 2016).

Anak penyandang *Autism Spectrum Disorder* (ASD) memiliki karakteristik khusus yang meliputi kesulitan dalam interaksi sosial, komunikasi, dan ekspresi emosi. Kondisi ini menjadikan regulasi emosi sebagai tantangan utama bagi anak-anak ASD karena keterbatasan dalam mengungkapkan perasaan dan menafsirkan emosi orang lain dapat memicu reaksi emosional yang intens, seperti tantrum atau ledakan amarah (Puspitasari, 2019). Oleh karena itu, dukungan khusus dari pendamping atau guru sangat dibutuhkan dalam membantu anak ASD mengelola emosinya.

Anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) memiliki tantangan utama dalam kemampuan sosial, komunikasi, serta mengatur emosi. Kesulitan dalam regulasi emosi sering muncul dalam bentuk tantrum, ledakan emosi, atau perilaku menarik diri. Hal ini bisa memengaruhi proses belajar dan interaksi mereka sehari-hari (DSM V, 2013). Oleh karena itu, regulasi emosi menjadi salah satu aspek penting yang perlu dilatih sejak dini agar anak ASD mampu beradaptasi lebih baik, baik dalam lingkungan belajar maupun kehidupan sosialnya.

Menurut Gross (2017), regulasi emosi adalah proses dimana individu mengatur bentuk, waktu kemunculan, serta cara mereka merasakan dan mengekspresikan emosi dalam berbagai situasi. Regulasi emosi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan perasaan sesuai situasi. Pada anak ASD, kemampuan ini sering kali lemah sehingga mereka membutuhkan intervensi khusus. Guru Pendamping Khusus (GPK) berperan penting untuk memberikan bimbingan yang terstruktur dan konsisten, misalnya dengan mengajarkan teknik relaksasi, melatih pengenalan ekspresi emosi, dan memberikan strategi sederhana untuk mengatasi rasa marah atau cemas.

Dalam konteks *homeschooling*, seperti di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin, guru pendamping khusus (GPK) memiliki posisi yang sangat dekat dengan anak. *Homeschooling* memberikan suasana belajar yang lebih fleksibel dan personal dibanding sekolah formal.

Lingkungan belajar di rumah membuat intervensi regulasi emosi lebih mudah diterapkan karena anak merasa lebih aman dan nyaman. Selain itu, keterlibatan orang tua bersama GPK memperkuat keberhasilan latihan regulasi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil observasi awal di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin menunjukkan bahwa guru pendamping khusus (GPK) memainkan peran penting dalam membantu anak ASD mengembangkan regulasi emosi melalui pendekatan terstruktur dan individual, seperti latihan pernafasan, menenangkan diri dengan sentuhan, atau memberi ruang hingga anak merasa aman. Regulasi emosi menjadi keterampilan krusial agar anak ASD dapat mengenali dan mengekspresikan emosi dengan tepat, sehingga lebih berfungsi dalam interaksi sosial dan meningkatkan kesejahteraan mereka. Seorang guru tidak hanya mengajarkan keterampilan akademis, tetapi juga mendukung perkembangan sosial-emosional anak. Guru pendamping khusus (GPK) memiliki peran dalam memberikan stimulasi spesifik sesuai kebutuhan dan kemampuan anak ASD (Shalehah et al., 2023). Namun, penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada regulasi emosi secara umum pada anak ASD, tanpa menyoroti peran spesifik guru pendamping khusus (GPK) dalam konteks *homeschooling*.

Fokus utama penelitian ini adalah meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak ASD melalui berbagai tahapan intervensi yang diterapkan langsung oleh guru pendamping khusus (GPK), seperti pendekatan berbasis terapi kognitif-behavioral, pelatihan keterampilan sosial, serta strategi individual sesuai kebutuhan anak. Hal ini diharapkan tidak hanya membantu anak dalam lingkungan sekolah, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari sehingga mereka dapat mencapai potensi optimal.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intervensi regulasi emosi pada anak ASD dapat menurunkan frekuensi perilaku bermasalah, meningkatkan fokus belajar, dan memperbaiki keterampilan sosial (Mazefsky, C. A., & White, S. W. (2014)). Namun, sebagian besar penelitian masih berfokus pada setting sekolah atau klinik. Studi yang mendalam bagaimana intervensi regulasi emosi dilakukan oleh guru pendamping khusus (GPK) dalam konteks *homeschooling*, khususnya di Indonesia, masih sangat terbatas. Padahal, praktik ini penting untuk memberikan gambaran nyata bagaimana strategi tersebut dijalankan di lapangan.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian tentang intervensi regulasi emosi oleh GPK pada anak ASD di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin menjadi penting dilakukan. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi orang tua, pendidik, dan lembaga homeschooling dalam mendukung perkembangan emosional anak ASD. Selain itu, penelitian ini juga bisa menjadi dasar bagi pengembangan strategi intervensi yang lebih sesuai dengan kebutuhan anak berkebutuhan khusus di lingkungan belajar alternatif seperti *homeschooling*.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan studi kasus yaitu metode penelitian yang bertujuan untuk menganalisis suatu fenomena secara mendalam dalam kondisi alamiah. Metode ini digunakan untuk memahami bagaimana dan mengapa suatu peristiwa atau bentuk intervensi diterapkan tanpa mengendalikan lingkungan yang diteliti (Puji Lestari, 2021). Penelitian ini dilakukan di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin, berlokasi di Jalan Rantau Darat no.7, Pekauman, Kec. Banjarmasin Selatan, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan kode pos 70231, yang dijadikan sebagai tempat penelitian dan pengambilan data. Subjek penelitian ini adalah guru pendamping khusus (GPK) yang mengajar di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin berjumlah 2 orang, dengan 4 informan yang terdiri dari 2 guru utama dan 2 orang tua murid untuk memenuhi

kelengkapan informasi yang didapat. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan analisis kualitatif interaktif melalui tahapan: (1) reduksi data, yaitu memilah dan menyederhanakan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi; (2) penyajian data dalam bentuk narasi deskriptif untuk melihat pola dan hubungan; serta (3) penarikan kesimpulan berdasarkan temuan penelitian (Hasan et al., 2022). Untuk menjaga keabsahan data, digunakan teknik triangulasi. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari guru pendamping khusus (GPK), guru utama, dan orang tua murid. Triangulasi teknik ditempuh dengan memadukan wawancara, observasi, dan dokumentasi, untuk memastikan validitas data yang dikumpulkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahapan Intervensi Regulasi Emosi oleh Guru Pendamping Khusus (GPK) Pada Anak ASD di Homeschooling Sukacita Banjarmasin

Penelitian ini dilaksanakan di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin dengan melibatkan dua guru pendamping khusus (GPK) serta empat informan yang terdiri dari guru utama dan orang tua anak ASD. Hasil temuan menunjukkan bahwa guru pendamping khusus (GPK) memegang peran dalam memberikan intervensi regulasi emosi kepada anak ASD sehingga mereka dapat mengalami perkembangan dalam hal mengenali, memahami, serta mengendalikan emosinya. Berdasarkan teori James J. Gross, bentuk intervensi regulasi emosi yang dilakukan guru pendamping khusus (GPK) terimplementasi melalui lima tahapan berikut:

a. Pemilihan Situasi (*Situation Selection*).

Guru pendamping khusus (GPK) memilih dan mengatur lingkungan maupun aktivitas agar anak terhindar dari pemicu emosi negatif. Contohnya, anak yang sensitif terhadap kebisingan ditempatkan di ruang yang lebih tenang, atau benda yang dapat menimbulkan perilaku rigid, seperti ayunan, dihilangkan. Tahapan ini membantu meminimalkan risiko tantrum sekaligus menciptakan rasa aman bagi anak. Pemilihan situasi (*situation selection*) merupakan strategi regulasi emosi yang termasuk dalam *Emotion Regulation Process Model* dari James Gross (2017). Strategi ini menekankan bahwa individu dapat mengatur emosinya dengan memilih atau menghindari situasi tertentu yang berpotensi menimbulkan emosi negatif. Pada anak ASD, sensitivitas terhadap perubahan atau stimulus baru sering kali memicu distress emosional, sehingga pemilihan situasi menjadi intervensi awal yang efektif karena anak tidak langsung dihadapkan pada situasi pemicu stres.

b. Modifikasi Situasi (*Situation Modification*).

Ketika anak mulai menunjukkan tanda frustrasi, guru pendamping khusus (GPK) melakukan penyesuaian situasi. Misalnya, anak yang enggan mengerjakan tugas dialihkan pada kegiatan alternatif atau dipindahkan ke ruang yang lebih nyaman. Dalam kondisi tertentu, guru memberikan dukungan emosional melalui komunikasi sederhana atau sentuhan berupa pelukan. Langkah ini mencegah emosi negatif semakin intens sekaligus memungkinkan anak tetap mengikuti pembelajaran. Tindakan ini sejalan dengan konsep modifikasi situasi menurut teori Gross (2017) yang menekankan pentingnya mengubah kondisi agar emosi negatif dapat ditekan. Modifikasi situasi adalah strategi regulasi emosi yang dilakukan ketika individu sudah berada dalam situasi tertentu, namun diperlukan penyesuaian kondisi eksternal agar respon emosional tidak berkembang menjadi lebih negatif.

Anak dengan ASD memiliki kesulitan dalam fleksibilitas kognitif dan adaptasi terhadap perubahan mendadak. Situasi yang tidak sesuai dengan ekspektasi mereka dapat menimbulkan frustrasi, tantrum, atau penarikan diri. Oleh karena itu, modifikasi situasi menjadi penting untuk mengurangi intensitas stimulus pemicu stres, memberikan rasa aman dan mempertahankan keterlibatan anak dalam pembelajaran. Modifikasi situasi pada anak ASD di homeschooling merupakan penerapan nyata dari *situation modification* dalam model Gross. Strategi ini efektif karena menggabungkan penyesuaian aktivitas, lingkungan, dan dukungan emosional, yang pada akhirnya menurunkan intensitas emosi negatif sekaligus menjaga keterlibatan belajar anak. Namun, keberhasilan jangka panjang bergantung pada konsistensi penerapan serta pelatihan anak untuk secara bertahap melakukan *self-modification* dengan dukungan minimal.

c. Pengalihan Perhatian (*Attentional Deployment*).

Anak diarahkan untuk fokus pada kegiatan yang disenangi, seperti menyusun *puzzle*, mengerjakan lembar kerja, atau mendengarkan musik sesuai tema. Selain itu, guru pendamping khusus (GPK) memberikan *sounding* atau penjelasan sebelum adanya perubahan rutinitas sehingga anak lebih siap menghadapi transisi. Pendekatan ini terbukti menurunkan kecemasan dan memperpendek durasi tantrum. Sejalan dengan teori Gross (2017) strategi ini membantu individu mengatur fokus perhatian guna mengendalikan respon emosional. Implementasi tersebut terbukti menurunkan kecemasan dan memperpendek durasi tantrum anak. Pengalihan perhatian melalui aktivitas menyenangkan dan *sounding* transisi merupakan implementasi praktis dari *attentional deployment* dalam teori regulasi emosi Gross. Strategi ini efektif karena mengurangi fokus pada stimulus pemicu stres sekaligus meningkatkan rasa aman melalui prediktabilitas. Pada anak ASD, strategi ini sangat relevan karena mengakomodasi kelemahan mereka dalam fleksibilitas perhatian dan kebutuhan terhadap rutinitas yang konsisten.

d. Perubahan Kognitif (*Cognitive Change*).

Anak diperkenalkan pada konsep emosi melalui media pembelajaran dan dikuatkan dengan afirmasi positif secara konsisten. Dengan cara ini, anak belajar memahami arti emosi, mengenali ekspresi (senang, marah, sedih), serta menyadari konsekuensi dari perilaku tertentu. Pemberian pujian digunakan untuk memperkuat respons adaptif anak. Dalam *Process Model of Emotion Regulation* (Gross, 2017), *cognitive change* merujuk pada cara individu menilai (*appraise*) situasi sehingga menghasilkan pengalaman emosional tertentu. Dengan kata lain, emosi tidak hanya muncul karena peristiwa, tetapi juga karena cara kita memaknai peristiwa tersebut. Strategi yang paling umum adalah *cognitive reappraisal*, yaitu menafsirkan ulang situasi agar lebih adaptif. Gross (2017) menyebutkan bahwa perubahan kognitif dapat mengubah dampak emosional suatu situasi. Dengan strategi ini, anak mulai mampu mengekspresikan emosi secara lebih adaptif.

Anak dengan ASD sering kesulitan dalam memahami konsep emosi (*emosional literacy*) dan menghubungkannya dengan konteks sosial. Oleh karena itu, perubahan kognitif melalui media pembelajaran dan afirmasi positif sangat penting untuk 1] pengenalan emosi dasar melalui media visual (kartu emosi, gambar wajah, video sederhana) membantu anak mengenali ekspresi emosional secara konkret; 2] Pemahaman konsekuensi perilaku, seperti anak belajar bahwa setiap emosi memiliki dampak, misalnya marah bisa membuat teman menjauh, sedangkan senyum bisa membuat interaksi lebih menyenangkan. Ini sesuai dengan teori *Social Cognition* yang menekankan pentingnya pemahaman hubungan antara

pikiran, emosi, dan perilaku; dan 3] Penguatan dengan afirmasi positif dengan memberikan pujian yang berfungsi sebagai *verbal reinforcement* dalam teori *Operant Conditioning* (Skinner, 1953). Dengan pujian yang konsisten, anak belajar bahwa respon adaptif (misalnya menenangkan diri ketika marah) lebih dihargai daripada respon maladaptif (tantrum).

Tahap *cognitive change* dalam intervensi regulasi emosi membantu anak ASD mengembangkan pemahaman terhadap emosi, menilai ulang situasi, dan memilih perilaku yang lebih adaptif. Melalui media pembelajaran dan afirmasi positif, anak tidak hanya belajar mengenali ekspresi emosi, tetapi juga mulai menyadari konsekuensi perilaku. Secara teori, strategi ini berakar pada *cognitive appraisal theory*, *social cognition*, dan *operant conditioning*, yang kesemuanya menekankan bahwa perubahan cara berpikir berpengaruh langsung pada regulasi emosi dan perilaku sosial anak.

e. Modulasi Respons (*Response Modulation*).

Apabila emosi anak sudah berada pada puncaknya, guru pendamping khusus (GPK) melakukan intervensi langsung melalui pendekatan fisik maupun verbal, misalnya memeluk, menahan gerakan, atau melatih pernapasan sederhana. Intervensi ini efektif dalam menurunkan intensitas tantrum, mencegah perilaku berbahaya, serta menumbuhkan rasa aman berkat kedekatan emosional dengan guru. *Response modulation* adalah strategi regulasi emosi yang dilakukan setelah respon emosional sudah muncul. Fokusnya adalah mengatur ekspresi fisiologis, perilaku, maupun pengalaman subjektif emosi agar tidak semakin intens. Strategi ini biasanya bersifat “langsung” dan sering dilakukan saat emosi berada pada puncaknya. Tahap *response modulation* berfungsi sebagai strategi krisis untuk meredakan emosi yang sudah mencapai puncak. Dengan pendekatan fisik (pelukan, menahan gerakan) dan verbal (instruksi singkat, latihan pernapasan), GPK membantu anak ASD menurunkan arousal fisiologis sekaligus menciptakan rasa aman. Dukungan emosional (*emotional scaffolding*) seperti komunikasi sederhana atau pelukan dapat dipahami melalui teori *Attachment* (Bowlby, 1988) yang menekankan bahwa sentuhan dan kedekatan fisik dari figur pendamping memberi rasa aman (*secure base*) sehingga anak lebih mampu menenangkan diri.

Teori yang relevan mencakup *Gross’ Process Model*, *Polyvagal Theory*, *Attachment Theory*, dan *Arousal Regulation*. Strategi ini penting sebagai intervensi darurat, namun keberhasilan jangka panjang tetap membutuhkan integrasi dengan strategi regulasi emosi lain yang lebih preventif. Fakta lapangan ini selaras dengan teori Gross (2017) yang menekankan modulasi respons sebagai tahapan terakhir ketika kecenderungan emosi sudah muncul. Hasil observasi menunjukkan bahwa strategi ini menurunkan intensitas tantrum serta meningkatkan rasa aman pada anak.

Berdasarkan hasil observasi, intervensi yang diterapkan memberikan dampak positif. Anak ASD mulai menunjukkan perkembangan, antara lain menurunnya frekuensi tantrum, meningkatnya kemampuan menunda keinginan, dan bertambahnya keterampilan dalam mengekspresikan emosi secara tepat. Walaupun pencapaian tiap anak berbeda, konsistensi intervensi dari guru pendamping khusus (GPK) terbukti memberi perubahan signifikan pada kemampuan regulasi emosi mereka. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan kerangka pelatihan regulasi emosi yang disusun oleh Annisa (2023), yang mencakup pengenalan emosi, penerimaan emosi, penetapan tujuan, dan regulasi emosi. Tahapan ini tampak paralel dengan strategi guru

pendamping khusus (GPK) yang membantu anak mengenali emosinya, menerima kondisi, mengarahkan perilaku sesuai tujuan, hingga memodulasi respons emosi secara adaptif.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat Intervensi Regulasi Emosi oleh Guru Pendamping Khusus (GPK) pada anak ASD di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin

a. Faktor pendukung

Berupa kemampuan guru pendamping khusus (GPK) dalam melakukan observasi dan memahami kebutuhan anak, penyesuaian lingkungan belajar, pemanfaatan media yang menarik, serta kerja sama dengan guru utama, orang tua, dan terapis. Dalam perspektif teori Vygotsky (*Zone of Proximal Development*), pemahaman GPK terhadap kebutuhan anak memungkinkan pemberian *scaffolding* yang sesuai sehingga anak dapat mengembangkan keterampilan regulasi emosi secara bertahap. Teori *Differentiated Instruction* (Tomlinson, 2001) juga menekankan pentingnya guru memahami kebutuhan unik peserta didik agar strategi pembelajaran (termasuk intervensi emosi) bisa lebih efektif. Teori Kognitif *Multimedia Learning* (Mayer, 2009) menjelaskan bahwa penggunaan media visual, audio, atau kombinasi keduanya dapat membantu pemahaman konsep abstrak, termasuk pengenalan emosi. Pada anak ASD, media visual (misalnya kartu emosi, video, puzzle) berfungsi sebagai *visual support* yang sesuai dengan kekuatan pemrosesan visual mereka (Grandin, 2006). Media yang menarik juga berfungsi sebagai reinforcer dalam teori *Operant Conditioning* (Skinner, 1953), sehingga meningkatkan motivasi anak untuk terlibat dalam kegiatan regulasi emosi.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pohan et al., (2023), menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami emosi negatif seperti sedih, kecewa, dan marah, tetapi mampu meregulasi emosinya melalui penerimaan diri, doa, dan kesabaran. Hal ini memperkuat bahwa baik keluarga maupun pendidik memiliki kontribusi signifikan dalam perkembangan regulasi emosi anak ASD.

b. Faktor Penghambat

Karakteristik anak yang sulit diprediksi, durasi emosi yang panjang, keterbatasan konsentrasi, kesiapan emosional guru ketika menghadapi tantrum, serta keterbatasan sarana dan sumber daya pendukung. Teori *Spektrum Autisme* (APA, DSM-5, 2013) menegaskan bahwa anak ASD memiliki profil perilaku yang heterogen, termasuk kesulitan dalam fleksibilitas kognitif, respon terhadap perubahan, serta perilaku repetitif. Hal ini membuat guru sulit memprediksi kapan anak akan mengalami ledakan emosi. Berdasarkan Model Regulasi Emosi Gross (2017), individu dengan ASD cenderung mengalami kesulitan dalam *response modulation*, sehingga emosi negatif bertahan lebih lama karena kemampuan *down-regulation* mereka terbatas. Fakta ini sesuai dengan temuan Mazefsky & White (2014) yang menyatakan bahwa variasi karakteristik anak ASD dan keterbatasan sumber daya dapat menjadi tantangan dalam pelaksanaan intervensi regulasi emosi. Teori *Social Learning* Bandura (1977) menekankan bahwa anak belajar melalui modeling. Jika guru tidak mampu mengendalikan emosinya, anak dapat meniru atau memperburuk reaksi emosional negatif. Meski demikian, dengan kreativitas dan adaptasi strategi, guru pendamping khusus (GPK) tetap berupaya menyesuaikan pendekatan agar intervensi berjalan efektif.

Intervensi regulasi emosi yang dilakukan guru pendamping khusus (GPK) bersifat fleksibel, kontekstual, dan perlu disesuaikan dengan kondisi masing-masing anak. Guru

pendamping khusus (GPK) tidak hanya reaktif saat terjadi ledakan emosi, tetapi juga preventif dengan menciptakan lingkungan kondusif serta membekali anak dengan keterampilan regulasi jangka panjang. Sejalan dengan pandangan Gross (2017) bahwa regulasi emosi dapat dilakukan mulai dari tahap awal pemicu hingga ketika emosi sedang berlangsung. Anak ASD dapat belajar mengelola emosinya melalui tahapan intervensi berbasis situasi, pengalihan perhatian, dan dukungan emosional yang berkelanjutan. Dengan demikian, penelitian ini menekankan bahwa intervensi regulasi emosi yang dilakukan guru pendamping khusus (GPK) memberikan kontribusi besar terhadap perkembangan anak ASD di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin. Keberhasilan intervensi bergantung pada konsistensi penerapan, pemahaman mendalam guru terhadap karakteristik anak, serta kerja sama yang terjalin antara guru pendamping khusus (GPK), guru utama, orang tua, dan terapis.

SIMPULAN DAN SARAN

Intervensi dilakukan melalui lima tahapan, yaitu pemilihan situasi, modifikasi situasi, pengalihan perhatian, perubahan kognitif, dan modulasi respons. Hasilnya, anak ASD mengalami perkembangan dalam mengenali, memahami, serta mengendalikan emosi, ditandai dengan berkurangnya frekuensi tantrum, meningkatnya kemampuan menunda keinginan, dan keterampilan mengekspresikan emosi secara adaptif. Keberhasilan intervensi dipengaruhi oleh faktor pendukung seperti kemampuan observasi guru, penyesuaian lingkungan belajar, penggunaan media yang menarik, fleksibilitas strategi, serta kolaborasi dengan guru utama, orang tua, dan terapis. Sementara itu, hambatan yang ditemui meliputi karakteristik anak yang sulit diprediksi, durasi emosi yang panjang, keterbatasan konsentrasi, kesiapan emosional guru, serta keterbatasan sarana dan sumber daya. Intervensi regulasi emosi oleh guru pendamping khusus (GPK) terbukti efektif, fleksibel, dan kontekstual, serta memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan anak ASD, asalkan dilakukan secara konsisten dan didukung oleh kerja sama semua pihak yang terlibat.

Sekolah diharapkan terus mendukung peran guru pendamping khusus (GPK) dengan menyediakan lingkungan belajar yang ramah sensorik, media menarik, serta pelatihan berkala. Guru pendamping khusus (GPK) disarankan mengikuti program pelatihan regulasi emosi agar memiliki keterampilan yang lebih mendalam dalam menerapkan strategi intervensi sesuai kebutuhan anak ASD. Selain itu, guru pendamping khusus (GPK) perlu terus mengembangkan pemahaman terhadap karakter anak, memperkaya bentuk intervensi, serta menjaga kesehatan mentalnya. Orang tua disarankan selalu menjalin komunikasi yang baik dengan sekolah dan melanjutkan latihan regulasi emosi di rumah. Peneliti selanjutnya diharapkan memperkaya referensi, khususnya dari aspek psikologi dan keislaman, serta mengatur koordinasi penelitian secara lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5 (5th ed.)*. American Psychiatric Association.
- Annisa, A. (2023). Pelatihan regulasi emosi: Mengembangkan intervensi untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak. *TIN: Terapan Informatika Nusantara*, 4(3), [https://doi.org/10.47065/tin.v4i3.4214] (https://doi.org/10.47065/tin.v4i3.4214)
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.
- Grandin, T. (2006). *Thinking in Pictures: My Life with Autism*. New York: Vintage Books.

- Gross, J. J. (2017). *Emotion regulation*. The Guilford Press.
- Hasan, M., Khairani, T., & Harahap, K. (2022). *Metode penelitian kualitatif*. Tahta Media Group.
- Kristiana, F., & Widayanti, C. G. (2016). *Buku Ajar Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. UNDIP Press.
- Mayer, R. E. (2009). *Multimedia Learning* (2nd ed.). New York: Cambridge University Press.
- Mazefsky, C. A., & White, S. W. (2014). Emotion regulation: Concepts & practice in autism spectrum disorder. In F. R. Volkmar (Ed.), *Encyclopedia of Autism Spectrum Disorders* (pp. 1–14). Springer.
- Pohan, A. A. B., Juandina, A. M., Gulo, A., Mirza, R., & Nasution, M. (2023). Gambaran regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 6 (1), https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v5i2.10390 [https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v5i2.10390]
- Puji Lestari, S. (2021). *Metode Penelitian Komunikasi (Kuantitatif, Kualitatif, dan Cara Mudah Menulis Artikel Pada Jurnal Internasional)*. Alfabeta.
- Puspitasari, Intan (2019) Pendidikan Inklusi dan Anak Berkebutuhan Khusus: Regulasi Emosi Anak Penyandang Autisme. In: Pendidikan Inklusi dan Anak Berkebutuhan Khusus. Samudra Biru, Yogyakarta, pp. 57-72. ISBN 978-623-7080-83-1.
- Shalehah, N., Suminar, T., & Diana, D. (2023). Strategi guru dalam meningkatkan keterampilan sosial anak autistic spectrum disorder (ASD). *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5). https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5287 [https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5287]
- Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. New York: Macmillan.
- Tomlinson, C. A. (2001). *How to Differentiate Instruction in Mixed-Ability Classrooms* (2nd ed.). Alexandria, VA: ASCD.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.