

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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. Mulai membiasakan diri bersosialisasi dan menggunakan pertimbangan sosial dan emosional yang bijaksana adalah perasaan yang bisa saja muncul dalam kehidupan sehari-hari. Anak-anak memiliki perasaan yang kompleks seperti halnya orang dewasa yang pernah merasa bersemangat, cemas, sedih, cemburu, takut, khawatir, marah, dan malu. Anak juga perlu mengembangkan strategi untuk mengelola emosinya, sehingga dapat membangun keterampilan sosial-emosional yang lebih baik.

Ketika anak-anak lebih sadar dan terampil secara sosial dan emosional, mereka dapat lebih efektif untuk mengatasi, menenangkan diri dan memecahkan masalah ketika tantangan muncul. Dengan kesadaran yang mendalam tentang emosi yang dirasakan, anak-anak dapat lebih baik mengelola perasaan dan merespons berbagai situasi dalam hidup dengan cara yang lebih sehat dan produktif. Dalam hal ini tidak hanya diperuntukkan untuk anak normal saja melainkan juga menjadi sebuah hal yang sangat penting bagi anak dengan berkebutuhan khusus.

Anak berkebutuhan khusus merupakan individu yang memiliki perbedaan mencolok dalam aspek-aspek penting kehidupan, baik dari segi fisik, psikologis,

kognitif, maupun sosial, sehingga mengalami hambatan dalam mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Menurut Ika Febrian dan Costrie Ganes anak berkebutuhan khusus merujuk pada kondisi individu yang berbeda dari individu yang lainnya dalam kemampuan atau keberfungsiannya baik secara fisik maupun mental.¹ Hallahan, Kauffman dan Pullen mendefinisikannya sebagai mereka yang berbeda dalam beberapa hal dari rata-rata. Sederhananya, individu yang memiliki masalah atau kebutuhan khusus dalam berpikir, melihat, berbicara bersosialisasi, atau bergerak.²

Anak berkebutuhan khusus dapat dikelompokkan ke dalam beberapa kategori, antara lain: anak dengan gangguan penglihatan (tunanetra), gangguan pendengaran dan bicara (tunarungu-wicara), hambatan fisik (tunadaksa), hambatan intelektual (tunagrahita), hambatan bahasa, anak dengan autisme serta ADHD atau ADD, anak yang mengalami hambatan perilaku, hingga anak dengan kecerdasan dan bakat istimewa. Dalam pembahasan ini, fokus diarahkan pada salah satu kategori tersebut, yaitu *Autism Spectrum Disorder* (ASD).³

Autism Spectrum Disorder (ASD) adalah gangguan perkembangan saraf yang ditandai dengan keterbatasan dalam kemampuan berkomunikasi, kesulitan menjalin interaksi sosial, serta adanya perilaku maupun minat yang cenderung terbatas dan berulang. Anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) kerap menghadapi kendala dalam memahami situasi sosial di sekitarnya, sehingga berpengaruh pada

¹ Ika Febrian Kristiana dan Costrie Ganes Widayanti, “Buku Ajar Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus” (Semarang: UNDIP Press Semarang, 2016), 16.

² Daniel P. Hallahan, *Exceptional Learners*, 12th ed., Pearson new international ed (Pearson, 2014), 16.

³ Suharsiwi, *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*, 1 (Yogyakarta: CV. Prima Print, 2017), 25.

perkembangan kognitif, psikomotoriknya., dan emosional mereka.⁴

Gejala-gejala tersebut muncul ketika awal masa perkembangan anak (12-24 bulan) yang menyebabkan kerusakan pada bidang sosial, aktivitas sehari-hari dan fungsi lainnya. Salah satu tantangan utama yang dihadapi anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) adalah gangguan perkembangan saraf yang ditandai dengan kesulitan dalam komunikasi sosial, interaksi sosial, serta pola perilaku dan minat yang terbatas serta berulang. Anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) sering mengalami keterlambatan perkembangan awal atau kehilangan keterampilan sosial dan bahasa. Ciri-ciri awal yang muncul pada masa anak-anak menunjukkan kurangnya minat dalam interaksi sosial yang berdampak pada perkembangan kognitif, psikomotorik, dan emosional mereka.⁵

Salah satu tantangan utama yang dihadapi anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) adalah kesulitan dalam regulasi emosi, yang dapat menyebabkan perilaku menantang seperti tantrum, agresivitas, atau menarik diri dari interaksi sosial. Beberapa faktor penyebab *Autism Spectrum Disorder* (ASD) antara lain genetik, kerusakan pada bagian saraf tertentu, infeksi saat kehamilan orang tua, imunisasi di usia anak, ketidakseimbangan *neurotransmitter*, adanya agen *xenobiotic* dan teratogenik.⁶

Anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) kesulitan dalam mengembangkan kemampuan berbahasa dan kesulitan memahami apa yang mereka dengar, rasakan,

⁴American Psychiatric Association, ed., *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*, 5th ed (Washington, D.C: American Psychiatric Association, 2013). 51-52

⁵American Psychiatric Association, ed., *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*, 54.

⁶ Febrian Kristiana dan Ganes Widayanti, *Buku Ajar Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, 54.

serta menyampaikan isi pikirannya.⁷ Oleh karena itu, sangat diperlukan adanya regulasi emosi pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) yang digambarkan sebagai kemampuan anak dalam mengenali emosi diri sendiri, berpartisipasi dalam kegiatan sekolah, berinteraksi dengan teman sebaya dan mengelola stres sehari-hari serta mengkomunikasikan perasaannya.

Secara teoritis individu dengan regulasi emosi yang baik mampu untuk mengenali kondisi emosinya sendiri sesuai dengan usianya, melakukan bentuk intervensi tertentu untuk menenangkan gejolak emosi negatif, menjaga aktivitas yang sedang dilakukan dari intervensi emosi-emosi negatif. Sebaliknya, individu yang tidak mampu meregulasi emosi akan kesulitan dalam mengendalikan emosi yang dapat mengganggu aktivitasnya. Artinya anak yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik mampu untuk melihat, mengevaluasi, memodifikasi reaksi emosional, mampu meredakan dan mengatur timbulnya emosi negatif.⁸

Kemampuan regulasi emosi membuat seseorang mampu mengontrol emosi, baik itu kemarahan, kecemasan, maupun rasa gembira yang berlebihan, sehingga menghasilkan respons yang lebih adaptif. Namun, anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) kerap menghadapi kesulitan dalam menyalurkan emosinya dengan tepat, yang dapat menimbulkan dampak negatif terhadap hubungan sosial maupun kondisi psikologis mereka.⁹ Gross mendefinisikan regulasi emosi sebagai suatu

⁷ Cynthia Vivian Purwanto dan Monique Elizabeth Sukamto, *Autisme dan ADHD Memahami anak dengan gangguan autisme dan ADHD serta penanganannya* (UBAYA, 2021).

⁸ Desi Sukma Puspita Sari, “Melatih Regulasi Emosi Pada Anak Pra Sekolah Dengan Bermain: Literature Review,” *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan (JURDIKBUD)* 2, no. 1 (20 Maret 2022): 14–20, <https://doi.org/10.55606/jurdikbud.v2i1.149>.

⁹ Rizqi Syafrina dan Rosti Rudi, “Regulasi Emosi Guru PAUD Selama Proses Mengajar Saat Pandemi Covid-19,” *JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)* 4, no. 2 (2021): 51–58, <https://doi.org/10.31537/jecie.v4i2.496>.

proses ketika individu mengatur bentuk, waktu munculnya, serta bagaimana emosi dirasakan dan diekspresikan dalam berbagai kondisi. Dengan kata lain, regulasi emosi berhubungan dengan bagaimana seseorang mengendalikan emosinya (*regulation of emotions*), bukan sebaliknya, bagaimana emosi yang mengatur perilaku atau keadaan tertentu(*regulation by emotions*).¹⁰

Regulasi emosi dapat dipahami sebagai proses intervensi secara sadar maupun tidak sadar terhadap pengalaman emosional yang memungkinkan perubahan pengalaman dan ekspresi afek dari respons natural menjadi respons lain yang lebih efektif.¹¹ Regulasi emosi melibatkan tiga aspek utama. Pertama, aktivasi tujuan regulasi dapat bersifat intrinsik (mengatur emosi sendiri) atau ekstrinsik (membantu mengatur emosi orang lain). Kedua, keterlibatan proses regulasi dapat terjadi secara eksplisit (sadar) atau implisit (tidak sadar), dengan berbagai cara untuk mengatur emosi. Ketiga, kontrol dinamika regulasi mempengaruhi waktu munculnya emosi, intensitas, durasi, dan proses penyelesaian emosi, yang dapat diperpanjang atau diperpendek, diperkuat atau dilemahkan, tergantung pada tujuan individu.¹²

Dalam sistem pendidikan nasional Indonesia, *homeschooling* adalah salah satu bentuk pendidikan nonformal yang diakui dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Model pendidikan yang menjadi pilihan alternatif untuk dijalankan oleh masyarakat sesuai kebutuhan.¹³ Bagi anak

¹⁰ James J. Gross, *Emotion Regulation* (New York London: The Guilford Press, 2017). 6

¹¹ Cleoputri Yusainy Dkk., "Mindfulness Sebagai Strategi Regulasi Emosi," *Jurnal Psikologi* 17, no. 2 (16 Januari 2019): 174, <https://doi.org/10.14710/jp.17.2.174-188>.

¹² Gross, *Emotion Regulation*, 6-7.

¹³ Fidya Ismiulya Dara Gebrina Rezieka Khamim Zarkasih Putroe, "Model Pendidikan Bagi Anak Abk: Home Schooling," *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak* 7, no. 2 (2021): 63,

Autism Spectrum Disorder (ASD), pendekatan ini memungkinkan penyesuaian belajar sesuai dengan kebutuhan anak. Dalam pelaksanaannya, peran guru pendamping khusus (GPK) sangat penting untuk membantu orang tua dalam membimbing anak, khususnya dalam pengembangan regulasi emosi. Kolaborasi antara orang tua dan guru pendamping khusus (GPK) menjadikan *homeschooling* sebagai sarana efektif dalam mendukung pertumbuhan emosi dan pembelajaran anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD).

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di *homeschooling* Sukacita Banjarmasin, peneliti melihat bahwa beberapa dari guru pendamping khusus (GPK) memainkan peran penting dalam membantu anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) salah satunya untuk mengembangkan regulasi emosi melalui berbagai pendekatan yang terstruktur dan individual. Seperti mengajarkan untuk latihan pernafasan, mengelus dada sambil mengucap sabar dan memberi ruang untuk anak sendiri terlebih dahulu tanpa diajak bicara sampai anak merasa aman.

Mengenai tahapan intervensi yang dilakukan, peneliti juga melakukan wawancara kepada salah satu guru pendamping khusus (GPK) di *homeschooling* Sukacita Banjarmasin. Salah satu narasumber mengatakan “yang pasti kita perlu untuk memahami karakteristik dan kebutuhan setiap anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) karena setiap anak memiliki pemicu emosi yang berbeda sehingga penting untuk mengenali dan merespon kebutuhan individu. Ketika seorang anak mudah merasa marah dan emosi karena ingin pulang cepat misalnya, maka kita dapat menghindari atau memodifikasi situasi tersebut untuk mengurangi

kecemasan. Seperti meminta anak untuk tenang dengan mengucap sabar sambil mengelus dada, melakukan pernafasan, mengajaknya untuk berbicara dan meminta anak menunggu, jadi anak akan meniru apa yang kita lakukan. Seorang anak yang tiba-tiba menangis dan tantrum tanpa alasan, salah satu teknik yang bisa dilakukan yakni memberinya ruang untuk menenangkan diri tanpa mengganggunya sampai anak benar-benar merasa aman.”¹⁴

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Aulia Annisa tentang *Pelatihan Regulasi Emosi: Mengembangkan Intervensi untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Anak* menunjukkan bahwa pelatihan regulasi emosi merupakan salah satu bentuk intervensi efektif untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada anak. Dalam kajiannya, ia menekankan bahwa masih banyak anak di Indonesia yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi, ditandai dengan perilaku mudah marah, sedih berlebihan, hingga gejala stres dan depresi. Pelatihan regulasi emosi yang dikembangkan meliputi pengenalan emosi, penerimaan emosi, penetapan tujuan, serta strategi regulasi emosi. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi regulasi emosi sangat dibutuhkan untuk mendukung kematangan emosi dan penyesuaian sosial anak.¹⁵

Regulasi emosi menjadi sebuah keterampilan penting untuk membantu individu, terutama bagi anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) yang sering menghadapi hambatan dalam mengenali dan mengekspresikan emosi, yang

¹⁴ Hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 5 Agustus 2024, bertempat di *haomeschooling* Sukacita Banjarmasin.

¹⁵ Aulia Annisa, “Pelatihan Regulasi Emosi: Mengembangkan Intervensi untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Anak,” *TIN: Terapan Informatika Nusantara* 4, no. 3 (2023): 198–202, <https://doi.org/10.47065/tin.v4i3.4214>.

berpotensi memunculkan perilaku bermasalah. Apabila emosi dikelola dengan baik, anak dapat menyesuaikan diri lebih optimal dalam lingkungan sosial serta memperoleh kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Peran guru tidak hanya sebatas memberikan materi akademik, melainkan juga membimbing perkembangan keterampilan sosial dan emosional. Pelatihan regulasi emosi mendukung peningkatan efektivitas pengajaran, khususnya bagi guru pendamping khusus (GPK) yang bertugas memberikan stimulasi khusus untuk membantu perkembangan emosi anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Guru yang profesional umumnya memiliki strategi tertentu dalam memberikan stimulasi sesuai kebutuhan anak.¹⁶

Fokus utama dalam penelitian ini adalah meningkatkan kemampuan regulasi emosi melalui berbagai tahapan-tahapan intervensi regulasi emosi yang diterapkan langsung oleh guru pendamping khusus (GPK). Dengan menggunakan berbagai tahapan untuk membantu anak-anak memahami, mengidentifikasi, dan mengelola emosi mereka seperti pendekatan berbasis terapi kognitif-behavioral, pelatihan keterampilan sosial, dan pendekatan individu lainnya yang disesuaikan dengan kebutuhan setiap anak. Hal ini tidak hanya membantu anak dalam lingkungan sekolah, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari yang memungkinkan untuk mencapai potensi maksimal.

Di sinilah tantangan para guru terutama guru pendamping khusus (GPK) untuk memiliki upaya atau pendekatan yang kiranya dapat memberikan stimulus

¹⁶ Nurul Shalehah dkk., “Strategi Guru dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak *Autistim Spectrum Disorder* (ASD),” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 7, no. 5 (2023): 5757–66, <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5287>.

regulasi emosi pada anak dapat terbentuk dengan baik, baik pada saat di sekolah maupun ketika berada di lingkungan luar sekolah. Berdasarkan paparan pada latar belakang yang telah diuraikan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan lebih mendalam dengan judul “Intervensi Regulasi Emosi Oleh Guru Pendamping Khusus (GPK) Pada Anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana tahapan intervensi regulasi emosi oleh guru pendamping khusus (GPK) pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin?
2. Apa saja faktor pendukung dan penghambat tahapan intervensi regulasi emosi oleh guru pendamping khusus (GPK) pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini yaitu;

1. Untuk mendeskripsikan tahapan intervensi regulasi emosi yang diterapkan oleh guru pendamping khusus (GPK) pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin.
2. Untuk mendeskripsikan faktor pendukung dan penghambat dalam tahapan

intervensi regulasi emosi yang diterapkan oleh guru pendamping khusus (GPK) pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin.

D. Signifikansi Penelitian

Signifikansi atau manfaat penelitian ini terbagi menjadi dua, yakni sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Menambah wawasan di bidang pendidikan khusus, khususnya tentang *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Dengan menemukan dan menjelaskan tahapan intervensi yang efektif untuk meningkatkan regulasi emosi, penelitian ini memberikan wawasan baru yang bisa digunakan untuk studi lebih lanjut dan pengembangan teori.
 - b. Dapat membantu mengembangkan model intervensi yang lebih efektif untuk mendukung regulasi emosi pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD).
2. Secara Praktis
 - a. Bagi Sekolah
 - 1) Meningkatkan kualitas *homeschooling* Sukacita Banjarmasin dengan menyediakan intervensi yang lebih efektif dalam membantu anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dalam regulasi emosi.
 - 2) Memberikan referensi bagi sekolah untuk meningkatkan pelatihan guru pendamping khusus (GPK) agar lebih siap dalam menangani

anak-anak dengan kebutuhan khusus.

- 3) Menjadi dasar bagi sekolah dalam merancang program intervensi yang lebih sistematis untuk membantu anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) beradaptasi dengan lingkungan sekolah.

b. Bagi Guru

- 1) Memberikan wawasan tentang intervensi regulasi emosi yang dapat diterapkan oleh guru pendamping khusus (GPK) dalam membantu anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) mengelola emosi mereka secara lebih efektif.
- 2) Membantu guru memahami tantangan yang dihadapi anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dalam regulasi emosi serta menemukan solusi yang lebih tepat.
- 3) Memberikan pedoman bagi guru dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif bagi anak berkebutuhan khusus.

c. Bagi Orang Tua anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

- 1) Memberikan pengetahuan kepada orang tua tentang pentingnya regulasi emosi dan cara mendukungnya ketika di rumah.
- 2) Membantu orang tua mengenali tanda-tanda emosi pada anak serta cara meresponnya dengan lebih tepat.
- 3) Mendorong kerja sama antara orang tua dan guru agar proses pendampingan anak berjalan searah baik ketika di sekolah maupun di rumah.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

- 1) Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dalam bidang pendidikan *homeschooling* dan psikologi anak berkebutuhan khusus, khususnya terkait strategi regulasi emosi pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD).
- 2) Memberikan dasar untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas intervensi yang digunakan oleh guru pendamping khusus (GPK) dan menguji berbagai metode lain yang dapat diterapkan.
- 3) Mendorong penelitian lanjutan yang dapat mengeksplorasi lebih dalam faktor-faktor lain yang mempengaruhi regulasi emosi pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD), seperti keterlibatan orang tua dan lingkungan sosial di luar sekolah.

E. Batasan Istilah

1. Intervensi Regulasi Emosi

Intervensi regulasi emosi diartikan sebagai rangkaian langkah atau pendekatan yang diterapkan oleh guru pendamping khusus (GPK) untuk membantu anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) memahami, mengenali, dan menyesuaikan respons emosi sesuai dengan situasi yang dialami.¹⁷ Mengacu pada pandangan Gross, regulasi emosi adalah bagaimana seorang membuat emosi yang mereka miliki, kapan mereka mengalaminya, memahami, mengontrol, serta

¹⁷ Annisa, "Pelatihan Regulasi Emosi."

mengekspresikan emosi mereka sesuai dengan situasi yang dihadapi. Adapun lima proses utama regulasi emosi yakni: pemilihan situasi (*situation selection*), modifikasi situasi (*situation modification*), penempatan perhatian (*attentional deployment*), perubahan kognitif (*cognitive change*), dan modulasi respons (*response modulation*).¹⁸

Intervensi regulasi emosi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tahapan intervensi regulasi emosi yang dilakukan oleh guru pendamping khusus (GPK) melalui pemilihan situasi (*situation selection*), modifikasi situasi (*situation modification*), penempatan perhatian (*attentional deployment*), perubahan kognitif (*cognitive change*), dan modulasi respons (*response modulation*). Bertujuan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin.

2. Guru Pendamping Khusus (GPK)

Dalam sistem pendidikan nasional Indonesia, guru pendamping khusus (GPK) merupakan pendidik yang memiliki peran penting dalam memberikan dukungan pada anak berkebutuhan khusus, baik di lingkungan sekolah formal maupun informal seperti *homeschooling*. Idealnya, guru pendamping khusus (GPK) memiliki latar belakang pendidikan luar biasa sehingga mampu memahami karakteristik anak dan menerapkan pendekatan intervensi yang tepat dalam membantu anak mencapai tujuan pembelajaran secara efektif.¹⁹ Salah satu bentuk dukungan yang dapat diberikan dalam membantu anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) adalah dengan menghadirkan guru pendamping khusus (GPK). Dalam

¹⁸ Gross, *Emotion Regulation*, 6–7.

¹⁹ Dara Gebrina Rezieka, “Model Pendidikan Bagi Anak Abk.”

konteks penelitian ini, guru pendamping khusus (GPK) tidak hanya sebagai pendamping akademik, tetapi juga berperan langsung dalam memberikan intervensi emosional kepada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dalam mengelola dan mengekspresikan emosinya secara adaptif.²⁰

Guru pendamping khusus (GPK) yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bagaimana guru pendamping khusus (GPK) melakukan tugasnya dalam memberikan intervensi untuk membantu anak ASD dalam mengelola emosi dan mengekspresikannya sesuai dengan situasi yang ada. Untuk menciptakan proses pembelajaran yang lebih efektif dan mendukung perkembangan emosional anak ASD di *Homeshooling* Sukacita Banjarmasin.

3. Anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

Seperti yang dijelaskan dalam *American Psychiatric Association (DSM-V:2013) Autism Spectrum Disorder* (ASD) adalah anak yang mengalami gangguan dalam perkembangan saraf yang biasanya didiagnosis sebelum berusia 3 tahun ditunjukkan melalui hambatan dalam komunikasi, interaksi sosial, serta adanya perilaku dan minat yang terbatas dan berulang.²¹ Anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) seringkali mengalami kesulitan dalam memahami lingkungan sekitar, yang berdampak pada kemampuan kognitif, psikomotorik, dan emosional mereka.²²

Anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) yang dimaksud dalam penelitian ini adalah anak yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi yang menimbulkan

²⁰ Annisa, "Pelatihan Regulasi Emosi."

²¹ American Psychiatric Association, ed., *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*, 5th ed (Washington, D.C: American Psychiatric Association, 2013): 50-51.

²² Suryo Ediyono Claresta Elvira Setiawan, "Analisis Mendalam Hubungan Permasalahan Karakteristik Remaja dengan *Autism Spectrum Disorder*," preprint, Zenodo, 30 Juni 2024, <https://doi.org/10.5281/ZENODO.12526254>.

perilaku menantang sehingga berdampak pada komunikasi dan interaksi sosial pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di *Homeschooling* Sukacita Banjarmasin.

F. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu memiliki visi untuk memperoleh data perbandingan dan menjadi sumber rujukan. Sehingga pada studi literatur ini peneliti memaparkan hasil karya ilmiah terdahulu sebagai berikut:

1. Shabrina Hikmah Khaerunnisa, Lukmanul Hakim, dan Yossy Dwi Erliana yang berjudul "Regulasi Emosi Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus di SDIT Insan Qur'ani Sumbawa Besar." Kajian ini menggunakan analisis data yang didapat melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek menggunakan hafalan Al-Qur'an sebagai salah satu media untuk melakukan regulasi emosi yang efektif. Dilihat dari subjek S yang menunjukkan regulasi emosi lebih baik diantara subjek lainnya yang dilihat dari sisi kognitif dan ekspresi emosi yang ditampakkan subjek S ketika mengajar di kelas. Sementara itu, subjek D menunjukkan hasil sebaliknya. Subjek D yang memiliki regulasi emosi yang kurang baik tidak melibatkan hafalan Al-Qur'an ketika merasakan emosi negatif. Ada beberapa faktor yang peneliti temukan di lapangan yang memengaruhi regulasi emosi ketiga subjek ialah: suasana hati atau yang dimiliki subjek, kesiapan diri dalam mengajar, kondisi fisik subjek ketika mengajar, serta pengalaman mengajar sebelumnya, dan sejauh mana subjek

dapat melibatkan Al-Qur'an untuk meregulasi emosinya.²³ Persamaan penelitian terletak pada fokus yang sama-sama menekankan pentingnya regulasi emosi, sedangkan perbedaannya terletak pada subjek penelitian dan lokasi penelitian.

2. Maila D.H. Rahiem yang berjudul "Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini." Teknik pengumpulan data melalui wawancara, data dianalisis secara tematik dengan tahapan kodifikasi, klasifikasi, dan penemuan tema. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua mampu membantu anak dalam meregulasi emosi dengan cara seperti menenangkan anak dengan memberi perhatian kepada anak terlebih dahulu, melakukan diskusi dan mendengarkan penjelasan penyebab emosi anak, memberikan nasehat dan penjelasan, mengalihkan emosi anak dengan sesuatu yang disenangi anak, serta membujuk dan memberikan anak sebuah hadiah.²⁴ Persamaan penelitian terletak pada topik utama yang berfokus pada regulasi emosi anak-anak, sedangkan perbedaannya terletak pada subjek penelitian, lokasi penelitian, serta kondisi anak.
3. Haposan Lumbantyoruan, dkk yang berjudul "Regulasi Emosi *Shadow Teacher* dalam Membimbing Anak Autis di Sekolah TK Maitreyawira Deli Serdang." Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi, dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Hasil

²³ Shabrina Hikmah Khaerunnisa, Lukmanul Hakim, Dan Yossy Dwi Erliana, "Regulasi Emosi Guru Pendamping Anak Berkebutuhan Khusus di Sdit Insan Qurani Sumbawa Besar," *Jurnal Psimawa* Vol.2, no. 1 (5 Desember 2019): 7–14, <https://doi.org/10.36761/jp.v2i1.430>.

²⁴ Maila D H Rahiem, "Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini," *Journal on Early Childhood* 6, no. 1 (2023): 40–50, <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.441>.

penelitian ini menunjukkan bahwa para *shadow teacher* mengalami berbagai reaksi emosional negatif seperti marah, kesal dan sedih ketika menghadapi perilaku anak yang sulit diatur. Meski demikian, mereka mampu meregulasi emosinya dengan proses yang merujuk pada lima tahapan regulasi emosi menurut Gross yakni pemilihan asituasi, modifikasi situasi, pengalihan perhatian, penilaian kognitif dan modulasi respons. Pendekatan yang digunakan antara lain meninggalkan kelas untuk menenangkan diri, mengalihkan perhatian anak, memberikan pemahaman emosional, serta melakukan teknik pernapasan bersama anak. Penelitian ini juga menegaskan pada pendamping anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) agar interaksi pembelajaran tetap berlangsung secara positif dan efektif.²⁵ Persamaan penelitian terletak pada topik utama yang menekankan pada regulasi emosi, berkaitan dengan anak ASD, dan merujuk pada teori Gross, sedangkan perbedaannya terletak pada subjek atau objeknya, lokasi penelitian, dan arah intervensinya.

4. Vierina Ragil Setya Romanti dan Budiyanto yang berjudul “Peran *Social Emotional Learning* Dalam Mengembangkan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik Autis.” Teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *social emotional learning* (SEL) efektif dalam membantu anak autis mengembangkan kemampuan regulasi emosi, seperti mengenali emosi,

²⁵Haposan Lumbantoruan dkk., “Regulasi Emosi Shadow Teacher Dalam Membimbing Anak Autis Di Sekolah TK Maitreyawira Deli Serdang,” *Jurnal penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan* 05 (2024): 286–291.

mengekspresikan perasaan, dan mengelola emosi dengan teknik pernapasan. Selain itu terdapat peningkatan dalam interaksi sosial, seperti meniru perilaku teman sebaya. Meskipun begitu, anak masih memerlukan bantuan untuk mengekspresikan emosi secara tepat.²⁶ Persamaan penelitian ini terletak pada fokus pengembangan regulasi pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD), sedangkan perbedaannya terletak pada subjek, lokasi penelitian dan fokus intervensi.

G. Sistematika Penulisan

Dalam kajian ini, setiap bab mencakup ruang lingkup yang terdiri dari beberapa sub-bab yang menjelaskan isi data yang diteliti. Adapun lima bab yang disajikan sebagai berikut:

BAB I, yakni pendahuluan, berisi pemaparan mengenai latar belakang masalah, selanjutnya menguraikan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi istilah, penelitian terdahulu dan sistematika penelitian.

BAB II, yakni berisi landasan teori, memaparkan terkait variabel pada penelitian ini yaitu intervensi regulasi emosi, guru pendamping khusus (GPK), anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) serta kerangka berpikir.

BAB III, yakni berisi metode penelitian, berisi penjelasan mengenai jenis penelitian, lokasi penelitian, subjek dan objek penelitian, serta data dan sumber data, teknik pengumpulan data, analisis data dan triangulasi data.

²⁶Vierina Ragil Setya Romanti, “Peran Social Emotional Learning Dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik Autis,” *Jurnal Pendidikan Khusus* 19 (Juli 2024).

BAB IV, yaitu hasil dan pembahasan, berisikan gambaran umum lokasi penelitian dan pemaparan mengenai laporan hasil penelitian.

BAB V, yaitu sebagai penutup, berisikan kesimpulan penelitian dan saran dari peneliti untuk menjadi penutup pembahasan yang telah di jabarkan pada penelitian ini.