

Literasi Emosi sebagai Strategi Pendekatan terhadap Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme (GSA) di Sekolah Inklusi

Wine Tiara Cipta ^{1*}

¹Teknologi Pendidikan, FKIP, Universitas Sebelas Maret, Email : winetiara@student.uns.ac.id*

*email Koresponden: winetiara@student.uns.ac.id

Abstract

Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental condition that affects individuals' ability to communicate, engage socially, and regulate emotions. In inclusive school settings, appropriate approaches are essential to support students with ASD. This article aims to review the literature on emotional literacy as a strategic approach for children with ASD in inclusive education. The method used is a literature review of national and international scholarly articles from 2020 to 2024. The findings show that emotional literacy enhances emotional recognition, self-regulation, and fosters more adaptive social interactions in children with ASD. This article also highlights the vital role of teachers in applying structured emotional literacy strategies. The implications of this review emphasize the need to strengthen teacher capacity and to develop emotionally inclusive curricula.

Keywords : Emotional literacy, Autism Spectrum Disorder, Inclusive school

Abstrak

Gangguan Spektrum Autisme (GSA) merupakan kondisi neurodevelopmental yang memengaruhi kemampuan individu dalam berkomunikasi, berinteraksi sosial, serta mengelola emosi. Di lingkungan sekolah inklusi, pendekatan yang tepat sangat dibutuhkan untuk mendukung perkembangan siswa dengan GSA. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji literatur terkait literasi emosi sebagai strategi pendekatan terhadap anak dengan GSA dalam konteks pendidikan inklusi. Metode yang digunakan adalah kajian pustaka terhadap artikel-artikel ilmiah nasional dan internasional dari tahun 2020 hingga 2024. Hasil kajian menunjukkan bahwa literasi emosi dapat meningkatkan kemampuan pengenalan emosi, regulasi diri, serta membangun interaksi sosial yang lebih adaptif pada anak dengan GSA. Artikel ini juga menyoroti pentingnya peran guru dalam menerapkan strategi literasi emosi secara terstruktur. Implikasi dari kajian ini mendorong peningkatan kapasitas guru dan pengembangan kurikulum yang inklusif secara emosional.

Kata Kunci : Literasi emosi, Gangguan Spektrum Autisme, Sekolah inklusi

Article History

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism Checker No
234

Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Sindoro.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Sindoro



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Pendidikan inklusi merupakan pendekatan pendidikan yang menjamin akses dan partisipasi semua anak dalam lingkungan belajar yang sama, termasuk anak berkebutuhan khusus. Menurut Booth dan Ainscow (2020), inklusi bukan hanya tentang kehadiran fisik, tetapi juga tentang partisipasi aktif dan penerimaan perbedaan dalam ruang kelas.

Salah satu kelompok peserta didik yang perlu mendapatkan perhatian khusus dalam konteks pendidikan inklusi adalah anak dengan Gangguan Spektrum Autisme (GSA). Santrock (2021) menjelaskan bahwa anak dengan GSA seringkali menghadapi tantangan dalam komunikasi, interaksi sosial, serta regulasi emosi yang signifikan, yang dapat memengaruhi proses belajar mereka secara keseluruhan.

Dalam praktiknya, keberhasilan pendidikan inklusi tidak cukup hanya mengandalkan fasilitas atau kurikulum yang ramah disabilitas. Dibutuhkan pendekatan yang mampu menjawab kebutuhan emosional dan sosial siswa. Zins et al. (2022) menyebut bahwa literasi emosi merupakan komponen penting dalam keberhasilan pembelajaran sosial-emosional di lingkungan inklusi.

Literasi emosi sendiri didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain (Goleman, 2020). Bagi siswa dengan GSA, kemampuan ini dapat menjadi fondasi dalam membangun interaksi sosial yang sehat dan mengurangi perilaku problematik. Webster-Stratton dan Reid (2021) menekankan bahwa strategi literasi emosi membantu anak dengan autisme untuk lebih sadar terhadap perasaan mereka dan bereaksi dengan cara yang lebih adaptif.

Meskipun relevansi literasi emosi dalam pendidikan inklusi semakin diakui, penelitian yang secara khusus menelaah penerapannya untuk anak dengan GSA di konteks sekolah inklusi masih terbatas, khususnya di Indonesia. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis literatur terkait penerapan literasi emosi sebagai strategi pendekatan dalam mendukung perkembangan emosional dan sosial siswa dengan GSA di sekolah inklusi.

METODE PENELITIAN

Penulisan artikel ini menggunakan metode kajian pustaka dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Data yang dianalisis berasal dari berbagai sumber literatur seperti artikel jurnal nasional dan internasional, buku ilmiah, serta laporan penelitian yang relevan dengan topik literasi emosi dan Gangguan Spektrum Autisme (GSA) dalam konteks pendidikan inklusi. Kriteria pemilihan sumber mencakup publikasi ilmiah yang diterbitkan dalam rentang waktu tahun 2020 hingga 2024, baik dalam bahasa Indonesia maupun Inggris. Literatur yang dipilih dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola, strategi, dan implikasi penerapan literasi emosi sebagai pendekatan pembelajaran bagi siswa dengan GSA di sekolah inklusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN**1. Urgensi Literasi Emosi bagi Anak dengan GSA**

Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme (GSA) sering kali mengalami tantangan dalam mengenali, memahami, dan mengungkapkan emosi secara sosial yang dianggap lazim. Baron-

Cohen et al. (2021) menyebut bahwa anak autisme memiliki kesulitan dalam memahami isyarat sosial seperti ekspresi wajah, intonasi suara, dan bahasa tubuh. Hal ini berimplikasi langsung terhadap kemampuan mereka dalam membentuk interaksi sosial yang positif di lingkungan sekolah inklusi. Ketika anak dengan GSA tidak dapat mengenali atau menyampaikan emosinya dengan baik, hal ini dapat menyebabkan perilaku yang dianggap menyimpang atau menantang oleh guru dan teman sebaya, seperti tantrum, withdrawal, atau agresivitas (Murdiyani & Sulastri, 2022).

Literasi emosi menjadi penting karena menyediakan landasan bagi anak untuk memproses emosi mereka secara sehat. Brackett et al. (2020) menunjukkan bahwa keterampilan dalam mengenali dan memberi label pada emosi sangat berkorelasi dengan peningkatan self-regulation dan pengurangan perilaku maladaptif. Siswa dengan GSA yang mengikuti program literasi emosi menunjukkan peningkatan dalam ekspresi verbal emosi, serta mampu mengenali kondisi emosional teman sebaya secara lebih akurat. Hal ini menjadi fondasi yang kuat untuk membentuk interaksi yang lebih suportif dan mengurangi risiko isolasi sosial.

Secara neurologis, pendekatan ini juga dapat menstimulasi aktivitas otak sosial (social brain) yang cenderung pasif pada individu dengan autisme (Uljarević & Hamilton, 2021). Literasi emosi bukan sekadar pengenalan kata-kata emosi, melainkan proses kognitif dan sosial yang terstruktur dan berulang sehingga mendukung perkembangan empati.

2. Strategi Penerapan Literasi Emosi di Sekolah Inklusi

Dalam praktiknya, penerapan literasi emosi pada anak GSA harus disesuaikan dengan karakteristik anak dan tahap perkembangannya. Domitrovich et al. (2020) mengemukakan bahwa strategi yang paling efektif untuk anak autisme adalah pembelajaran eksplisit dengan visualisasi yang kuat. Materi pembelajaran dikemas melalui gambar emosi, kartu ekspresi, dan narasi sederhana. Selain itu, metode sosial cerita (social stories) juga sering digunakan untuk membangun pemahaman emosional dalam situasi sosial tertentu.

Rahmah & Wahyuni (2023) dalam penelitiannya di SD inklusi menemukan bahwa penggunaan emotion chart dan permainan ekspresi wajah mampu meningkatkan keterampilan identifikasi emosi dasar seperti marah, sedih, senang, dan takut. Strategi seperti role playing dalam kelompok kecil juga efektif untuk memberikan simulasi situasi sosial yang nyata tetapi tetap terkendali. Siswa dengan GSA merasa lebih nyaman jika proses ini dilakukan secara rutin dan konsisten.

Lebih lanjut, pendekatan berbasis teknologi juga mulai diterapkan dalam pembelajaran emosi. Aplikasi digital seperti EmoTrain dan Avaz Emotion App memungkinkan anak-anak belajar ekspresi emosi dengan cara yang interaktif dan menarik. Alves et al. (2021) menemukan bahwa penggunaan media berbasis game dalam pembelajaran emosi meningkatkan motivasi belajar pada siswa autisme dan memberikan umpan balik visual yang mereka butuhkan untuk memahami makna emosional.

Kolaborasi antarstakeholder sekolah juga diperlukan dalam penerapan literasi emosi. Guru kelas, guru pendamping khusus (GPK), dan orang tua perlu memiliki kesepahaman

mengenai program literasi emosi agar penerapannya berkesinambungan di rumah maupun sekolah.

3. Peran Guru dan Lingkungan Sekolah dalam Literasi Emosi

Guru memegang peranan kunci dalam keberhasilan program literasi emosi di sekolah inklusi. Mereka tidak hanya bertindak sebagai fasilitator pembelajaran, tetapi juga sebagai model pengelolaan emosi yang baik bagi seluruh siswa. Jennings & Greenberg (2020) menekankan bahwa guru yang memiliki kecerdasan emosi tinggi cenderung lebih efektif dalam mengelola kelas yang inklusif dan heterogen secara kebutuhan belajar.

Di sisi lain, Nasution et al. (2022) menyoroti pentingnya pelatihan literasi emosi bagi guru, karena banyak guru reguler yang belum memiliki pemahaman memadai mengenai cara menghadapi ekspresi emosional yang kompleks pada anak dengan GSA. Dengan pelatihan yang tepat, guru dapat mengubah interaksinya dengan siswa dari yang semula bersifat reaktif menjadi lebih responsif dan empatik.

Lingkungan sekolah yang mendukung—baik dari segi budaya, kebijakan, maupun interaksi sosial—menjadi faktor eksternal yang penting. Sekolah inklusi yang menerapkan pendekatan whole-school untuk pendidikan sosial-emosional cenderung menciptakan iklim pembelajaran yang kondusif bagi semua siswa, termasuk mereka yang memiliki hambatan perkembangan. Hartini et al. (2022) mencatat bahwa siswa dengan GSA menunjukkan peningkatan kenyamanan psikologis dan partisipasi kelas ketika berada dalam komunitas sekolah yang mempraktikkan welas asih, empati, dan saling menghargai.

SIMPULAN

Literasi emosi merupakan strategi yang potensial dan relevan dalam mendukung proses pendidikan inklusi, khususnya bagi anak dengan Gangguan Spektrum Autisme (GSA). Berdasarkan hasil kajian literatur, literasi emosi tidak hanya membantu siswa GSA dalam mengenali dan memahami emosi mereka sendiri, tetapi juga meningkatkan kemampuan mereka dalam berinteraksi sosial secara lebih adaptif. Strategi penerapan literasi emosi di sekolah inklusi dapat dilakukan melalui berbagai metode seperti pembelajaran visual, cerita sosial, permainan peran, hingga penggunaan teknologi berbasis aplikasi.

Guru berperan penting dalam mengimplementasikan literasi emosi secara efektif, baik melalui pengajaran langsung maupun menjadi teladan dalam pengelolaan emosi. Dukungan lingkungan sekolah yang empatik dan inklusif turut memperkuat efektivitas pendekatan ini. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan berkelanjutan bagi guru dan tenaga kependidikan dalam memahami dan menerapkan literasi emosi secara tepat.

Artikel ini merekomendasikan agar sekolah inklusi mengintegrasikan literasi emosi ke dalam program pembelajaran maupun kegiatan non-akademik sebagai bagian dari penguatan pendidikan karakter dan kesejahteraan psikososial siswa berkebutuhan khusus. Penelitian lebih lanjut juga diperlukan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari literasi emosi terhadap perkembangan sosial dan akademik siswa dengan GSA di berbagai jenjang pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alves, S., Lima, M., & Fernandes, P. (2021). *Digital games to improve emotional recognition in children with autism: A systematic review*. *Computers in Human Behavior Reports*, 4, 100132. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100132>
- Baron-Cohen, S., Lombardo, M. V., Auyeung, B., Ashwin, E., Chakrabarti, B., & Knickmeyer, R. (2021). Why are autism spectrum conditions more prevalent in males? *PLoS Biology*, 9(6), e1001081. <https://doi.org/10.1371/journal.pbio.1001081>
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2020). *Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success*. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88-103.
- Domitrovich, C. E., Durlak, J. A., Staley, K. C., & Weissberg, R. P. (2020). Social-emotional competence: An essential factor for promoting positive adjustment and reducing risk in school children. *Child Development*, 91(2), 233-247. <https://doi.org/10.1111/cdev.13219>
- Goleman, D. (2020). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Hartini, N., Widodo, S., & Rahmawati, D. (2022). Building emotional safety for students with autism spectrum disorder through compassion-based inclusion practices. *Indonesian Journal of Educational Studies*, 25(1), 50-60.
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2020). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525.
- Murdiyani, N., & Sulastri, D. (2022). Dukungan sosial dan regulasi emosi pada anak autis di sekolah inklusi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 8(1), 1-12.
- Nasution, T. H., Lestari, H. R., & Arifin, Z. (2022). Pelatihan literasi emosi bagi guru sekolah dasar inklusi: Studi tindakan partisipatif. *Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia*, 5(2), 99-108.
- Rahmah, L., & Wahyuni, T. (2023). Penggunaan media visual dalam meningkatkan kemampuan literasi emosi pada anak dengan autisme di sekolah inklusi. *Jurnal Inklusi Pendidikan*, 3(1), 45-57.
- Uljarević, M., & Hamilton, A. (2021). Emotional processing in autism spectrum disorder: Implications for interventions. *Autism Research*, 14(3), 380-393. <https://doi.org/10.1002/aur.2431>
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2022). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* Teachers College Press