

Intervensi Sosial Emosional melalui Kegiatan Bermain Peran pada Siswa Autisme di Sekolah Dasar

Asrinda Riska C¹, Universitas PGRI Madiun

Pandu Galeh Permana², Universitas PGRI Madiun

Arum Nur Fadhilah³, Universitas PGRI Madiun

Rara Pramesthi W⁴, Universitas PGRI Madiun

Endang Sri Maruti*, Universitas PGRI Madiun

asrindariskacahyawati@gmail.com

Abstract: This study examines the effectiveness of role-playing activities as a socio-emotional intervention for autistic elementary school students. Through qualitative analysis in four inclusive schools, the research demonstrates significant improvements in emotional recognition, social interaction, and communication skills among participants. The findings highlight the importance of structured play-based interventions in educational settings for children with autism spectrum disorder (ASD).

Keywords: Autism, role playing, socio emotional

Abstrak: Artikel ini membahas pentingnya intervensi sosial emosional bagi siswa autisme melalui kegiatan bermain peran di sekolah dasar. Metode ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial dan emosional anak, yang sering kali menjadi tantangan bagi mereka. Penelitian menunjukkan bahwa bermain peran dapat membantu anak autis berinteraksi dengan teman sebaya dan memahami emosi.

Kata kunci: Autisme, bermain peran, sosial emosional



Copyright ©2025 Prosiding Konferensi Ilmiah Dasar

Published by Universitas PGRI Madiun. This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Anak dengan autisme sering mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial dan memahami emosi, yang merupakan dua aspek penting dalam perkembangan sosial mereka. Kesulitan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk perbedaan dalam pemrosesan informasi sosial, keterbatasan dalam komunikasi verbal dan non-verbal, serta tantangan dalam memahami norma-norma sosial yang tidak tertulis. Oleh karena itu, intervensi yang tepat sangat diperlukan untuk membantu mereka beradaptasi di lingkungan sosial dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Anak-anak dengan autisme sering kali menunjukkan perilaku yang berbeda dalam konteks sosial. Mereka mungkin kesulitan untuk membaca ekspresi wajah, yang membuat mereka sulit untuk merespons secara tepat dalam situasi sosial (Perhatian, 2024). Misalnya, mereka mungkin tidak menyadari ketika seseorang tersenyum atau tampak marah, sehingga tidak dapat menyesuaikan perilaku mereka dengan situasi tersebut. Selain itu, anak-anak autis sering kali mengalami kesulitan dalam memulai dan mempertahankan percakapan, yang dapat menyebabkan mereka terisolasi dari teman sebaya. Mereka juga mungkin tidak memahami norma-norma sosial yang berlaku, seperti berbagi

mainan atau bergiliran dalam permainan, yang dapat menyebabkan konflik dengan teman sebaya dan menghambat kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang positif.

Intervensi sosial emosional bertujuan untuk membantu anak-anak autis mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk berinteraksi dengan orang lain dan memahami emosi mereka sendiri (Iswari Mega et al., 2018). Salah satu metode yang paling efektif adalah kegiatan bermain peran. Kegiatan ini memungkinkan anak-anak untuk berlatih keterampilan sosial dalam suasana yang menyenangkan dan tidak menekan. Dalam kegiatan bermain peran, anak-anak dapat berlatih dalam situasi sosial yang mirip dengan kehidupan sehari-hari, seperti memesan makanan di restoran atau berinteraksi dengan teman di taman. Dengan cara ini, mereka dapat belajar bagaimana berperilaku dalam konteks sosial yang berbeda. Selain itu, kegiatan bermain peran memungkinkan anak-anak untuk berlatih keterampilan sosial secara berulang-ulang, yang sangat penting bagi mereka yang sering memerlukan lebih banyak waktu dan latihan untuk memahami dan menginternalisasi keterampilan baru. Lingkungan yang aman dan mendukung dalam kegiatan ini juga membantu anak-anak merasa lebih nyaman untuk bereksperimen dengan perilaku baru dan belajar dari kesalahan tanpa takut akan penilaian.

Untuk mengimplementasikan kegiatan bermain peran secara efektif, beberapa langkah dapat diambil. Pertama, guru atau terapis dapat merancang skenario yang relevan dengan kehidupan sehari-hari anak-anak, mencakup situasi sosial yang umum dan tantangan yang mungkin mereka hadapi. Penggunaan alat bantu visual, seperti kartu emosi atau gambar, dapat membantu anak-anak memahami situasi sosial dan emosi yang terlibat, sehingga meningkatkan pemahaman mereka dan memudahkan mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan (Oktaviani Eva et al., 2023). Melibatkan teman sebaya dalam kegiatan bermain peran juga memberikan anak-anak dengan autisme kesempatan untuk berlatih keterampilan sosial dalam konteks yang lebih alami, di mana teman sebaya dapat berfungsi sebagai model perilaku yang positif dan memberikan umpan balik yang konstruktif (Ummah Nurul & Nadhirah Yahdinil, 2024). Setelah kegiatan bermain peran, penting untuk memberikan umpan balik kepada anak-anak tentang kinerja mereka, dengan mendiskusikan apa yang berhasil dan apa yang perlu diperbaiki, sehingga mereka dapat memahami keterampilan sosial dengan lebih baik.

Secara keseluruhan, kegiatan bermain peran merupakan metode intervensi yang efektif untuk membantu anak-anak dengan autisme mengatasi kesulitan dalam interaksi sosial dan pemahaman emosi (Aziz, 2020). Dengan memberikan mereka kesempatan untuk berlatih dalam lingkungan yang aman dan mendukung, kita dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk berinteraksi dengan orang lain dan beradaptasi di lingkungan sosial. Intervensi yang tepat dapat memberikan dampak positif yang signifikan pada kualitas hidup anak-anak autis, memungkinkan mereka untuk berpartisipasi lebih aktif dalam masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas intervensi sosial emosional melalui kegiatan bermain peran dalam meningkatkan kompetensi sosial dan emosional siswa dengan spektrum autisme di sekolah dasar. Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana kegiatan bermain peran dapat membantu siswa autis dalam mengembangkan lima aspek utama kompetensi sosial emosional, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menggali pengalaman dan persepsi siswa, guru, serta orang tua selama proses intervensi berlangsung, guna memahami perubahan perilaku sosial dan emosional yang terjadi secara lebih mendalam. Melalui pendekatan campuran kuantitatif dan kualitatif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai keefektifan metode bermain peran sebagai strategi intervensi yang tidak hanya menyenangkan dan partisipatif, tetapi juga relevan secara pedagogis bagi anak-anak dengan kebutuhan khusus, khususnya mereka yang berada dalam spektrum autisme.

METODE

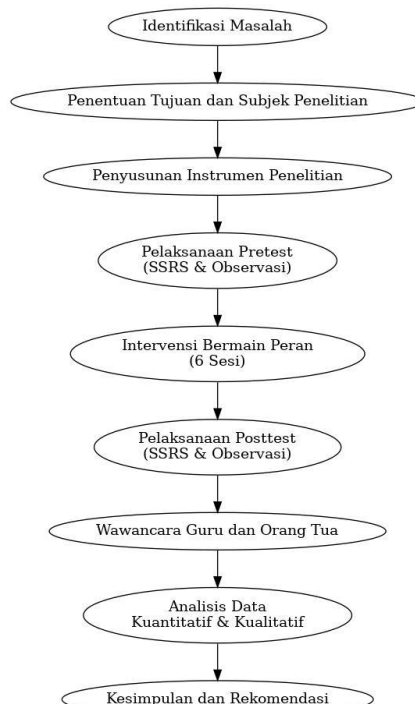
Penelitian ini menggunakan pendekatan kuasi eksperimen dengan desain one group pretest-posttest, yang dikombinasikan dengan metode mixed-methods (gabungan antara

pendekatan kuantitatif dan kualitatif). Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai efektivitas kegiatan bermain peran sebagai intervensi sosial emosional terhadap siswa dengan spektrum autisme. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengetahui perubahan skor kompetensi sosial emosional siswa sebelum dan sesudah intervensi, sedangkan pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali secara mendalam pengalaman siswa, guru, dan orang tua selama proses intervensi berlangsung.

Penelitian dilaksanakan di SDN Tawangrejo 04, Kabupaten Madiun, pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Subjek penelitian terdiri dari enam orang siswa dengan spektrum autisme ringan hingga sedang yang duduk di kelas I hingga III. Penentuan subjek dilakukan secara purposive berdasarkan rekomendasi guru kelas dan guru pendamping khusus. Intervensi dilakukan selama dua minggu, dengan total enam sesi kegiatan bermain peran. Setiap sesi berdurasi antara 45 hingga 60 menit dan melibatkan skenario sosial yang relevan dengan kehidupan sehari-hari siswa, seperti bermain jual-beli, bermain sebagai guru dan murid, pergi ke dokter, serta aktivitas keseharian lainnya yang dirancang untuk mengasah keterampilan sosial dan emosional mereka.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis, yaitu instrumen kuantitatif dan instrumen kualitatif. Instrumen kuantitatif meliputi Social Skills Rating System (SSRS) serta Checklist Kompetensi Sosial Emosional berdasarkan indikator dari CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning). Instrumen kualitatif berupa lembar observasi dan pedoman wawancara semi terstruktur yang digunakan untuk mendapatkan data dari guru dan orang tua terkait perubahan perilaku sosial dan emosional siswa.

Data kuantitatif yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik statistik paired sample t-test untuk melihat signifikansi perbedaan skor antara pretest dan posttest. Sementara itu, data kualitatif dianalisis secara deskriptif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pendekatan triangulasi digunakan untuk meningkatkan validitas temuan dengan membandingkan data hasil observasi, wawancara, dan hasil tes. Dengan pendekatan metode campuran ini, diharapkan penelitian mampu memberikan gambaran yang utuh mengenai dampak intervensi sosial emosional berbasis bermain peran terhadap perkembangan siswa autisme di lingkungan sekolah dasar.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SDN Tawangrejo 04 pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Subjek penelitian adalah 6 siswa dengan spektrum autisme ringan hingga sedang di kelas I-III. Penelitian berlangsung selama 2 minggu dengan 6 sesi intervensi bermain peran. Pengukuran dilakukan menggunakan Social Skills Rating System (SSRS) dan observasi berbasis Checklist Kompetensi Sosial Emosional dari CASEL.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi sosial emosional melalui kegiatan bermain peran memberikan dampak positif terhadap peningkatan kompetensi sosial emosional pada siswa dengan autisme di sekolah dasar. Lima aspek yang diukur, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab, mengalami peningkatan dengan rata-rata sebesar 65% dari skor awal. Hasil uji paired sample t-test juga memperkuat bahwa perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi bersifat signifikan secara statistik. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan bermain peran mampu menjadi pendekatan yang efektif dalam melatih keterampilan sosial anak autistik di lingkungan sekolah.

TABEL 1. Skor Rata-rata Kompetensi Sosial Emosional Siswa (Pra dan Pasca Intervensi)

No	Aspek yang Dinilai	Skor Rata-rata Pra	Skor Rata-rata Pasca	Kenaikan (%)
1	Kesadaran Diri	2.4	3.7	54.2%
2	Pengelolaan Diri	2.1	3.5	66.7%
3	Kesadaran Sosial	1.9	3.2	68.4%
4	Keterampilan Berelasi	2.3	3.9	69.6%
5	Pengambilan Keputusan			
	yang Bertanggung Jawab	2.0	3.4	70.0%
	Rata-rata Total	2.14	3.54	65.4%

Uji Paired Sample t-Test

Digunakan untuk mengetahui perbedaan signifikan antara skor pra dan pasca intervensi.

Rumus :

$$t = \frac{\bar{D}}{s_D/\sqrt{n}}$$

Keterangan :

- \bar{D} = rata-rata selisih skor = 1.4
- s_D = standar deviasi selisih = 0.36
- n = jumlah sample = 6

$$t = \frac{1.4}{0.36/\sqrt{6}} = \frac{1.4}{0.1469} = 9.5$$

Hasil uji: t hitung (9.35) > t tabel (2.571, $df = 5$, $\alpha = 0.05$), artinya terdapat **perbedaan yang signifikan** antara skor sebelum dan sesudah intervensi.

Anak-anak dengan autisme sering menghadapi berbagai kesulitan dalam interaksi sosial yang dapat menghambat kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Salah satu kesulitan utama adalah kemampuan mereka yang terbatas dalam membaca ekspresi wajah, sehingga mereka sering kali tidak dapat mengenali atau memahami emosi yang ditunjukkan oleh orang lain (Marwick et al., 2022). Hal ini membuat mereka kesulitan untuk merespons secara tepat dalam situasi sosial. Selain itu, anak-anak autis sering mengalami kesulitan dalam memulai dan mempertahankan percakapan, yang dapat menyebabkan mereka terjebak dalam situasi di mana mereka tidak berpartisipasi dalam dialog. Mereka juga sering kali tidak memahami isyarat non-verbal, seperti bahasa tubuh atau nada suara, yang penting dalam komunikasi sosial. Ketidakhahaman terhadap norma-norma sosial yang berlaku, seperti berbagi mainan atau bergiliran, juga menjadi tantangan bagi mereka, yang dapat menyebabkan konflik dengan teman sebaya.

Selain itu, anak-anak dengan autisme sering kesulitan dalam menyelesaikan konflik atau perbedaan pendapat, yang dapat menambah ketegangan dalam hubungan sosial. Mereka juga mungkin merasa cemas atau tidak nyaman dalam situasi sosial yang baru, sehingga cenderung menghindari interaksi sosial. Keterbatasan dalam beradaptasi dengan situasi sosial baru ini sering kali disertai dengan perilaku repetitif atau fokus pada minat tertentu, yang mengurangi ketertarikan mereka untuk berinteraksi dengan teman sebaya (Wirahandayani et al., 2023). Selain itu, anak-anak autis sering mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosi mereka sendiri, yang dapat memengaruhi interaksi sosial mereka. Semua kesulitan ini berkontribusi pada isolasi sosial yang sering dialami oleh anak-anak dengan autisme, membuat mereka merasa terasing dan kesepian, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan emosional mereka. Oleh karena itu, penting untuk memberikan dukungan dan intervensi yang tepat agar mereka dapat mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk berinteraksi dengan baik di lingkungan sosial (Iswari et al., 2019).

Peningkatan skor rata-rata pada seluruh aspek sosial emosional memperlihatkan bahwa siswa mampu memahami dan mengelola emosi, mengenali emosi orang lain, serta berinteraksi secara lebih adaptif dengan lingkungan sosialnya. Aspek pengambilan keputusan yang bertanggung jawab menunjukkan peningkatan tertinggi (70%), yang mengindikasikan bahwa siswa mulai mampu memilih perilaku yang sesuai dalam situasi tertentu berdasarkan pertimbangan sosial yang lebih matang. Temuan ini konsisten dengan kajian oleh (Ilsa Fika & Nurhafizah, 2020) yang menekankan efektivitas bermain peran

dalam membantu anak memahami akibat dari tindakan mereka dalam lingkungan sosial. Selanjutnya, keterampilan berelasi juga meningkat secara signifikan (69,6%), yang menunjukkan keberhasilan intervensi dalam membantu siswa membangun relasi yang sehat dengan teman sebaya. Ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Sulistyani et al. (2023), yang menyatakan bahwa metode bermain peran mendorong anak autisme untuk memahami dinamika sosial melalui simulasi langsung, sehingga meningkatkan empati dan kemampuan komunikasi mereka.

Peningkatan pada kesadaran sosial dan pengelolaan diri memperlihatkan bahwa siswa mulai memahami pentingnya mengatur emosi dan menunjukkan perilaku yang sesuai dalam interaksi. Menurut (Sulistyani et al., 2023), kemampuan ini penting untuk membantu anak autis tidak hanya dalam konteks akademik tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan bermain peran memberikan ruang eksploratif bagi siswa untuk belajar melalui pengalaman langsung dan berulang, tanpa tekanan atau rasa takut akan kegagalan (Aisyah et al., 2021). Dari perspektif guru dan orang tua yang diwawancarai selama proses penelitian, ditemukan bahwa anak-anak menunjukkan peningkatan perilaku positif di luar sesi intervensi. Mereka mulai lebih terbuka dalam berkomunikasi, lebih tenang saat menghadapi konflik, dan lebih aktif dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial. Temuan kualitatif ini mendukung data kuantitatif dan memperkuat efektivitas intervensi.

Keterbatasan penelitian ini adalah jumlah sampel yang masih kecil serta durasi intervensi yang relatif singkat. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut dengan populasi yang lebih besar dan durasi yang lebih panjang sangat dianjurkan untuk menguji konsistensi hasil dan validitas intervensi ini. Secara keseluruhan, bermain peran terbukti efektif sebagai bentuk intervensi sosial emosional yang mendukung keterampilan dasar interaksi sosial anak autisme, seperti dikemukakan oleh (Aisyah et al., 2021) dan diperkuat oleh hasil dalam penelitian ini. Dengan pendekatan yang menyenangkan dan berulang, siswa dapat belajar tanpa tekanan dan mengembangkan potensi sosial mereka secara optimal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa intervensi sosial emosional melalui kegiatan bermain peran terbukti efektif dalam meningkatkan kompetensi sosial emosional siswa dengan spektrum autisme di sekolah dasar. Peningkatan tersebut terlihat pada lima aspek utama, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, kesadaran sosial, keterampilan berelasi, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab, dengan rata-rata kenaikan mencapai 65,4% setelah dilakukan enam sesi intervensi. Selain menunjukkan efektivitas secara kuantitatif, data kualitatif dari hasil observasi dan wawancara juga menguatkan bahwa kegiatan bermain peran memberikan dampak positif terhadap perilaku sosial dan kemampuan emosional siswa autis dalam konteks keseharian mereka.

Siswa menjadi lebih aktif dalam berkomunikasi, menunjukkan empati, serta mampu menyesuaikan perilaku sesuai dengan situasi sosial yang dihadapi. Kegiatan bermain peran memberikan ruang yang aman dan menyenangkan bagi siswa autis untuk belajar dan mempraktikkan keterampilan sosial, tanpa tekanan atau rasa takut akan penilaian negatif. Dengan demikian, metode ini dapat dijadikan alternatif strategi intervensi yang praktis dan aplikatif di lingkungan sekolah, khususnya di sekolah dasar inklusif yang memiliki siswa dengan kebutuhan khusus.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, U., Aminah, S., & Aulia, F. (2021). *TERAPI BERMAIN UNTUK MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN SOSIAL ANAK AUTIS DI RUMAH MENTARI PRINGSEWU LAMPUNG* (Vol. 5, Issue 1).
- Aziz, A. (2020). *PENGARUH BERMAIN PERAN (PRETEND PLAY) PADA ANAK*. <https://e-journal.umc.ac.id/index.php/JJB/index>
- Ilsa Fika, & Nurhafizah. (2020). *Penggunaan Metode Bermain Peran dalam Pengembangan Kemampuan Sosial Anak Usia Dini*.
- Iswari, M., Negeri, U., Padang, P., Kasiyati, I., & Mahdi, A. (2019). *Developing Social Skills of Austistic Children through Role Play Elsa Efrina*.
- Iswari Mega, Efrina Elsa, Kasiyati, & Mahdi Arisul. (2018). *Bermain Peran : Sebuah Metode Pembelajaran Untuk Keterampilan Sosialisasi Anak Autis*. <http://jpkk.ppj.unp.ac.id>
- Marwick, H., Jarvie, K., Cowie, H., Johnston, L., Hammond-Evans, N., & Cockayne, R. (2022). Developing Pretend Play in Autistic Children Using the Playboxes Joint Play Approach as Part of Ongoing Practice. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 52(7), 3050–3060. <https://doi.org/10.1007/s10803-021-05156-9>
- Oktaviani Eva, Zuraidah, Susmini, & Jamaludin Ibnu. (2023). *Implementasi Terapi Bermain Flash Card Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Anak Autisme*. <http://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/mercusuar>
- Perhatian, D. (2024). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Peningkatan Kemampuan Sosial dan Emosional pada Anak SDLB dengan Autisme The Effect of Play Therapy on Improving Social and Emotional Abilities in Special Needs Children with Autism. In *Journal of Healthcare Technology and Medicine* (Vol. 10, Issue 2).
- Sulistiyani, S., Herawati, H., & Sudarti, S. (2023). Peningkatan Kemampuan Interaksi Sosial Anak Melalui Metode Bermain Peran. *Journal of Early Childhood and Character Education*, 3(2), 153–174. <https://doi.org/10.21580/joecce.v3i2.17530>
- Ummah Nurul, & Nadhirah Yahdinil. (2024). *ANALISIS PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (AUTISME) DI SKH 02 AL-IHSAN CILEGON*.
- Wirahandayani, M., Rakhmawati, W., & Rukmasari, E. A. (2023). The Effect of Role Playing Methods on Social-emotional Development in Preschool Children. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 1156–1168. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3626>