

## Berkomunikasi dan Beradaptasi: Bagaimana Strategi Guru dalam Membantu Anak Berkebutuhan Khusus?

Nurselly<sup>1\*</sup>, Nurlia Anggraini<sup>2</sup>, Lailatul Badriyah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu

E-mail korespondensi: <sup>1\*</sup>sellyn775@gmail.com

---

**Keywords:** *children with special needs, classroom adaptation, non-verbal communication, teacher strategies*

### Abstract

This study aims to identify strategies used by teachers to help children with special needs communicate and adapt in the classroom. The main problems faced by children with special needs are limited verbal communication and difficulty in adjusting to the school environment, which requires a special approach from the teacher. The research method used a qualitative approach with in-depth interviews with 4 teachers who teach children with disabilities at SD IT Al-Aufa, Bengkulu City. The results showed that the main strategies used by teachers include: (1) initial observation and assessment to understand children's individual needs, (2) recognizing children's body language and expressions as a form of communication, (3) providing a gradual approach in helping children adapt, (4) managing teachers' emotions in facing the challenges of interacting with children with disabilities, and (5) using alternative communication tools such as picture cards. The conclusion from this study is that strategies based on observation, patience and flexibility help children with disabilities communicate and adapt to the school environment more effectively.

---

---

**Kata kunci:** *adaptasi kelas, anak berkebutuhan khusus, komunikasi non-verbal, strategi guru*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi yang digunakan oleh guru untuk membantu anak berkebutuhan khusus (ABK) dalam berkomunikasi dan beradaptasi di kelas. Masalah utama yang dihadapi oleh ABK adalah keterbatasan komunikasi verbal dan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, sehingga memerlukan pendekatan khusus dari guru. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan wawancara mendalam kepada 4 guru yang mengajar ABK di SD IT Al-Aufa, Kota Bengkulu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi utama yang digunakan guru meliputi: (1) observasi dan asesmen awal

---

untuk memahami kebutuhan individu anak, (2) mengenali bahasa tubuh dan ekspresi anak sebagai bentuk komunikasi, (3) memberikan pendekatan bertahap dalam membantu anak beradaptasi, (4) pengelolaan emosi guru dalam menghadapi tantangan interaksi dengan ABK, dan (5) penggunaan alat komunikasi alternatif seperti kartu gambar. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa strategi berbasis observasi, kesabaran, dan fleksibilitas membantu ABK dalam berkomunikasi dan beradaptasi dengan lingkungan sekolah secara lebih efektif.

---

**Sitasi:** Nurselly, anggraini, N., & Badriyah, L. (2025). Berkomunikasi dan Beradaptasi: Bagaimana Strategi Guru dalam Membantu Anak Berkebutuhan Khusus? *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 12(1), 214-223. <https://doi.org/10.35891/jip.v12i1.6075>

---

## Pendahuluan

Anak berkebutuhan khusus (ABK) sering menghadapi hambatan dalam berkomunikasi dan beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Kesulitan ini dapat berdampak signifikan pada perkembangan sosial, emosional, dan akademik mereka. Menurut Smith dkk., (2020), ABK yang mengalami hambatan komunikasi cenderung memiliki keterbatasan dalam menjalin interaksi sosial, yang berujung pada kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan pendidikan formal. Tanpa strategi komunikasi yang efektif, anak-anak ini berisiko mengalami isolasi sosial dan keterbatasan dalam mengakses pembelajaran.

Dalam konteks pendidikan inklusif, peran guru menjadi sangat krusial dalam membantu ABK mengembangkan keterampilan komunikasi dan adaptasi. Williams dan Thomas (2022) menyatakan bahwa guru harus mengembangkan strategi komunikasi non-verbal dan teknik intervensi yang fleksibel agar dapat memenuhi kebutuhan unik setiap ABK. Namun, tantangan yang dihadapi guru dalam menangani ABK cukup kompleks, termasuk kesulitan dalam memahami pola komunikasi mereka, kurangnya pelatihan profesional dalam menangani anak dengan kebutuhan khusus, serta keterbatasan sumber daya pendukung di lingkungan sekolah (Johnson & Brown, 2021). Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih mendalam mengenai strategi

konkret yang diterapkan oleh guru dalam membantu ABK berkomunikasi dan beradaptasi.

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji strategi komunikasi dan adaptasi dalam pendidikan inklusif. Studi oleh Hallahan dkk., (2019) menekankan pentingnya observasi awal sebagai langkah pertama dalam memahami kebutuhan komunikasi ABK. Observasi ini membantu dalam mengenali pola komunikasi anak dan menentukan metode yang paling sesuai untuk membantu mereka beradaptasi (Anderson dkk., 2019). Sementara itu, penelitian oleh Santrock (2020) menunjukkan bahwa pendekatan bertahap dalam adaptasi lingkungan sekolah dapat meningkatkan keterlibatan sosial anak dengan autisme. Namun, penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi strategi guru dalam menangani ABK di sekolah dasar, terutama di Indonesia, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan mengeksplorasi strategi yang diterapkan oleh guru di SD IT Al-Aufa Kota Bengkulu.

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada eksplorasi mendalam mengenai strategi yang digunakan oleh guru dalam mendukung komunikasi dan adaptasi ABK dengan pendekatan berbasis pengalaman langsung guru di lapangan. Tidak hanya berfokus pada metode komunikasi verbal dan non-verbal, penelitian ini juga menyoroti pentingnya pengelolaan emosi guru dalam menghadapi tantangan interaksi dengan ABK. Selain itu, penelitian ini memberikan perspektif yang lebih kontekstual dalam melihat bagaimana strategi adaptasi bertahap diterapkan dalam lingkungan pendidikan inklusif di sekolah dasar.

Dari sisi teori, penelitian ini menggunakan pendekatan teori komunikasi interaktif (Miller, 2023) yang menekankan bahwa komunikasi tidak hanya bergantung pada bahasa verbal tetapi juga pada pemahaman terhadap ekspresi, gerakan tubuh, serta respons emosional. Teori ini relevan dalam memahami bagaimana ABK yang mengalami keterbatasan verbal tetap dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya melalui komunikasi non-verbal. Selain itu, penelitian ini juga mengacu pada teori pembelajaran sosial oleh Bandura (1997), yang menyatakan bahwa anak-anak belajar

melalui observasi dan interaksi dengan lingkungan. Dalam konteks ABK, strategi guru dalam memberikan contoh dan membimbing interaksi sosial sangat penting untuk mendukung proses adaptasi mereka.

Dengan mempertimbangkan berbagai aspek tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi spesifik yang digunakan oleh guru dalam membantu ABK berkomunikasi dan beradaptasi dengan lingkungan sekolah mereka. Pemahaman yang lebih dalam terhadap strategi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan metode pengajaran yang lebih inklusif dan efektif bagi ABK.

### Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah empat guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus (ABK) di SD IT Al-Aufa Kota Bengkulu. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling*, di mana subjek dipilih berdasarkan pengalaman mereka dalam menangani ABK serta kesediaan mereka untuk berbagi wawasan mengenai strategi komunikasi dan adaptasi yang digunakan. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur yang berfokus pada pengalaman guru dalam membantu ABK berkomunikasi dan beradaptasi. Pertanyaan dalam wawancara mencakup aspek strategi komunikasi non-verbal, pendekatan adaptasi bertahap, serta tantangan yang dihadapi guru dalam menangani ABK. Selain wawancara, penelitian ini juga menggunakan observasi langsung di dalam kelas untuk memahami interaksi antara guru dan ABK dalam konteks pembelajaran.

Analisis data dilakukan dengan pendekatan kualitatif menggunakan teknik koding terbuka, aksial, dan selektif. Koding terbuka digunakan untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dalam wawancara, sedangkan koding aksial digunakan untuk mengelompokkan pola temuan yang berkaitan. Akhirnya, koding selektif dilakukan untuk menyusun kesimpulan utama berdasarkan pola-pola yang ditemukan dalam data. Untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas penelitian, triangulasi data dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara dengan observasi kelas serta dokumentasi terkait strategi pembelajaran yang diterapkan guru.

Selain itu, peneliti juga melakukan *member checking* dengan memberikan ringkasan hasil wawancara kepada para partisipan untuk memastikan akurasi interpretasi data.

## Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi yang diterapkan oleh guru dalam membantu ABK berkomunikasi dan beradaptasi di kelas mencakup lima aspek utama, yaitu observasi dan asesmen awal, penggunaan komunikasi non-verbal, strategi adaptasi bertahap, pengelolaan emosi guru, dan penggunaan alat komunikasi alternatif.

### Observasi dan Asesmen Awal

Guru melakukan observasi selama tiga bulan pertama untuk memahami kebutuhan, kemampuan, dan batasan anak. Seperti yang disampaikan oleh Guru A,

*"Saya memulai dengan mengamati bagaimana anak berinteraksi dengan teman sebaya dan lingkungan kelas. Beberapa anak menunjukkan ketertarikan pada komunikasi melalui gerakan tangan, sementara yang lain lebih nyaman dengan ekspresi wajah atau suara." (Wawancara, 14 Februari 2025).*

Observasi ini sejalan dengan teori komunikasi interaktif (Miller, 2023) yang menyatakan bahwa pemahaman terhadap pola komunikasi anak dapat membantu guru menentukan metode intervensi yang sesuai.

### Penggunaan Komunikasi Non-Verbal

Guru menggunakan bahasa tubuh, ekspresi wajah, serta alat bantu seperti kartu gambar untuk memfasilitasi komunikasi dengan ABK yang mengalami kesulitan berbicara. Guru B menjelaskan,

*"Saya menggunakan kartu bergambar untuk membantu anak menyampaikan keinginannya. Misalnya, jika mereka ingin makan, mereka bisa menunjuk gambar makanan tertentu." (Wawancara, 14 Februari 2025).*

Pendekatan ini didukung oleh penelitian Williams dan Thomas (2022) yang menunjukkan bahwa komunikasi augmentatif dapat meningkatkan keterampilan interaksi sosial ABK.

### Strategi Adaptasi Bertahap

Guru menerapkan pendekatan bertahap dalam memperkenalkan anak pada lingkungan kelas. Guru C menyatakan,

*"Saya tidak langsung memasukkan anak ke dalam kelompok belajar. Saya biarkan mereka mengamati dulu, lalu saya mendampingi mereka saat mulai berinteraksi dengan teman-temannya."* (Wawancara, 14 Februari 2025)

Strategi ini mendukung teori pembelajaran sosial Bandura (1997), di mana anak dapat belajar melalui observasi sebelum mulai berpartisipasi aktif dalam lingkungan sosial.

### Pengelolaan Emosi Guru

Guru menghadapi tantangan emosional dalam menangani ABK dan mengelola stres melalui pelatihan dan strategi pengendalian diri. Guru D mengungkapkan,

*"Saya terkadang merasa frustrasi, tetapi saya berusaha tetap tenang agar tidak memengaruhi anak-anak. Jika saya marah, mereka justru semakin sulit dikendalikan."* (Wawancara, 14 Februari 2025).

Pendekatan ini sejalan dengan penelitian Taylor dan Green (2022) yang menekankan bahwa regulasi emosi guru memiliki dampak langsung terhadap efektivitas interaksi mereka dengan ABK.

### Penggunaan Alat Komunikasi Alternatif

Beberapa guru menggunakan kartu gambar atau simbol untuk membantu ABK yang mengalami kesulitan berbicara agar lebih mudah mengekspresikan keinginannya. Guru A menambahkan,

*"Saya menggunakan alat komunikasi alternatif seperti aplikasi suara untuk anak-anak yang lebih suka merespons melalui media digital."* (Wawancara, 14 Februari 2025).

Temuan ini didukung oleh penelitian Roberts dan White (2021) yang menyoroti pentingnya penggunaan teknologi dalam mendukung komunikasi anak dengan kebutuhan khusus.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini selanjutnya dianalisis menggunakan teknik koding terbuka, aksial, dan selektif. Koding terbuka digunakan untuk mengidentifikasi tema-tema utama, seperti strategi komunikasi dan tantangan

adaptasi. Koding aksial digunakan untuk menghubungkan temuan dengan teori komunikasi dan pembelajaran sosial yang relevan. Akhirnya, koding selektif dilakukan untuk menyusun kesimpulan utama yang menunjukkan pola strategi guru dalam membantu ABK. Validitas data ditingkatkan dengan triangulasi sumber melalui perbandingan hasil wawancara, observasi langsung, serta dokumentasi terkait strategi pembelajaran yang diterapkan guru. Selain itu, peneliti juga melakukan *member checking* dengan mengonfirmasi hasil analisis kepada para partisipan guna memastikan interpretasi data yang akurat.

Hasil penelitian ini mengonfirmasi bahwa pendekatan berbasis observasi, komunikasi non-verbal, adaptasi bertahap, dan pengelolaan emosi guru berperan penting dalam membantu ABK berkomunikasi dan beradaptasi dengan lingkungan sekolah mereka.

### Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian, strategi observasi dan asesmen awal yang dilakukan oleh guru dalam memahami kebutuhan komunikasi dan adaptasi ABK memiliki relevansi dengan penelitian Hallahan dkk., (2019) yang menegaskan bahwa observasi awal membantu guru mengembangkan pendekatan pembelajaran yang lebih sesuai dengan kebutuhan individu siswa. Guru dalam penelitian ini menyatakan bahwa mereka membutuhkan waktu sekitar tiga bulan untuk mengenali pola komunikasi dan tingkat adaptasi setiap ABK. Hal ini sejalan dengan teori komunikasi interaktif Miller (2023), yang menyebutkan bahwa pemahaman terhadap pola komunikasi anak sangat penting dalam menentukan metode intervensi yang tepat.

Selanjutnya, penggunaan komunikasi non-verbal oleh guru sebagai strategi utama dalam membantu ABK berkomunikasi didukung oleh penelitian Williams dan Thomas (2022), yang mengemukakan bahwa komunikasi augmentatif dan alternatif, seperti bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan kartu bergambar, sangat membantu anak dengan keterbatasan verbal dalam mengekspresikan kebutuhan mereka. Studi lain menunjukkan bahwa penggunaan komunikasi non-verbal dalam pendidikan inklusif dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap lingkungan sekolah (Jones & Smith,

2020). Dalam penelitian ini, guru memanfaatkan berbagai teknik komunikasi non-verbal, seperti menunjuk benda atau menggunakan gambar untuk membantu anak-anak memahami instruksi dengan lebih baik.

Strategi adaptasi bertahap yang diterapkan oleh guru juga memiliki relevansi dengan penelitian Santrock (2020), yang menunjukkan bahwa anak dengan autisme atau gangguan perkembangan lainnya lebih mampu beradaptasi jika diberikan pendekatan bertahap dalam lingkungan belajar mereka. Selain itu, studi lain menyatakan bahwa adaptasi bertahap telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan sosial anak dengan autisme dalam setting pendidikan (Baker dkk., 2021). Guru dalam penelitian ini melaporkan bahwa mereka tidak langsung memasukkan ABK ke dalam interaksi sosial yang intens, melainkan memberikan kesempatan kepada mereka untuk mengamati lingkungan terlebih dahulu sebelum secara perlahan dikenalkan kepada teman sebaya dan aktivitas kelas. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan adaptasi bertahap dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekolah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa guru menghadapi tantangan emosional yang cukup besar dalam menangani ABK, mulai dari perasaan frustrasi hingga kelelahan mental. Studi oleh Taylor dan Green (2022) menegaskan bahwa strategi regulasi emosi guru memiliki dampak langsung pada efektivitas interaksi mereka dengan anak berkebutuhan khusus. Guru dalam penelitian ini menyatakan bahwa mereka menggunakan teknik manajemen stres, seperti mengambil jeda saat merasa lelah atau berdiskusi dengan sesama guru untuk mencari solusi terbaik dalam menangani anak-anak dengan kebutuhan khusus.

Selanjutnya, penggunaan alat komunikasi alternatif seperti kartu bergambar dan aplikasi suara, yang ditemukan dalam penelitian ini sejalan dengan temuan Roberts dan White (2021). Mereka mengungkapkan bahwa teknologi berbasis komunikasi augmentatif dan alternatif dapat membantu meningkatkan keterampilan komunikasi anak-anak dengan gangguan perkembangan. Guru dalam penelitian ini menggunakan



alat bantu komunikasi ini untuk membantu anak-anak yang kesulitan berbicara agar dapat mengekspresikan kebutuhan mereka dengan lebih mudah.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa strategi berbasis observasi, komunikasi non-verbal, adaptasi bertahap, pengelolaan emosi guru, dan penggunaan alat komunikasi alternatif sangat diperlukan dalam mendukung keberhasilan ABK di sekolah. Implikasi dari temuan ini menekankan pentingnya pelatihan lanjutan bagi guru serta penguatan sistem dukungan di lingkungan pendidikan inklusif.

### **Kesimpulan**

Strategi guru dalam membantu ABK meliputi observasi awal, pemahaman bahasa tubuh anak, pendekatan adaptasi bertahap, pengelolaan emosi, dan penggunaan alat komunikasi alternatif. Observasi awal memungkinkan guru memahami kebutuhan spesifik anak dan memberikan intervensi yang sesuai. Pemahaman terhadap bahasa tubuh dan komunikasi non-verbal membantu guru merespons dengan cara yang lebih efektif, sehingga meminimalisir kebingungan dan frustrasi pada anak.

Pendekatan adaptasi bertahap memungkinkan anak berkebutuhan khusus untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan kelas secara perlahan, mengurangi tekanan sosial, dan meningkatkan rasa percaya diri mereka. Selain itu, pengelolaan emosi guru menjadi faktor kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, di mana guru yang mampu mengontrol emosinya dapat memberikan dukungan emosional yang lebih baik bagi anak-anak yang membutuhkan. Penggunaan alat komunikasi alternatif, seperti kartu gambar dan simbol, terbukti membantu anak-anak yang mengalami kesulitan berbicara dalam mengekspresikan kebutuhan dan keinginannya. Hal ini menunjukkan bahwa strategi yang berbasis fleksibilitas dan empati memainkan peran penting dalam mendukung perkembangan komunikasi dan sosial ABK.

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami peran guru dalam mendukung perkembangan komunikasi dan sosial ABK di lingkungan sekolah. Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya pelatihan khusus bagi guru

dalam menangani anak berkebutuhan khusus serta perlunya dukungan yang lebih besar dari lingkungan sekolah dan keluarga dalam menciptakan sistem pendidikan yang lebih inklusif dan responsif terhadap kebutuhan anak. Strategi guru dalam membantu ABK meliputi observasi awal, pemahaman bahasa tubuh anak, pendekatan adaptasi bertahap, pengelolaan emosi, dan penggunaan alat komunikasi alternatif. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami peran guru dalam mendukung perkembangan komunikasi dan sosial ABK di lingkungan sekolah.

### Referensi

- Anderson, K., White, J., & Parker, L. (2019). *Inclusive education strategies for children with disabilities*. Cambridge University Press.
- Baker, T., Johnson, M., & Lee, P. (2021). *Social engagement and adaptive learning for children with autism*. Routledge.
- Bandura, A. (1997). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Hallahan, D. P., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (2019). *Exceptional learners: An introduction to special education*. Pearson.
- Johnson, R., Brown, T., & Davis, L. (2021). *Teacher strategies for supporting children with autism in classrooms*. Routledge.
- Jones, D., & Smith, R. (2020). *Enhancing non-verbal communication skills in inclusive classrooms*. Oxford University Press.
- Miller, S. (2023). *Parent-teacher collaboration in special education*. Springer.
- Roberts, J., & White, C. (2021). *Assistive communication technology for children with learning disabilities*. Taylor & Francis.
- Santrock, J. W. (2020). *Life-span development*. McGraw-Hill Education.
- Smith, J., Taylor, R., & Dawson, P. (2020). *The impact of special education programs on student outcomes*. Sage Publications.
- Taylor, M., & Green, P. (2022). *Emotional regulation in inclusive education: Strategies for teachers*. Cambridge University Press.
- Williams, A., & Thomas, B. (2022). *Non-verbal communication techniques for children with autism*. Oxford University Press.