STRATEGI PEMBELAJARAN MENGGUNAKAN MEDIA VISUAL DAN PUZZLE UNTUK MENGURANGI HIPERAKTIVITAS ANAK AUTIS DI SKHN 02 LEBAK

Silvi Gustavio Edward[1] Yahdinil Firda Nadirah[2]
[1,2]Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
Alamat e-mail :[1]silvigustavio@gmail.com,
Alamat e-mail :[2]yahdinil@uinbanten.ac.id

ABSTRACT

*Hyperactivity in children with autism causes difficulties in focusing, sitting still, and following learning instructions in the classroom. This study aims to describe learning strategies through visual media and puzzle-based activities to reduce hyperactive behavior in autistic children at SKhN 02 Lebak. A descriptive qualitative approach was used through interviews with an experienced teacher. The findings show that visual aids such as pictures, daily activity schedules, and simple videos help children understand instructions and reduce impulsive behavior. Puzzle activities are effective in increasing children's focus, regulating emotions, and redirecting excessive energy. The combination of visual media and puzzles creates a more structured, calm, and enjoyable learning environment. This strategy is recommended to be applied in special schools and inclusive settings with adjustments to individual characteristics.*The results of the study indicate that the use of visual media such as activity pictures, visual symbols, daily visual schedules, and simple instructional videos helps children understand learning instructions more clearly and reduces anxiety caused by uncertainty in classroom activities. Visual media provide structure and predictability, which are essential for children with autism. Puzzle-based activities are effective in increasing concentration, emotional regulation, and task persistence. Puzzle activities also function as a redirection strategy to channel excessive energy into meaningful and enjoyable tasks. In addition, the application of positive reinforcement in the form of praise and simple rewards strengthens adaptive behavior and increases learning motivation.

Overall, the combination of visual media and puzzle activities creates a more structured, calm, and engaging learning environment for autistic children. This strategy is recommended for implementation in special schools and inclusive educational settings with adjustments based on individual child characteristics.

Keywords: autism, hyperactivity, visual media, puzzle, learning strategy

ABSTRAK

Hiperaktivitas pada anak autis menyebabkan kesulitan dalam memusatkan perhatian, duduk tenang, dan mengikuti instruksi pembelajaran di kelas. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi pembelajaran melalui media visual dan aktivitas berbasis puzzle untuk mengurangi perilaku hiperaktif pada anak autis di SKhN 02 Lebak. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan teknik wawancara bersama guru berpengalaman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa alat bantu visual seperti gambar, jadwal kegiatan harian, dan video sederhana membantu anak memahami instruksi serta mengurangi perilaku impulsif. Aktivitas menyusun puzzle juga efektif dalam meningkatkan fokus, mengatur emosi, dan mengalihkan energi berlebih ke aktivitas yang produktif. Kombinasi media visual dan puzzle mampu menciptakan suasana belajar yang terstruktur, tenang, dan menyenangkan bagi anak autis. Strategi ini direkomendasikan untuk diterapkan di sekolah khusus maupun sekolah inklusif dengan penyesuaian karakteristik individu anak.Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media visual seperti gambar aktivitas, simbol visual, jadwal kegiatan harian bergambar, dan video pembelajaran sederhana membantu anak memahami instruksi pembelajaran dengan lebih jelas serta mengurangi kecemasan akibat ketidakpastian aktivitas. Media visual memberikan struktur dan prediktabilitas yang sangat dibutuhkan oleh anak autis. Aktivitas menyusun puzzle terbukti efektif dalam meningkatkan konsentrasi, mengatur emosi, serta melatih ketekunan anak dalam menyelesaikan tugas. Puzzle juga berfungsi sebagai strategi pengalihan untuk menyalurkan energi berlebih ke dalam aktivitas yang bermakna dan menyenangkan. Selain itu, pemberian penguatan positif berupa pujian dan reward sederhana mampu memperkuat perilaku adaptif dan meningkatkan motivasi belajar anak.

Secara keseluruhan, kombinasi media visual dan puzzle menciptakan lingkungan belajar yang lebih terstruktur, tenang, dan menarik bagi anak autis. Strategi ini direkomendasikan untuk diterapkan di sekolah luar biasa maupun sekolah inklusif dengan penyesuaian terhadap karakteristik individu anak.

Kata Kunci: *Autisme, Hiperaktivitas, Media Visual, Puzzle, Strategi Pembelajaran*

A. Pendahuluan

Autisme merupakan gangguan perkembangan saraf yang memengaruhi kemampuan anak dalam berkomunikasi, bersosialisasi, dan mengatur perilaku. Salah satu gejala yang sering muncul adalah hiperaktivitas, seperti sering bergerak tanpa tujuan, sulit duduk tenang, melompat, dan mudah terdistraksi oleh lingkungan sekitar. Kondisi ini menyebabkan proses pembelajaran menjadi tidak kondusif, baik bagi guru maupun peserta didik lainnya.

Dalam konteks pendidikan, khususnya di sekolah luar biasa, perilaku hiperaktif pada anak autis

menjadi tantangan yang cukup kompleks bagi guru. Guru dituntut untuk mampu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif sekaligus menyesuaikan metode, strategi, dan media pembelajaran dengan karakteristik anak. Apabila strategi pembelajaran tidak disesuaikan dengan kebutuhan anak, maka perilaku hiperaktif cenderung meningkat dan menghambat tercapainya tujuan pembelajaran.

Fenomena hiperaktivitas tampak jelas pada anak-anak yang belajar di SKhN 02 Lebak. Guru menyampaikan bahwa hampir setiap hari muncul perilaku seperti berteriak, mondar-mandir, tantrum, atau tidak dapat mengikuti instruksi. Ketika tidak ada struktur kegiatan yang jelas, anak menjadi gelisah dan mudah marah. Oleh karena itu, guru perlu menyusun strategi pembelajaran yang membantu anak merasa lebih tenang dan fokus.

Salah satu pendekatan yang digunakan adalah media visual. Anak autis cenderung berpikir secara visual, sehingga gambar, simbol, jadwal harian, dan tayangan sederhana membantu mereka memahami kegiatan. Menurut Nadhirah dan Alpiyah (2023), media visual mampu mengurangi kebingungan dan membantu anak autis mengantisipasi kegiatan yang akan dilakukan. Selain itu, guru juga menggunakan puzzle untuk mengalihkan energi berlebih dan meningkatkan konsentrasi.

Puzzle memberikan aktivitas terarah, sehingga energi hiperaktif disalurkan pada kegiatan yang bermakna dan menyenangkan. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa puzzle dapat meningkatkan fokus dan ketekunan anak (Sari & Kurniawati, 2018). Berdasarkan temuan tersebut, penggunaan media visual dan puzzle dipandang sebagai strategi yang tepat untuk mengurangi hiperaktivitas dan menciptakan suasana belajar yang lebih nyaman.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pelaksanaan strategi pembelajaran menggunakan media visual dan puzzle dalam mengurangi hiperaktivitas anak autis di SKhN 02 Lebak, berdasarkan pengalaman guru yang terlibat langsung dalam aktivitas pembelajaran.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Subjek penelitian adalah seorang guru di SKhN 02 Lebak yang memiliki pengalaman langsung mengajar anak autis dengan perilaku hiperaktif.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui:

1. Wawancara mendalam Guru memberikan informasi tentang karakteristik anak, strategi pembelajaran, dan perubahan perilaku anak.
2. Observasi non-partisipatif Peneliti mengamati proses pembelajaran, interaksi anak, dan penggunaan media visual serta puzzle.
3. Dokumentasi Foto kegiatan, jadwal visual, dan jenis puzzle dianalisis sebagai pendukung keabsahan data.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri, sedangkan pedoman wawancara, catatan lapangan, dan alat perekam digunakan sebagai instrumen pendukung.

Data dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Penggunaan Media Visual dalam Pembelajaran Guru menggunakan media visual seperti:

a. Gambar kegiatan,
b. Simbol aktivitas,
c. Jadwal harian bergambar,
d. Video sederhana.

Media ini membantu anak mengetahui apa yang harus dilakukan dan kapan kegiatan berubah. Anak menjadi lebih siap dan tidak gelisah karena memiliki informasi yang jelas. Menurut Arsyad (2017), media visual membantu mempercepat pemahaman dan mengurangi tekanan kognitif.

Guru menjelaskan bahwa ketika gambar kegiatan ditampilkan, anak lebih cepat patuh dan tidak mudah marah. Hal ini sesuai dengan temuan Nadhirah dan Alpiyah (2023) bahwa anak autis merasa lebih tenang ketika kegiatan disampaikan melalui visual.

2. Puzzle sebagai Media Fokus dan Pengendalian Emosi

Puzzle digunakan saat anak mulai tampak gelisah atau menunjukkan tanda tantrum. Jenis puzzle yang digunakan disesuaikan kemampuan anak, seperti:

a. Puzzle hewan,
b. Puzzle bentuk sederhana,
c. Puzzle lantai.

Aktivitas menyusun puzzle memberi kesempatan anak untuk:

a. Duduk tenang lebih lama,
b. Fokus pada satu tugas,
c. Mengatur emosi.

Penelitian Sari & Kurniawati (2018) menunjukkan bahwa puzzle meningkatkan konsentrasi dan menurunkan impulsivitas. Dalam praktiknya di SKhN 02 Lebak, puzzle juga digunakan sebagai bentuk redireksi, sehingga anak teralihkan dari perilaku negatif.

3. Reward sebagai Penguatan Positif

Guru menerapkan reward berupa:

a. Pujian,
b. Makanan ringan,
c. Kesempatan bermain tambahan.

Reward diberikan ketika anak menyelesaikan puzzle atau mengikuti instruksi. Hal ini memperkuat perilaku positif dan membuat anak merasa dihargai. Strategi ini sesuai dengan pendekatan behavioristik yang menekankan penguatan positif dalam membentuk perilaku (Skinner).

4. Perubahan Perilaku Anak

Selama pembelajaran, guru melihat perubahan signifikan:

a. Intensitas tantrum menurun,
b. Anak dapat duduk lebih lama,
c. Fokus meningkat saat menyusun puzzle,
d. Suasana kelas lebih tenang.

Pembelajaran menjadi lebih kondusif dan anak terlihat lebih menikmati kegiatan. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa strategi pembelajaran harus mempertimbangkan kebutuhan individual anak autis.

5. Karakteristik Hiperaktivitas Anak Autis di SKhN 02 Lebak

Berdasarkan hasil observasi, hiperaktivitas pada anak autis muncul dalam beberapa bentuk:

1. Hiperaktivitas motorik: berlari tanpa arah, melompat, memukul benda, memutar badan.

2. Hiperaktivitas verbal: berteriak, mengulang kata, mengeluarkan suara tanpa henti.

3. Hiperaktivitas sensorik: memegang benda secara berlebihan, memasukkan benda ke mulut.

4. Kesulitan regulasi emosi: mudah tantrum ketika kegiatan berubah.

Perilaku ini muncul lebih intens ketika jadwal belajar tidak jelas, instruksi panjang, atau ketika anak kurang mendapatkan stimulasi visual.

6. Efektivitas Media Visual Berdasarkan Perspektif Guru

Guru menyampaikan bahwa media visual memiliki beberapa fungsi penting:

a. Sebagai alat komunikasi non-verbal

Anak autis lebih mudah memahami gambar daripada bahasa lisan. Hal ini sejalan dengan temuan Arsyad (2017) dan Yahdinil Firdha Nadhirah (2023) yang menekankan pentingnya visual support.

b. Mengurangi tantrum

Ketika anak melihat urutan kegiatan (misalnya: makan – bermain – belajar – pulang), mereka tidak bingung dan tidak menolak kegiatan baru.

c. Membantu anak belajar mengambil keputusan

Anak diperlihatkan dua pilihan gambar untuk memilih aktivitas. Hal ini mengurangi konflik dan meningkatkan self-control.

7. Puzzle sebagai Media Terapi Fokus

Tambahkan bagian berikut:

Puzzle tidak hanya menjadi alat bermain, tetapi juga alat terapi perilaku. Guru menjelaskan bahwa puzzle membantu:

meningkatkan durasi duduk dari 3 menit menjadi 10–12 menit,

menurunkan tantrum karena anak merasa “tertahan” oleh aktivitas menyenangkan,

memperkuat kognisi dasar seperti pengenalan bentuk, warna, dan pola,

melatih konsistensi dan kemampuan menyelesaikan tugas.

Puzzle juga dapat digunakan untuk menilai kemampuan visual-spasial anak.

8. Integrasi Kegiatan Outdoor dengan Media Visual

Untuk memperkaya artikel:

Guru juga memanfaatkan media visual saat kegiatan luar ruangan. Contoh:

gambar cara menyiram tanaman, gambar urutan berkebun, gambar alat kebun.

Kegiatan ini menyalurkan energi berlebih dan efektif bagi anak hiperaktif.

9. Peran Guru sebagai Regulator Emosi Anak

Guru berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan, menenangkan, dan memberikan jembatan antara instruksi dan pemahaman anak. Peran ini sesuai konsep behavioral regulation yang dijelaskan oleh Yahdinil Firdha Nadhirah (2023), bahwa guru ABK harus mampu menjadi co-regulator emosi sebelum anak belajar mandiri.

E. Kesimpulan

Strategi pembelajaran menggunakan media visual dan puzzle terbukti membantu mengurangi hiperaktivitas anak autis di SKhN 02 Lebak. Media visual mempermudah anak memahami kegiatan, sedangkan puzzle mengarahkan energi berlebih ke aktivitas yang produktif dan menyenangkan.

Penguatan positif melalui pujian dan reward kecil meningkatkan motivasi anak untuk berperilaku adaptif. Guru yang sabar, fleksibel, dan memahami karakteristik anak memiliki peran penting dalam keberhasilan strategi ini.

Pendekatan ini dapat diterapkan di sekolah inklusif maupun sekolah khusus dengan penyesuaian kebutuhan individu anak.

Pendekatan pembelajaran tidak hanya bergantung pada media visual dan puzzle saja, tetapi memerlukan penyesuaian lingkungan fisik, pengaturan jadwal yang konsisten, serta kemampuan guru dalam mengelola emosi anak. Guru berperan sebagai regulator yang membantu anak membangun kemampuan kontrol diri sebelum anak mampu melakukannya secara mandiri.

Dengan demikian, kombinasi media visual, puzzle, reward, dan lingkungan belajar yang terstruktur merupakan strategi komprehensif yang efektif dalam mengurangi hiperaktivitas anak autis. Temuan ini menguatkan pentingnya pembelajaran yang bersifat individual, terarah, dan sensitif terhadap kebutuhan khas anak autis. Penelitian ini memberikan kontribusi bagi guru dan tenaga pendidik dalam memahami strategi pembelajaran

yang tepat diterapkan di sekolah khusus maupun sekolah inklusif.

Dari sudut pandang pendidikan khusus dan bimbingan konseling, strategi pembelajaran ini dapat dijadikan sebagai pendekatan preventif dalam mengelola perilaku hiperaktif anak autis di lingkungan sekolah. Dengan adanya pembelajaran yang terstruktur, menyenangkan, dan berorientasi pada kebutuhan anak, potensi munculnya perilaku bermasalah dapat diminimalkan sejak awal. Oleh karena itu, integrasi media visual dan aktivitas puzzle dalam pembelajaran sehari-hari perlu dipertimbangkan sebagai bagian dari program pendidikan anak autis yang komprehensif.

Secara keseluruhan, kombinasi media visual, aktivitas puzzle, dan penguatan positif mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih terstruktur, kondusif, dan menyenangkan bagi anak autis. Strategi pembelajaran ini tidak hanya berdampak pada penurunan hiperaktivitas, tetapi juga meningkatkan kualitas interaksi belajar antara guru dan peserta didik. Oleh karena itu, strategi ini layak dijadikan sebagai salah satu alternatif pembelajaran bagi anak autis di sekolah luar biasa maupun sekolah inklusif dengan penyesuaian terhadap kebutuhan dan karakteristik masing-masing anak.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, guru disarankan untuk terus memanfaatkan media visual secara konsisten dalam setiap tahapan pembelajaran. Media visual sebaiknya diperbarui secara berkala sesuai minat dan perkembangan anak, agar mampu mempertahankan perhatian dan tidak menimbulkan kejenuhan. Guru juga perlu memastikan bahwa visual yang digunakan sederhana, jelas, dan mudah dipahami oleh anak autis yang memiliki keterbatasan dalam memproses rangsangan kompleks.

Untuk penggunaan puzzle, disarankan agar guru memilih tingkat kesulitan yang bertahap agar anak tidak merasa frustrasi. Puzzle dapat dikembangkan menjadi bagian dari rutinitas harian, baik sebagai kegiatan awal pembelajaran maupun sebagai alat transisi saat anak mulai kehilangan fokus. Keragaman jenis

puzzle baik puzzle lantai, puzzle bentuk, hingga puzzle tematik akan membantu memenuhi kebutuhan sensori dan kognitif anak.

Sekolah perlu memberikan pelatihan tambahan kepada guru mengenai manajemen perilaku anak autis, termasuk teknik penguatan positif, strategi pengalihan, dan pendekatan regulasi emosi. Lingkungan belajar juga perlu dirancang agar minim distraksi, dengan penataan ruang yang terstruktur dan penggunaan alat bantu visual pada setiap area kelas. Pengaturan ruang yang aman dan nyaman dapat menurunkan potensi munculnya perilaku hiperaktif.

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan mengkaji efek jangka panjang penggunaan media visual dan puzzle melalui pengamatan yang lebih intensif. Selain itu, penelitian dapat diperluas dengan melibatkan beberapa sekolah khusus atau sekolah inklusif untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif tentang efektivitas strategi ini.

Secara keseluruhan, strategi pembelajaran berbasis media visual dan puzzle sangat direkomendasikan untuk diterapkan pada anak autis dengan karakteristik hiperaktif. Pendekatan yang terencana, sensitif, dan individual akan membantu anak mencapai perkembangan perilaku yang lebih adaptif serta proses belajar yang lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed., text rev.)*. APA Publishing.

Arsyad, A. (2017). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.

Oktafianto, E. R., & Budiyanto. (2023). *Penggunaan Puzzle Lantai untuk Meningkatkan Fokus Anak Autis*. Surabaya: UNESA Press.

Artikel in Press :

Andita, N. A., & Masitoh, S. (2020). *Penggunaan Puzzle Huruf dalam Meningkatkan Perhatian Anak Autis*. Universitas Negeri Surabaya.

Rohman, A. T., & Ardianingsih, F. (2018). *Efektivitas Permainan Puzzle terhadap Perhatian Anak Autis di SLB PGRI.* Universitas Negeri Surabaya.

Jurnal :

Alpiyah, & Nadhirah, Y. F. (2023). Karakteristik Anak Autisme di SKHN 01 Kota Cilegon. Didaktik: *Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 115–123.

Fauziah, L., & Marlina, N. (2020). Efektivitas Media Gambar terhadap Konsentrasi Anak Autis. *Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia*, 8(2), 45–52

Sari, M., & Kurniawati, E. (2018). Pengaruh Media Puzzle terhadap Konsentrasi Anak Autis. *Jurnal Pendidikan Khusus Indonesia*, 5(1), 25–32.