

BAB

3

PENGENDALIAN TERAPI

Nurul Farhana Jumaat dan Nur Fakhira Auni Mohd Fuad

3.1 PENGENALAN

Bagi setiap anak yang berada dalam spektrum autisme, perjalanan perkembangan mereka bukanlah laluan yang lurus dan mudah. Ada halangan yang perlu ditempuh, ada kekeliruan yang perlu dirungkai, dan ada potensi yang menunggu untuk digilap. Di sinilah peranan terapi menjadi begitu penting sebagai jambatan yang membantu mereka menyeberang dari dunia yang mungkin sunyi dan mencabar, ke dunia yang lebih terbuka dan difahami.

Pengendalian aktiviti terapi merujuk kepada pelaksanaan intervensi secara tersusun dan berstruktur bagi membantu individu dengan autisme mencapai perkembangan optimum dalam aspek komunikasi, tingkah laku, kemahiran sosial, dan keupayaan sendiri. Terapi bukan sekadar satu aktiviti rutin, tetapi satu usaha yang disusun dengan teliti berdasarkan keperluan unik setiap individu. Ia melibatkan pelbagai pendekatan, daripada terapi pertuturan dan bahasa, terapi pekerjaan, terapi tingkah laku sehinggalah kepada terapi deria yang membantu kanak-kanak menyesuaikan diri dengan rangsangan persekitaran.

Kajian oleh Valencia et al. (2020) menunjukkan bahawa intervensi awal yang menggabungkan pendekatan tingkah laku dan teknologi boleh memberikan kesan positif yang ketara dalam meningkatkan kemahiran komunikasi dan sosial. Malah, teknologi moden seperti

robotik dan pembelajaran mesin juga mula dimanfaatkan dalam diagnosis dan intervensi yang lebih bersifat responsif dan bersasar. Namun, terapi bukan sekadar tentang teknik dan kaedah, ia adalah tentang memberi ruang dan peluang untuk kanak-kanak dengan autisme berkembang dalam cara mereka sendiri, dengan sokongan yang konsisten dan empati yang mendalam. Terapi yang berterusan boleh membantu membentuk tingkah laku positif, membina keyakinan, dan membuka peluang untuk penglibatan yang lebih bermakna dalam masyarakat. Ia juga menjadi sokongan penting buat ibu bapa dan penjaga, yang sering berdepan dengan tekanan dan ketidakpastian dalam mengurus keperluan anak-anak mereka.

Sebaliknya, jika terapi tidak dikendalikan secara berkesan atau tidak dilaksanakan langsung, kesannya boleh menjadi besar. Tanpa sokongan yang sesuai, kanak-kanak ini mungkin terus terperangkap dalam cabaran komunikasi dan tingkah laku yang berulang. Keadaan ini bukan sahaja menjejaskan perkembangan mereka, malah memberi tekanan emosi yang mendalam kepada keluarga. Khan et al. (2023) menegaskan bahawa tanpa terapi dan pendidikan khas yang bersifat menyeluruh, kesejahteraan jangka panjang individu dengan autisme boleh terancam. Pengendalian aktiviti terapi yang berjaya memerlukan sinergi antara keluarga, pendidik, ahli terapi, dan komuniti. Ia menuntut tahap kesabaran, kefahaman, dan komitmen yang tinggi. Bab ini akan meneroka lebih mendalam tentang jenis-jenis terapi yang biasa digunakan, prinsip pelaksanaannya, peranan sokongan sekeliling, serta bagaimana pendekatan ini boleh disesuaikan mengikut keperluan kanak-kanak yang istimewa ini.

3.2 JENIS-JENIS TERAPI

Setiap individu dalam spektrum autisme memiliki keunikan tersendiri iaitu ada yang petah berbicara tetapi tidak pandai bersosial, ada pula yang bijak dalam logik tetapi sensitif terhadap bunyi. Justeru, tiada satu pendekatan terapi yang sesuai untuk semua. Terapi perlu disesuaikan, disusun, dan dijalankan mengikut keperluan serta kekuatan individu

tersebut. Di sinilah pentingnya memahami pelbagai bentuk terapi yang tersedia. Terapi untuk individu dengan autisme bukan sekadar satu intervensi klinikal tetapi ia adalah satu proses membina kemahiran, membentuk tingkah laku, dan memberi sokongan agar mereka mampu menjalani kehidupan dengan lebih sejahtera dan berdikari. Setiap terapi direka bentuk untuk membantu dalam aspek tertentu—sama ada komunikasi, sosial, emosi, tingkah laku, atau keupayaan sendiri.

3.2.1 Terapi Tingkah Laku

Dalam dunia intervensi untuk individu autisme, terapi tingkah laku merupakan antara pendekatan yang paling banyak digunakan dan telah terbukti berkesan dalam pelbagai konteks. Terapi ini berfokus pada usaha membentuk tingkah laku positif sambil mengurangkan tingkah laku yang mencabar atau mengganggu fungsi harian. Ia berperanan penting dalam membantu individu bukan sahaja menyesuaikan diri dengan persekitaran, tetapi juga membina kemahiran hidup yang lebih teratur, bermakna, dan produktif. Salah satu bentuk terapi tingkah laku yang paling terkenal ialah *Applied Behavior Analysis* (ABA). Pendekatan ini menggunakan prinsip peneguhan positif di mana setiap tingkah laku yang diinginkan akan diberikan ganjaran atau respons positif untuk menggalakkan pengulangan tingkah laku tersebut. Sebagai contoh, apabila seorang kanak-kanak berjaya memberi respons sosial yang sesuai, seperti menjawab soalan atau mengekalkan kontak mata, mereka mungkin diberi pujian, permainan kegemaran, atau ganjaran kecil. Teknik ini dilakukan secara berstruktur, konsisten, dan sistematik, serta boleh diaplikasikan dalam pelbagai bidang seperti kemahiran komunikasi, pengurusan sendiri, kebersihan diri, dan pembelajaran akademik asas.

Namun, tidak semua tingkah laku boleh diubah dengan ganjaran semata-mata. Di sinilah datangnya pendekatan seperti *Positive Behavior Support* (PBS) yang memberi tumpuan kepada memahami punca di sebalik tingkah laku mencabar. PBS melihat tingkah laku sebagai satu bentuk komunikasi, iaitu kadangkala kanak-kanak bukan sekadar