



Menumbuhkan Kemandirian Pada AUTIS



@mindtree.community



PRINSIP DASAR

Setiap anak dengan autisme bisa belajar mandiri

Asal diberi waktu, strategi yang tepat, dan dukungan tanpa tekanan.

Kemandirian ≠ dilepas sendirian

💬 **Artinya:** belajar melakukan hal kecil dengan dukungan yang tepat.



LANGKAH 1: **MULAI DARI HAL KECIL**

Mulailah dari melakukan rutinitas harian sederhana

Contohnya:

- Gosok Gigi Sendiri
- Memilih baju sendiri
- Menyendok makanan sendiri
- Ambil air minum sendiri

**Sedikit demi sedikit =
kemajuan besar**

@mindtree.community



LANGKAH 2: GUNAKAN VISUAL SUPPORT

Gunakan gambar, chart, atau urutan foto aktivitas.

Gunanya:

- Membantu anak tahu apa yang akan terjadi selanjutnya.
- Mengurangi kecemasan terhadap perubahan rutinitas.

Contoh : Gambar berisi gambar urutan kegiatan anak dari pagi sampai malam.

Bangun tidur → Sikat gigi → Sarapan → Sekolah → Pulang → Makan malam → Tidur.

@mindtree.community



LANGKAH 3: BERI WAKTU & RUANG

Jangan terburu-buru membantu.
Biarkan mereka mencoba — meski
belum sempurna.

 **Proses lebih penting daripada
hasil.**

Anak autisme butuh rutinitas yang bisa
diprediksi.

Jadwal yang konsisten = rasa aman yang
membantu mereka belajar mandiri.

@mindtree.community



LANGKAH 4: GUNAKAN TEKNIK "PROMPTING"

Gunakan panduan bertahap:

- Awalnya bantu penuh
- Lalu berikan isyarat
- Hingga akhirnya mereka bisa sendiri

Setiap usaha layak diapresiasi

“Wah kamu hebat udah bisa sendiri!”

**Pujian membangun rasa percaya diri
anak.**

@mindtree.community



LANGKAH 5: LINGKUNGAN YANG MENDUKUNG

Kemandirian tumbuh di lingkungan yang:

- Aman
- Sabar & Tenang
- Penuh penerimaan

Karena anak belajar terbaik saat ia merasa diterima.

Lingkungan yang stabil dan penuh dukungan membantu anak autis berani mencoba sendiri, tanpa takut salah.

@mindtree.community



Semoga Informasi ini Bermanfaat

**INGIN TAHU CARA
MENDUKUNG ANAK
NEURODIVERGENT
DENGAN LEBIH BAIK?**

**Daftar & Kunjungi Website :
mindtree.my.id**

Untuk seputar info tumbuh kembang anak Inklusi, Autis dan ADHD lainnya.

@mindtree.community