

MEMAHAMI GANGGUAN SPEKTRUM AUTISME

(Indonesian Version)

陪我講 SHALL WE TALK



Apa itu gangguan spektrum autisme (autism spectrum disorder/ASD)?

- Gangguan spektrum autisme (autism spectrum disorder/ASD) adalah gangguan perkembangan saraf yang ditandai dengan berbagai tingkat gangguan dan keterlambatan perkembangan dalam fungsi komunikasi sosial, emosional, perilaku dan kognitif.
- Autisme merupakan gangguan spektrum, yang berarti bahwa orang dapat mengalami berbagai gejala dan tingkat keparahan gangguan tersebut bervariasi pada setiap orang.
- Gejala ASD biasanya muncul pada masa bayi namun mungkin baru terlihat pada usia 2 hingga 3 tahun.

Apa gejala ASD?

- Ciri khas ASD adalah kesulitan terus-menerus dalam komunikasi sosial dan interaksi sosial serta pola perilaku atau minat yang terbatas dan berulang.

Gejala umumnya meliputi:

1 Kesulitan dalam komunikasi dan interaksi sosial



(i) Kesulitan dalam hubungan timbal balik sosial-emosional

- Sulit untuk memulai atau merespons interaksi sosial
- Sulit untuk terlibat dalam percakapan bolak-balik, misalnya, percakapan sepihak, ketidakmampuan untuk tetap pada topik
- Kurangnya pertukaran sosial atau emosional seperti menunjuk, tersenyum atau menunjukkan sesuatu untuk berbagi minat atau kesenangan dengan orang lain
- Lemah dalam empati dan sulit memahami pikiran dan perasaan orang lain

(ii) Kesulitan dalam komunikasi nonverbal

- Mengurangi kontak mata, yang mungkin terkesan kasar, tidak tertarik atau kurang perhatian
- Prosodi ucapan yang tidak lazim, misalnya, monoton seperti robot
- Lemah dalam mengenali, menafsirkan dan menggunakan ekspresi wajah, gerak tubuh dan bahasa tubuh dalam komunikasi



(iii) Kesulitan dalam mengembangkan dan memelihara hubungan

- Sulit menjalin dan mempertahankan teman
- Tidak tertarik pada anak atau orang lain dan lebih suka bermain atau menyendiri
- Lemah dalam menafsirkan bahasa non-harfiah, mis. lelucon, ironi, idiom
- Sulit menyesuaikan perilaku agar sesuai dengan konteks sosial yang berbeda, misalnya, tertawa pada saat sedih



2 Pola perilaku atau minat terbatas dan berulang

(i) Pergerakan atau ucapan stereotipe atau berulang

- Gerakan tubuh stereotipe, misalnya, mengepakan tangan, mengayun badan, berputar sendiri
- Perilaku terbatas dan menyerupai ritual, mis. menyusun mainan atau benda dalam urutan tertentu, menanyakan pertanyaan yang sama berulang-ulang dan membutuhkan jawaban yang sama
- Pola bicara yang tidak biasa, misalnya, mengulangi kata atau frasa tertentu di luar konteks sosial



(ii) Bersikeras untuk selalu sama

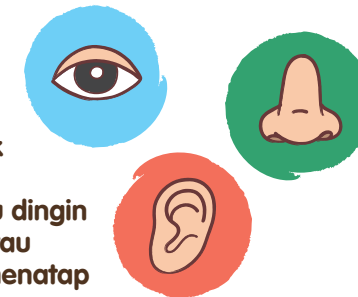
- Kepatuhan yang berlebihan terhadap peraturan tertentu
- Sangat tertekan karena perubahan kecil dalam kehidupan sehari-hari, misalnya, mencoba makanan baru, mengubah rute ke sekolah, rutinitas atau lingkungan

(iii) Minat terpaku pada hal tertentu

- Memiliki minat yang sempit atau fokus yang sangat intens pada topik tertentu, misalnya, menghafal kalender atau rute bus
- Keasyikan yang tidak biasa dengan bagian-bagian tertentu dari suatu benda, seperti roda mobil mainan atau rambut boneka

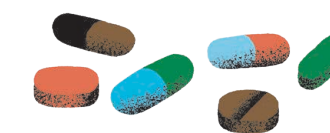
(iv) Hiper atau hiporeaktivitas terhadap rangsangan sensori

- Reaktivitas yang kurang atau berlebihan terhadap rangsangan sensori, mis. respon buruk terhadap suara tertentu atau ketika disentuh, ketidakpedulian terhadap rasa sakit, panas atau dingin
- Minat sensori yang tidak biasa, mis. mencium atau menyentuh benda tertentu secara berlebihan, menatap benda yang berputar



Jika Anda khawatir bahwa anak Anda mungkin menderita ASD, silakan berkonsultasi dengan dokter sesegera mungkin. Intervensi dini dapat memperbaiki fungsi sehari-hari dan kualitas hidup anak.

Bagaimana cara merawat ASD?



A Obat-obatan

Beberapa obat dapat membantu untuk gejala tertentu yang terkait ASD, mis. iritabilitas atau kurang perhatian.



B Perawatan psikologis dan lainnya

- Komponen umum intervensi meliputi:
- Mengembangkan keterampilan sosial dan komunikasi
 - Mendidik keterampilan pengaturan diri tentang emosi
 - Memperkuat kemampuan berbicara dan berbahasa
 - Mengurangi perilaku yang mengganggu fungsi dan kualitas hidup sehari-hari
 - Diversifikasi atau membangun kekuatan
 - Mendidik orang tua mengenai keterampilan pengelolaan

Jika Anda merawat anak penderita ASD, Anda dapat membantunya dengan:



Memberikan rutinitas yang konsisten



Mempersiapkan anak untuk kemungkinan perubahan dalam rutinitas



Menjaga komunikasi orang tua-anak secara teratur dan positif



Bekerja sama dengan penyedia layanan kesehatan dan personel sekolah

Untuk informasi lebih lanjut:



Konsultasikan dengan dokter



Hubungi hotline berikut ini:
18111 Hotline Dukungan Kesehatan Mental
18111
Hotline Kesehatan Mental dari Otoritas Rumah Sakit
2466 7350



Kunjungi shallwetalk.hk



Memahami Gangguan Kecemasan

精神健康諮詢委員會
Advisory Committee on Mental Health



Direvisi 2024