Peran Aktivitas Sekolah dan Rutinitas Rumah dalam Penyesuaian Ritme Sirkadian untuk Membangun Pola Tidur Anak dengan Autisme di SLB Laboratorium UM

Siti Andina Maratus Salma*, Marwa Ulia Hasanah, Wanda Dwi Aprilia, Nabila Yuliatus Syifa, Maelatul Husna, Wiwik Dwi Hastuti, Ahsan Romadlon Junaidi

Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia
*Penulis korespondensi, email: siti.andina.2301546@students.um.ac.id

https://doi.org/10.17977/2549-7774.006865

Article history
Submitted: 11 Agustus 2026
Revised: 11 September 2026
Accepted: 13 September 2026
Published: 30 Oktober 2026

Keywords
Autis
Pola tidur
Ritme Sirkadian
Sekolah Luar Biasa

Abstract
Gangguan tidur merupakan permasalahan umum pada peserta didik dengan Autisme Spectrum Disorder (ASD), dengan prevalensi mencapai 80 persen. Kondisi ini sering dikaitkan dengan disregulasi ritme sirkadian yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan eksternal, termasuk aktivitas sekolah dan rutinitas rumah. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh aktivitas dan lingkungan belajar di sekolah dan di rumah terhadap pembentukan pola tidur anak autis secara keseluruhan. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi terhadap tiga orang tua peserta didik dan dua guru kelas di SLB Autis Laboratorium UM. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan sekolah dengan pencahayaan alami yang cukup, aktivitas fisik terstruktur (seperti istirahat dan outing class), serta toleransi keterlambatan berkontribusi positif terhadap ritme sirkadian anak. Di lingkungan rumah, konsistensi rutinitas tidur, pengaturan lingkungan tidur yang gelap, serta sinkronisasi aktivitas antara ibu dan anak turut berperan penting. Namun, ditemukan ketidakkonsistenan akibat kebiasaan tidur siang, penggunaan gawai sebelum tidur, serta kurangnya koordinasi mendalam antara guru dan orang tua terkait pola tidur anak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kolaborasi dan keselarasan rutinitas antara sekolah dan rumah sangat krusial dalam membangun pola tidur yang sehat bagi peserta didik dengan autisme.

1. Introduction

Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia. Anak-anak dan remaja sangat memerlukan kualitas dan kuantitas tidur yang baik karena hal tersebut merupakan bagian yang penting dalam tumbuh kembang fisik dan mental anak. Namun, gangguan idur seringkali muncul pada individu dengan ASD dengan prevalensi yang lebih tinggi daripada anakanak tipikal (Galli et al., 2022) hingga 80% (Baker, 2026). Gangguan tidur dapat memengaruhi disregulasi emosi, kurangnya pemusatan perhatian (Baker, 2026; (Romeo et al., 2021). Beberapa gangguan tidur yang sering muncul pada kasus autisme antara lain, anak menolak untuk tidur, kesulitan untuk tidur dan tetap tertidur, siklus tidur dan bangun yang tidak teratur, parasomnia, dan gelisah saat tidur (Gupta et al., 2023). Kualitas tidur yang buruk tentu akan berpengaruh pada performa anak di sekolah serta memicu munculnya masalah perilaku pada anak.

Salah satu faktor biologis utama yang mengatur siklus tidur manusia adalah ritme sirkadian. Ritme sirkadian merupakan pola alami dalam fisiologi dan perilaku selama 24 jam tanpa adanya petunjuk waktu eksternal (Brennan et al., 2026). Kegiatan manusia seperti makan, berolahraga, jadwal tidur, dan jadwal kerja dapat secara tidak langsung memengaruhi ritme sirkadian. Dalam kasus autisme, disregulasi rite sirkadian sering muncul dikarenakan adanya ketidakselarasan ritme internal tubuh dengan lingkungan eksternal, sehingga menyebabkan fase tidur tertunda (Bruni et al., n.d.). Dalam hal ini, lingkungan eksternal dapat berarti pencahayaan kelas yang terlalu terang, tingkat kebisingan yang tinggi, jadwal istirahat yang tidak memadai, atau kegiatan belajar yang terlalu padat

Meskipun telah banyak penelitian yang membahas tentang gangguan tidur pada individu dengan spektrum autisme, belum banyak penelitian yang secara khusus mengeksplorasi peran lingkungan serta aktivitas di sekolah dalam memengaruhi ritme sirkadian bagi anak dengan autisme, padahal anak menghabiskan setidaknya 5 jam sehari di lingkungan sekolah. Interaksi anak di sekolah dan di rumah membangun pola tidur keseluruhan anak. Penelitian ini secara khusus mengkaji bagaimana interaksi jadwal anak di rumah dan di sekolah

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

membentuk pola tidur secara keseluruhan dari sudut pandang orang tua dan guru di sekolah. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh aktivitas dan lingkungan belajar di sekolah dan di rumah dalam membentuk pola tidur anak secara keseluruhan.

2. Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif untuk menggambarkan secara faktual fenomena pola tidur anak autis secara mendalam dalam konteks kehidupan nyata, baik di rumah maupun di sekolah. Pendekatan kualitatif merupakan pendekatan untuk membangun pernyataan pengetahuan berdasarkan perspektif konstruktif (misalnya, makna-makna yang bersumber dari pengalaman individu, nilai-nilai sosial dan sejarah dengan tujuan untuk membangun teori atau pengetahuan tertentu) atau berdasarkan perspektif partisipatori (misalnya: orientasi terhadap politik, isu, kolaborasi atau perubahan); atau keduanya (Fiantika et al., 2022). Pendekatan ini lebih memperhatikan proses, peristiwa, dan otentisitas, kehadiran peneliti cenderung eksplisit dalam situasi yang terbatas dan melibatkan subjek dalam jumlah yang relatif sedikit (Somantri, 2005). Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan pengaruh aktivitas dan lingkungan belajar di sekolah dan di rumah terhadap pola tidur anak secara keseluruhan. Informan dalam penelitian ini terdiri dari lima orang yang terdiri dari guru wali kelas dan orang tua peserta didik: tiga orang merupakan orang tua peserta didik autis di SLB Autis Laboratorium UM, OT, OT2, dan OT3, dan dua orang merupakan guru kelas di SLB Autis Laboratorium UM, GK1 dan GK2. Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pemilihan informan tidak dilakukan secara acak, melainkan dipilih sesuai dengan karakteristik, ciri, kriteria, dan sifat tertentu (Nasution, 2023). Dalam penelitian ini, informan memiliki latar belakang yang sama, namun memiliki pengalaman yang berbeda sebagai guru kelas dan orang tua yang sama-sama menangani anak dengan autisme dengan rentang usia 10-15 tahun. Adanya perbedaan latar belakang di antara informan tersebut akan memberikan keragaman data (Nasution, 2023) serta memberikan pemahaman yang lebih mendalam terhadap permasalahan pola tidur pada anak dengan autisme. Peneliti hanya menanyakan garis besar permasalahan dan cenderung aktif mendengarkan pemaparan dari informan.

3. Result and Discussion

3.1. Result

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan di SLB Autis Laboratorium UM, waktu belajar dimulai sejak pukul 08.00 hingga pukul 09.30 di ruang kelas. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan istirahat. Hampir seluruh peserta didik melakukan kegiatan di luar ruangan saat waktu istirahat dengan bermain di taman bermain dengan pengawasan oleh guru. Selepas istirahat, biasanya kegiatan dilanjutkan dengan makan siang, dan apabila kondisi peserta didik masih kondusif, guru akan melanjutkan pembelajaran serta memberikan penugasan. Berdasarkan penuturan dari GK1, terdapat peserta didik yang cenderung mampu mempertahankan fokus di pagi hari saja. Apabila hari sudah mulai siang, peserta didik akan sering mengantuk sehingga tidak kondusif untuk melanjutkan pembelajaran. Hal yang serupa juga dialami oleh GK2. Tidak semua peserta didik mampu melanjutkan pembelajaran setelah makan siang, sehingga guru hanya memberikan penugasan kepada beberapa peserta didik saja. Selain kegiatan pembelajaran, sekolah juga memastikan bahwa peserta didik menghabiskan waktu di luar ruangan dengan cukup. Tidak hanya melalui kegiatan bermain di sekolah, sekolah juga mengadakan kegiatan di luar kelas (*outing class*) secara berkala. GK2 menilai bahwa kegiatan seperti ini berpengaruh positif terhadap pola tidur anak di rumah karena aktivitas fisik membuat anak mudah lelah sehingga mampu tidur lebih awal. GK1 juga menjelaskan bahwa kegiatan *outing class* lebih menyenangkan daripada pembelajaran di kelas yang terkadang cenderung monoton. Terkait lingkungan fisik di sekolah, pencahayaan di sekolah berasal dari pencahayaan alami dan penggunaan lampu. Menurut keterangan dari GK2,pencahayaan kelas sedikit redup karena posisi kelas terhalang oleh pohon di luar sekolah. Oleh karena itu, guru menyiasati dengan menggunakan lampu saat pembelajaran. Namun, berdasarkan observasi yang dilakukan, kondisi kelas GK2 berbeda dengan kondisi di ruang kelas GK1 yang lebih terang karena mendapatkan lebih banyak pencahayaan alami. Menurut GK1, secara signifikan, kondisi pencahayaan, kebisingan, dan tata letak di sekolah tidak berpengaruh secara negatif terhadap kegiatan peserta didik di sekolah. Hal ini juga dibenarkan oleh GK2 yang menilai bahwa lingkungan sekolah sudah cukup nyaman untuk kegiatan peserta didik di sekolah. Akan tetapi, dalam kesempatan tertentu tingkat kebisingan meningkat karena posisi sekolah bersebelahan dengan panggung serbaguna yang sering digunakan untuk kegiatan tertentu yang menimbulkan kebisingan yang memicu hilangnya fokus peserta didik di kelas. Meskipun lingkungan sekolah sudah mendukung pembelajaran peserta didik di sekolah, tak jarang didapati peserta didik yang mengantuk di kelas.

Pola tidur sangat berpengaruh terhadap kondisi anak di sekolah, sehingga ketika peserta didik memiliki pola tidur yang tidak teratur, manifestasi perilaku yang muncul beragam. Sebagian ada yang merespons dengan kemarahan untuk mengungkapkan rasa kantuk yang dialaminya, hilang konsentrasi belajar, dan menangis. GK2 menjelaskan bahwa terdapat peserta didik yang memang dibiarkan tidur di kelas. Dalam beberapa kasus, terdapat peserta didik yang datang terlambat ke sekolah karena bangun terlambat. Aturan darisekolah memang mengharuskan peserta didik untuk datang tepat waktu, namun sekolah masih memberi toleransi. GK1 dan GK2 membenarkan adanya perbedaan yang signifikan terkait perbedaan perilaku anak yang memiliki pola tidur

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

teratur dengan yang tidak. Peserta didik yang memiliki pola tidur teratur mampu mempertahankan fokus lebih lama dan lebih tenang di dalam kelas. Guru juga sering berkomunikasi dengan orang tua ketika waktu penjemputan terkait pola tidur dan juga saran kegiatan yang bisa dilakukan orang tua di rumah untuk menjaga pola tidur anak agar teratur.

Untuk mengetahui aktivitas dan perilaku tidur peserta didik di rumah, peneliti melakukan wawancara dengan orang tua peserta didik, OT1, OT2, dan OT3. Kegiatan anak di rumah sepulang sekolah bervariasi, seperti tidur siang sepulang sekolah, melakukan kegiatan kreativitas seperti mewarnai atau bermain komputer, dan ada pula yang melakukan bimbingan belajar secara privat. Menurut penuturan dari OT2 dan OT3, anak jarang bahkan hampir tidak pernah tidur siang, tergantung kondisi tubuh anak. Tidur siang cenderung akan membuat ritme tidur anak berantakan karena akan membuat anak terbangun di tengah malam atau dini hari. Menurut OT3, apabila hal tersebut sudah terjadi, maka anak harus tidur siang, yang menyebabkan pola tidur kembali berantakan. Jam tidur malam peserta didik berkisar pada pukul 22.00 – 00.00, namun kebiasaan tidur dari penuturan ketiga informan cukup beragam. OT1 menjelaskan bahwa jam tidur anaknya berubah secara signifikan sejak masa pubertas, tidur malam menjadi tidak teratur. OT2 menuturkan bahwa tidur malam anaknya meniru kebiasaan orang tua, khususnya ibu yang sering melakukan olahraga sebelum tidur. Anak juga mengikuti olahraga seperti ibunya. Lain hal dengan OT3 yang menjelaskan bahwa anaknya sering terbangun apabila tertidur terlalu awal, sehingga sebisa mungkin OT3 mengusahakan agar anak tidur tidak kurang dari pukul 22.00 untuk mengantisipasi terbangun di tengah malam. Kebiasaan sebelum tidur setiap anak juga beragam. OT1 menuturkan bahwa anak sering menonton kartun sebelum tidur, sedangkan OT3 menuturkan bahwa anak sering mendengarkan musik atau bacaan Al-Qur'an melalui handphone. Berbeda dengan penuturan OT2 yang menjelaskan bahwa anak cenderung kurang tertarik dengan gawai atau televisi. Meskipun terdapat perbedaan kebiasaan sebelum tidur, ketiga informan memaparkan hal yang sama tentang lingkungan tidur anak. Ketiga informan sama-sama mematikan lampu dan memastikan ruangan gelap untuk memicu rasa kantuk anak. Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua pula, peneliti mendapati perbedaan perilaku dan kebiasaan anak ketika bangun tidur. OT2 membiasakan anak untuk tetap bangun pada waktu yang konsisten sekitar pukul 05.00, tidak peduli seberapa larut anak tidur, sehingga waktu tidur malam anak tidak bergeser. Dalam perilaku, OT1 dan OT3 memaparkan hal yang serupa: apabila anak kurang tidur dan makan, anak akan cenderung mudah marah karena suasana hatinya saat dibangunkan buruk. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari GK1 dan GK2.

3.2. Discussion

Untuk menggambarkan pengaruh aktivitas sekolah dan rutinitas di rumah dalam membangun pola tidur peserta didik dengan autisme, penting untuk memahami praktik yang sudah dilakukan olehpihak sekolah dan orang tua dalam membentuk pola tidur yang baik pada peserta didik dengan autisme. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilaksanakan di SLB Autis Laboratorium UM, diketahui bahwa lingkungan sekolah dan rumah sudah cukup mendukung ritme sirkadian anak melalui pengadaan lingkungan belajar dengan pencahayaan yang cukup, aktivitas fisik, serta pembiasaan waktu tidur dan bangun yang konsisten. Meskipun demikian, terdapat perbedaan kondisi anak sehingga masalah pola tidur muncul. Masalah pola tidur dan disrupsi ritme sirkadian merupakan kasus yang umum pada individu dengan autisme. Pola tidur tidak hanya dipengaruhi oleh ritme alami tubuh, tetapi juga oleh aktivitas dan lingkungan eksternal. Aktivitas fisik berkorelasi kuat dengan waktu tidur total individu dengan autisme (Weissenkampen et al., 2026). Dalam hal ini, sekolah konsisten memberikan waktu istirahat setidaknya 30 menit untuk anak beraktivitas di luar ruangan. Selain itu, pelaksanaan *outing class* secara berkala juga mendukung peningkatan aktivitas fisik untuk peserta didik dengan autisme. Walaupun peraturan sekolah menjelaskan bahwa persekolahan di mulai pukul 07.30, guru kelas memberikan masih memberikan toleransi terhadap peserta didik yang terlambat datang dikarenakan terlambat bangun pagi, ini merupakan salah satu upaya agar anak dapat tidur lebih lama sesuai dengan ritme tubuhnya (Magnúsdóttir et al., 2025) karena waktu mulai sekolah dan beban akademik merupakan sesuatu yang dapat dimodifikasi (Gaskin et al., 2024). Hal ini diharapkan mampu memberikan dampak positif pada pola tidur anak dan nantinya pada performa anak di kelas. Penggunaan pencahayaan alami di sekolah juga sejalan dengan penelitian tentang pengorganisasian kelas yang ideal untuk peserta didik dengan spektrum autisme. Pencahayaan dapat menciptakan kenyamanan serta meningkatkan konsentrasi peserta didik di kelas (Block, 2018). Tingkat kebisingan di sekolah juga tidak memengaruhi kondisi peserta didik secara signifikan; hanya dalam situasi tertentu, kebisingan meningkat dan memicu hilangnya fokus peserta didik.

Pola tidur tidak hanya dibangun di sekolah, tetapi juga terbentuk dari lingkungan rumah, mengingat tidur merupakan kegiatan yang utamanya berlangsung di rumah, sehingga peran keluarga penting untuk membangun pola tidur yang baik. Hampir semua fungsi fisiologis dan perilaku pada manusia bersifat ritmis, dan manusia cenderung menyelaraskan diri dengan mitra sosialnya saat berinteraksi satu sama lain, dalam suatu proses yang dikenal sebagai sinkronisasi antarpersonal (*interpersonal synchrony*) (Oded & Ilanit, 2020). Sesuai dengan pernyataan oleh OT2 yang menjelaskan bahwa peserta didik cenderung meniru aktivitas ibunya, hal ini selaras dengan penelitian yang menyatakan bahwa terdapat sinkronisasi aktivitas siang dan malam hari antara ibu dan anak (Brennan et al., 2026). Namun, masih ditemukan ketidakkonsistenan terhadap pola tidur yang disebabkan oleh tidur siang maupun pemberian gawai dan televisi yang menyebabkan terlambatnya waktu tidur anak. Ketiga informan sudah mengupayakan keteraturan pola tidur dan berusaha menghindari aktivitas yang dapat

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

menyebabkan waktu tidur bergeser, salah satunya adalah membangunkan anak pada waktu yang sama setiap harinya.

Adanya perbedaan konsistensi dan kondisi di rumah dan di sekolah menciptakan ketidakselarasan yang tidak berkesinambungan secara positif untuk pola tidur anak. Di sekolah, rutinitas anak cenderung terjadwal dan dapat diprediksi, sedangkan di rumah aktivitas anak kurang bisa diprediksi sehingga menyebabkan terganggunya ritme alami tubuh anak. Terdapat komunikasi antara guru dan orang tua, namun tidak dilakukan secara mendalam dan cenderung bersifat umum, tidak secara spesifik menyentuh aspek pola tidur anak. Kondisi ini menjadi catatan penting, sebab koordinasi yang baik antara guru dan orang tua dapat membentuk rutinitas yang konsisten sehingga berpotensi untuk memperkuat efektivitas yang sudah berjalan baik di sekolah maupun di lingkungan rumah. Dalam meningkatkan kualitas tidur peserta didik dengan autisme keselarasan dan kolaborasi antara guru dan orang tua menjadi sangat krusial.

4. Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa aktivitas sekolah seperti pemberian waktu istirahat di luar ruangan, pelaksanaan *outing class*, pencahayaan alami di kelas, serta toleransi terhadap keterlambatan datang ke sekolah telah mendukung penyesuaian ritme sirkadian dan membantu membangun pola tidur peserta didik autis di SLB Autis Laboratorium UM. Sementara itu, rutinitas di rumah berupa pengaturan lingkungan tidur yang gelap, pembangkitan pada waktu yang konsisten setiap hari, serta sinkronisasi aktivitas antara ibu dan anak juga berkontribusi positif, meskipun masih ditemukan tantangan seperti tidur siang yang tidak teratur dan penggunaan gawai sebelum tidur. Namun, terdapat ketidakselarasan antara rutinitas di sekolah yang terjadwal dan dapat diprediksi dengan rutinitas di rumah yang cenderung kurang konsisten, sehingga berpotensi mengganggu ritme alami tubuh anak. Selain itu, komunikasi antara guru dan orang tua masih bersifat umum dan belum secara spesifik membahas strategi penanganan pola tidur anak secara mendalam. Oleh karena itu, koordinasi dan kolaborasi yang lebih erat antara pihak sekolah dan keluarga menjadi faktor krusial untuk menciptakan kesinambungan positif dalam membangun pola tidur peserta didik dengan autisme.

Author Contributions

Seluruh penulis memiliki kontribusi yang sama terhadap artikel. Semua penulis telah membaca dan menyetujui versi akhir artikel.

Funding

Tidak ada pendanaan yang diterima.

Declaration of Conflicting Interests

Penulis menyatakan tidak ada potensi konflik kepentingan terhadap artikel yang berhubungan dengan penelitian, kepenulisan, dan/atau publikasi artikel ini

Declaration on AI Use

AI hanya digunakan untuk meningkatkan keterbacaan dan kualitas bahasa di bawah pengawasan ketat oleh manusia; tidak ada konten, gagasan, analisis, atau kesimpulan yang dihasilkan oleh AI.

References

ADDIN Mendeley Bibliography CSL_BIBLIOGRAPHY Baker, E. K. (2026). *Factor Structure of the Sleep Disturbance Scale for Children in a Cohort of Youth With Autism*. 6–11.

Block, S. M. (2018). *The Repository at St . Cloud State Classroom Design and its Influence on Students ' Performance Within the Autism Spectrum Diagnosis*.

Brennan, A., Wyse, C., Vasconcelos, M., Rudderham, L., Gallagher, L., & Lopez, L. M. (2026). *Synchronisation of circadian timing in families and the impact of autism : a scoping review*. 1–22.

Bruni, O., Breda, M., Mammarella, V., Mogavero, M. P., & Ferri, R. (n.d.). *Sleep and circadian disturbances in children with neurodevelopmental disorders*.

Fiantika, F., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, Sri, Mouw, E., Onata, Mashudi, I., Hasanah, N., Maharani, A., Ambarwati, K., Noflidaputri, R., Nuryami, & Waris, L. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Y. Novita (ed.)). PT. GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.

Galli, J., Loi, E., Visconti, L. M., Mattei, P., Eusebi, A., Calza, S., Fazzi, E., & Group, A. S. D. C. (2022). *Sleep Disturbances in Children Affected by Autism Spectrum Disorder*. *13*(February), 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.736696

Gaskin, C. J., Hargous, V., Stephens, L. D., Nyam, G., Yoong, S., Morrissey, B., Allender, S., Strugnell, C., Brown, V., & Lander, N. (2024). *Sleep behavioral outcomes of school-based interventions for promoting sleep health in children and adolescents aged 5 to 18 years : a systematic review*. *March*.

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

Gupta, M., Gupta, N., Fradkin, Y., & Petti, T. (2023). *Sleep Disturbances in Children and Adolescents with Autism Spectrum Disorder: An Overview for Clinicians*. 1–24. https://doi.org/10.2174/2210676613666230126115646

Magnúsdóttir, I., Magnúsdóttir, S., Karen, A., & Hilmisson, H. (2025). Efficacy of brief behavioral and sleep hygiene education with mindfulness intervention on sleep , social jetlag and mental health in adolescence : a pilot study. *Sleep and Breathing*. https://doi.org/10.1007/s11325-024-03238-3

Nasution, A. F. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif* (M. Albina (ed.)). CV. Harfa Creative.

Oded, M., & Ilanit, G. (2020). In and out of synchrony—Behavioral and physiological dynamics of dyadic interpersonal coordination. *Psychophysiology*, *57*(6). https://doi.org/10.1111/psyp.13574

Romeo, D. M., Brogna, C., Belli, A., Lucibello, S., Cutrona, C., Apicella, M., Mercuri, E., & Mariotti, P. (2021). *Sleep Disorders in Autism Spectrum Disorder Pre-School Children : An Evaluation Using the Sleep Disturbance Scale for Children*.

Somantri, G. R. (2005). Memahami Metode Kualitatif. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, *9*(2), 57. https://doi.org/10.7454/mssh.v9i2.122

Weissenkampen, J. D., Ghorai, A., Carneiro, T. N. R., Fasolino, M., Gehringer, B. N., Rajan, M., Dow, H. C., Kunatharaju, S., Roenneberg, T., Sebro, R., Rader, D. J., Keenan, B. T., Almasy, L., Brodkin, E. S., & Bućan, M. (2026). *Sleep and activity patterns in autism*. https://doi.org/10.1177/13623613251413538

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774