

UPAYA GURU DALAM MENANGANI ANAK *ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER*

Rina Mulyati

Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Tasikmalaya, Tasikmalaya

Nuritsa Istiqomah Abdillah

Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Tasikmalaya, Tasikmalaya

rinamulyati25@upi.edu ,nuritsa@upi.edu

Abstrak: Gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas ialah salah satu gangguan perkembangan yang banyak ditemukan pada anak usia dini yang harus ditangani secara khusus. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya guru dalam menangani anak *Attention Defisit Hiperaktivitas Disorder*. Metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur atau penelitian kepustakaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa upaya yang dapat dilakukan dalam menangani anak ADHD adalah melakukan kegiatan terapi permainan puzzle, permainan sensori. Selain itu guru juga dapat menentukan posisi duduk anak saat pembelajaran, memberikan informasi yang jelas, memanfaatkan energi anak dengan memberikan tugas dan melakukan konsultasi dengan ahli serta guru juga harus menciptakan suasana yang kondusif dengan penuh kesabaran.

Kata Kunci: *Anak usia dini, Hiperaktivitas*

Abstract: *Attention deficit hyperactivity disorder is one of the developmental disorders found in early childhood that must be handled specifically. The purpose of this research is to find out the teacher's efforts in dealing with Attention Deficit Hyperactivity Disorder children. The research method used is literature study or library research. The results showed that some of the efforts that can be made in dealing with ADHD children are doing puzzle game therapy activities, sensory games. In addition, teachers can also determine the child's sitting position during learning, provide clear information, utilize the child's energy by giving assignments and consulting with experts and teachers must also create a conducive atmosphere with patience.*

Keywords: *Early childhood, Hyperactivity*

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini bertugas memberikan upaya untuk membimbing, menstimulasi, mengasah, dan pemberian kegiatan yang akan menghasilkan anak dengan kemampuan dan keterampilannya (Dewi et al., 2020). Upaya tersebut tentunya harus dilakukan oleh guru kepada seluruh peserta didiknya termasuk anak berkebutuhan khusus yang memiliki permasalahan pada perkembangannya.

Seorang pendidik dituntut harus mampu mengenali setiap karakteristik masalah dalam perkembangan anak yang mengalami kesulitan, sehingga dapat memberikan penanganan yang tepat (Rozie et al., 2019).

Anak dengan kebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus sehubungan dengan perkembangan dan kelainan yang dialami anak (Amalia, 2018). Menurut UNY (dalam Amalia, 2018) mereka yang digolongkan pada anak yang

berkebutuhan khusus dapat diklasifikasikan berdasarkan gangguan atau kelainan pada aspek :1. Fisik/motorik: cerebral palsy, polio. 2. Kognitif : mental retardasi, anak unggul (berbakat). 3. Bahasa dan bicara. 4. Pendengaran. 5. Penglihatan. 6. Sosial emosi.

Salah satu dari anak dengan kebutuhan khusus yaitu anak dengan Attention Defisit/ Hyperactivity Disorder (ADHD) dan lebih sering disebut sebagai gangguan hiperaktif (Puji Utami et al., 2021). ADHD adalah gangguan perilaku yang ditandai dengan gejala inatensi, impulsive dan hiperaktifitas (Mulyadi, 2021). Anak dengan gangguan ADHD memerlukan penanganan khusus dengan baik. Anak hiperaktif dapat menjadi tantangan yang luar biasa bagi guru dan menghabiskan waktu dan kesabaran yang sangat banyak (Novita et al., 2021). Maka dari itu seorang guru harus mampu menghadapi anak dengan gangguan ADHD.

Berdasarkan uraian di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana upaya guru dalam menangani anak gangguan Attention Deficit Hiperactivity Disorder.

KAJIAN TEORITIK

Menurut Khotijah (2014) yang dimaksud anak ADHD ialah anak yang memiliki gangguan konsentrasi dalam menerima pelajaran dari gurunya, terutama dalam ketidakmampuan anak untuk memfokuskan perhatiannya pada satu hal. Perilaku yang terlihat pada anak yang memiliki gangguan ADHD yaitu cenderung bertindak ceroboh, mudah tersinggung, tidak memiliki kesabaran yang tinggi, sering membuat gaduh, berbicaranya yang terbelit-belit, selain itu mereka juga cenderung bergerak terus secara konstan dan tidak tenang (Amalia,

2018).

Gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas ialah salah satu gangguan

perkembangan yang banyak ditemukan pada anak usia dini. Meskipun demikian, jika orang tua membiarkan dan tidak memberikan penanganan yang tepat maka gangguan ini dapat terbawa hingga usia remaja dan dewasa. Gangguan ini sering disebut dengan istilah *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) atau disebut juga dengan istilah “hiperaktif” (Gunawan, 2021). Menurut Peternotte (2013), anak yang memiliki gangguan ini ialah anak-anak yang mengalami kesulitan dalam melakukan pemusatan perhatian, selain itu mereka kesulitan dalam penyelesaian tugas bukan karena tidak mampu untuk mengerjakan, tetapi karena mereka tidak dapat mengarahkan perhatian dan tenaga untuk mengerjakan tugas tersebut. (Gunawan, 2021)

Anak hiperaktif adalah anak yang sulit dalam berkonsentrasi, perhatiannya mudah beralih dari satu tempat ketempat yang lain, selain itu motoric yang berlebihan seperti anak suka berlari-lari di dalam kelas, berteriak-teriak dan susah dalam mengiku perintah atau susah untuk diatur oleh guru (Nunzairina et al., 2021). Anak yang mengalami gangguan hiperaktif mempunyai kesukaran dalam mengontrol perilakunya dan aktivitas yang dilakukan sering tidak tepat, tidak pantas dan anak melakukan semua itu sepanjang hari (Rafael Lisinus dan Pastiria Sembiring, 2020).

Munculnya gejala ADHD terlihat pada usia kanak-kanak. Mulai dari sulitnya berkonsentrasi, superaktif serta sulit dalam mengendalikan diri (Nurfadhilah et al., 2021). Berikut ini adalah faktor-faktor yang dapat mempengaruhi munculnya gejala ADHD menurut Baihaqi & Sugiarmun, 2014, yaitu sebagai berikut:

1. Faktor Genetika

Dari berbagai penelitian

yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ADHD adalah kondisi yang diturunkan secara genetic, selain

itu dikatakan juga bahwa ada hubungan antara ADHD dan DRD4 (Seven Repeat Form) yang merupakan salah satu jenis gen reseptor dopamine. Penurunan aktivitas dopaminergic sangat berpengaruh dalam menimbulkan gejala perilaku ADHD. Anak-anak memiliki resiko ADHD jika orang tua mereka memiliki ADHD. Demikian pula dalam studi kembar, jika seseorang mengalami ADHD, 70-80% dari si kembar juga mengalami ADHD.

2. Faktor Neurobiologis

Studi Neuroimaging (visualisasi otak) dengan menggunakan MRI, menemukan bahwa anak yang mengalami gangguan ADHD memiliki konteks prefrontal kanan yang lebih kecil dibandingkan dengan anak non-ADHD. Pada anak kembar identic, dimana hanya satu yang mengalami gangguan ADHD, ketidaknormalan struktur otak hanya tampak pada anak yang mengalami ADHD.

3. Diet, Alergi dan Zat Timah

Penelitian yang dilakukan pada tahun 1994 dan pada tahun 2001 menemukan bahwa gula bukanlah penyebab munculnya hiperaktif. Begitu pula dengan zat-zat yang ditambahkan dalam masakan, ataupun adanya paparan zat timah tidak besar pengaruhnya terhadap hiperaktif.

4. Faktor pre-natal

Tidak ditemukan hubungan langsung antara kondisi ibu selama hamil, dengan munculnya ADHD pada bayi. Namun asupan gizi dan kondisi ibu selama hamil, jelas akan mempengaruhi

perkembangan janin, baik pada sistem neurologi, jaringan otak hingga kondisi fisik.

Menurut Adiputra., et,al (2015) menyebutkan bahwa faktor resiko ADHD dapat disebabkan oleh riwayat berat badan lahir yang rendah (BBLR). Anak yang memiliki riwayat berat badan lahir rendah dapat menyebabkan meningkatnya resiko mengalami ADHD, karena berkaitan dengan fungsi otak yang sering dijumpai pada anak dengan riwayat ADHD. Sedangkan menurut Azmira (2015) mengungkapkan bahwa penyebab hiperaktif disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor genetic, faktor neurotransmitter, faktor neuro-fisiologis, faktor neuro-anatomi, faktor psikososial dan faktor lingkungan. Semua faktor yang telah disebutkan kemungkinan dapat menyebabkan anak mengalami hiperaktif (Adiputra et al., 2021).

Menurut Mulyadi dalam bukunya yang berjudul *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus* dijelaskan bahwa beberapa dampak dari gangguan ADHD adalah sebagai berikut.

- a. Hambatan dalam Respons Inhibisi Hambatan ini terjadi karena mereka tidak memiliki kapasitas untuk memikirkan berbagai tindakan yang ada. Mereka cenderung bergerak semaunya dan tidak dapat dihentikan dengan larangan apapun.
- b. Hambatan dalam *Working Memory* Anak dengan gangguan ADHD memiliki kemampuan menyimpan informasi kompleks yang sangat rendah. Biasanya mereka

hanya mengingat informasi yang mudah, misalnya pemahamannya atau tidak. Itupun mereka sulit memahami alasan mengapa harus “ya” dan kenapa harus “tidak”.

c. Hambatan dalam Regulasi diri

Anak yang mengidap ADHD memiliki kekurangan dalam mengelola emosinya saat dirinya ingin mencapai tujuan

sehingga seringkali mudah merasa sedih dan bingung saat situasi pada dirinya berubah dengan cepat. Bahkan pada situasi tertentu emosinya tidak dapat dikendalikan dengan baik.

Hambatan ini terjadi ketika semua rencana yang telah ada di pikirannya berubah, misalnya

- d. Hambatan dalam Mempertahankan atensi

Kelemahan pada anak ADHD adalah sulitnya mempertahankan atensi ketika ia mendapatkan tugas. Anak ADHD dengan mudah terstimulasi dari rangsangan luar untuk berhenti mengerjakan tugas. Dirinya akan merasa lelah dan bosan saat harus menyelesaikan tugasnya sampai tuntas.

- e. Hambatan Hambatan Dalam Membuat Perencanaan

Pada anak ADHD, kemampuan membuat rencana hingga mengerjakan pekerjaan sampai selesai tidak bisa dilakukan dengan baik.

- f. Hambatan dalam Mengatur waktu

Anak ADHD seringkali mengerjakan seluruh tugasnya saat mendekati *deadline*. Mereka tidak dapat mengukur waktu sehingga kerap kali mereka gagal menyelesaikan tugas yang diberikan guru.

- g. Hambatan dalam Membuat perilaku yang terarah dan menetap

Anak ADHD memiliki hambatan yang besar dalam menentukan arah perilakunya. Hal tersebut membuat dirinya tidak paham bagaimana harus mengerjakan pekerjaan hingga selesai.

- h. Hambatan untuk Fleksibel terhadap keadaan

ketika dirinya mendapatkan tugas tambahan dirinya akan panik karena adanya perubahan jadwal yang tiba-tiba sehingga dirinya tidak memiliki strategi untuk mengatasi masalahnya. Pada situasi mendesak dirinya akan tantrum.

- i. Hambatan dalam Metakognisi
 Kurangnya terasahnya keterampilan anak ADHD dalam menghadapi permasalahan seringkali membuat dirinya menjadi ceroboh dalam mengerjakan sesuatu.

a. Terapi Permainan *Puzzle*.

Permainan puzzle sangat cocok digunakan oleh guru untuk mengatasi anak yang hiperaktif karena permainan puzzle dapat mengendalikan sosial emosional anak, dapat menenangkan tingkah laku anak yang terlalu berlebihan seperti tidak berlari-lari, tidak mengganggu temannya

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literature atau penelitian kepustakaan. Dalam artikel ini peneliti menggunakan berbagai sumber tertulis seperti jurnal, artikel dan data-data yang relevan. Menurut danandjaja, 2014 (dalam Idhartono, 2020) Penelitian studi literature ialah cara peneliti mengumpulkan data menggunakan bahan referensi yang berhubungan dengan tujuan penelitian yang diambil. Penelitian studi literature merupakan kumpulan data dan informasi yang digunakan oleh peneliti yang diperoleh dari berbagai sumber contohnya seperti buku, dokumen, majalah, artikel dan lain sebagainya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil literatur dari beberapa artikel jurnal dan buku, ada banyak cara guru dalam menghadapi anak dengan gangguan ADHD, diantaranya sebagai berikut.

(Nunzairina et al., 2021). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh (Andriza & Mahdi, 2022), bermain *puzzle* dapat meningkatkan perhatian anak ADHD. Selain itu, bermain *puzzle* memberikan dampak yang baik bagi anak ADHD dimana perkembangan kognitif anak menjadi lebih baik, fokus anak meningkat serta menumbuhkan rasa tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas yang diberikan saat terapi. Maka dari itu, guru dapat media *puzzle* untuk mengatasi anak dengan gangguan ADHD.

b. Permainan Sensori

Guru dapat menggunakan permainan sensori saat pembelajaran karena permainan sensori motorik dapat disarankan untuk membantu menangani anak dengan gangguan ADHD terutamayang mengalami permasalahan konsentrasi. Dalam permainan subjek dilatih untuk dapat mematuhi aturan-aturan yang berlaku, menunggu giliran, dan konsentrasi (Rahmatul Azkiya, 2021).

Menurut Douchcty (dalam Khasanah et al., 2017) menyebutkan ada beberapa jenis bantuan yang dapat dilakukan oleh guru dalam menangani anak yang berperilaku hiperaktif, yaitu diantaranya:

- a. Penempatan posisi duduk anak harus berada paling depan dan berhadapan langsung dengan guru serta membelakangi anak-anak yang lain agar dapat mudah perhatian beralih pada hal-hal yang lain, atau ditempatkan pada posisi yang memungkinkan anak yang mengalami hiperaktif diam dan tidak mengganggu anak-anak lain.
- b. Pemberian informasi atau media pembelajaran harus jelas dan dapat menarik perhatian anak dan

dilakukan secara klasikal untuk semua anak dan dilanjutkan dengan

individual untuk anak yang hiperaktif.

- c. Memanfaatkan energi anak dengan memberikan tugas misalnya diperintah untuk menghapus papan tulis, mengajak anak bermain peran, membawa anak ke tempat wisata (dalam pembelajaran dan nada unsur pergerakan tubuh) hal ini dimaksudkan agar energi anak dapat tersalurkan.
- d. Konsultasi dengan yang ahlinya, yang bermaksud untuk memperoleh keterampilan atau teknis dalam membantu mengatasi masalah anak yang berperilaku hiperaktif.

Untuk melatih anak supaya fokus, guru harus menciptakan suasana belajar yang kondusif, perlakukan anak dengan penuh kesabaran.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam menangani anak dengan gangguan ADHD, upaya yang dapat dilakukan oleh guru adalah melakukan kegiatan terapi permainan puzzle, permainan sensori. Selain itu guru juga dapat menentukan posisi duduk anak saat pembelajaran, memberikan informasi yang jelas, memanfaatkan energi anak dengan memberikan tugas dan melakukan konsultasi dengan ahli serta guru juga harus menciptakan suasana yang kondusif dengan penuh kesabaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Yustikarini, N. L. A., Hana Yundari, A. A. I. D., Trisnadewi, N. W., & Oktaviani, N. P. W. (2021). Persepsi Guru Paud tentang Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun). *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 9.

<https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.263>

- Amalia, R. (2018). Intervensi terhadap Anak Usia Dini yang Mengalami Gangguan ADHD Melalui Pendekatan Kognitif Perilaku dan Alderian Play Therapy. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 27. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v2i1.4>
- Andriza, R., & Mahdi, A. (2022). Pengaruh Bermain Puzzle Untuk Meningkatkan Perhatian pada Anak ADHD di SLB N 1 Harau. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 3128–3134.
- Dewi, A. R. T., Mayasarokh, M., & Gustiana, E. (2020). Perilaku Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 4(01), 181–190. <https://doi.org/10.29408/jga.v4i01.2233>
- Gunawan, L. (2021). *Komunikasi Interpersonal Pada Anak Dengan Gangguan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd) ditemukan pada anak-anak di sekolah sehingga menghambat proses kegiatan pembelajaran adalah hiperaktif gangguan ditemui di sekolah . Anak usia dini yang s. 19(1), 49–68.*
- Idhartono, A. R. (2020). Studi Literatur : Analisis Pembelajaran Daring Anak Berkebutuhan Khusus di Masa Pandemi. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 3(3), 529–533. <https://doi.org/10.30605/jsgp.3.3.2020.541>
- Khasanah, H., Nurkhasanah, Y., & Riyadi, A. (2017). Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak Hiperaktif Di Mi Nurul Islam Ngaliyan Semarang. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 36(1), 1. <https://doi.org/10.21580/jid.v36i1.1623>
- Novita, F., Munawaroh, H., & Muntaqo, R. (2021). Menejemen Penanganan Perilaku Hiperaktif Anak Usia Dini di BA 'Aisyiah Watubelah. *Jurnal Tawadhu*, 5(2), 208–217.
- Nunzairina, N., Rusman, A. A., & Pertiwi, D. (2021). Strategi Guru Dalam Menangani Anak Yang Hiperaktif Melalui Terapi Permainan Puzzle Pada Kelompok A di Tk Swasta It Jabal Noor Medan Krio. *Jurnal Raudhah*, 9(2). <https://doi.org/10.30829/raudhah.v9i2.1301>
- Nurfadhilah, S., Prabandani, R. O., Rini, E. S., & Putri, A. A. (2021). Analisis Anak Berkebutuhan Khusus Ketunaan ADHD di SDN Petir 2 Kota Tangerang. *Yasin: Jurnal Pendidikan Dan Sosial Budaya*, 1(2), 192–203.
- Mulyadi, S. (2021). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus.*
- Puji Utami, R. D. L., Safitri, W., Bumi Pangesti, C., & Rakhmawati, N. (2021). Pengalaman Orang Tua Dalam Merawat Anak Dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 12(2), 222–230. <https://doi.org/10.34035/jk.v12i2.772>
- Rahmatul Azkiya, N. (2021). Permainan sensori motorik untuk meningkatkan konsentrasi pada anak dengan ADHD. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 9(4). <https://doi.org/10.22219/procedia.v9i4.16459>
- Rozie, F., Safitri, D., & Haryani, W. (2019). Peran Guru Dalam Penanganan Perilaku Anak Hiperaktif Di Tk Negeri 1 Samarinda. *Journal of Early Childhood Education (JECE)*, 1(2), 53–59. <https://doi.org/10.15408/jece.v1i2.12874>