

PERILAKU ANAK ADHD : PERKEMBANGAN DAN PENANGANAN DI CIBI MALANG

Frida Lolita Hapsari¹ fridalolita@gmail.com
Mukhammad Raihan Al Hakim² mukhammadraihanalhakim@gmail.com
Arifah Nabila³ arifahnabilah23@gmail.com
Muhammad Shohih Farid Wajdi⁴ shohih.faridpws@gmail.com
Tristiadi Ardi Ardani⁵

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman anak-anak dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktif (ADHD) serta efektivitas intervensi yang diterima. Metode yang digunakan meliputi observasi dan wawancara dengan anak-anak, orang tua, dan guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ADHD memiliki tiga tipe: inatensi, hiperaktif-impulsif, dan kombinasi. Anak-anak dengan tipe inatensi mengalami kesulitan dalam fokus, sedangkan yang hiperaktif-impulsif menunjukkan perilaku berlebihan. Intervensi seperti analisis perilaku terapan (ABA) dan Brain Gym terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial dan konsentrasi anak-anak. Dukungan emosional dari orang tua dan guru juga berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan terapi. Namun, penelitian ini mengidentifikasi kelemahan, seperti kurangnya pemahaman orang tua tentang ADHD yang dapat menghambat kemajuan terapi. Kerjasama yang erat antara terapis dan orang tua sangat penting untuk mendukung perkembangan anak-anak dengan ADHD. Implikasi penelitian ini menekankan perlunya edukasi yang memadai bagi orang tua dan kolaborasi yang lebih baik antara semua pihak terkait untuk meningkatkan kualitas hidup anak-anak dengan ADHD. Penelitian ini memberikan wawasan penting dalam memahami tantangan yang dihadapi anak-anak dengan ADHD dan strategi yang dapat diterapkan untuk membantu mereka mencapai potensi penuh dalam aspek akademik dan sosial.

Kata Kunci: ADHD, intervensi, keterampilan sosial, konsentrasi, dukungan emosional.

Abstract. This study aims to explore the experiences of children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) and the effectiveness of the interventions they receive. The methods employed include observations and interviews with children, parents, and teachers. The results indicate that ADHD has three types: inattentive, hyperactive-impulsive, and combined. Children with inattentive type struggle with focus, while those with hyperactive-impulsive type exhibit excessive behaviors. Interventions such as Applied Behavior Analysis (ABA) and Brain Gym have proven effective in enhancing children's social skills and concentration. Emotional support from parents and teachers significantly contributes to the success of the therapy. However, this study also identifies weaknesses, such as a lack of parental understanding of ADHD, which can hinder therapy progress. Close collaboration between therapists and parents is crucial to support the development of children with ADHD. The implications of this research emphasize the need for adequate education for parents and improved collaboration among all stakeholders to enhance the quality of life for children with ADHD. This study provides important insights into the challenges faced by children with ADHD and the strategies that can be implemented to help them reach their full potential in academic and social aspects.

Keyword: ADHD, intervention, social skills, concentration, emotional support.

Pendahuluan

Di era modern ini, perhatian terhadap anak-anak dengan gangguan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD) semakin meningkat. Fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa anak-anak dengan ADHD sering mengalami kesulitan dalam fokus, mengatur waktu, dan mengikuti instruksi, yang berdampak pada prestasi akademik mereka. Selain itu, mereka juga menghadapi tantangan dalam interaksi sosial, yang sangat penting untuk perkembangan emosional dan sosial mereka. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang efektif dalam penanganan ADHD untuk membantu anak-anak mencapai potensi penuh mereka.

Dasar teoritis yang melatarbelakangi penelitian ini adalah teori intervensi perilaku, yang menyatakan bahwa penguatan positif, struktur yang jelas, dan pelatihan keterampilan sosial merupakan metode yang efektif

untuk membantu anak-anak dengan ADHD. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa metode seperti modifikasi perilaku dan intervensi berbasis kelas dapat meningkatkan keterampilan sosial dan akademik anak-anak dengan ADHD. Namun, masih terdapat tantangan dalam implementasi strategi ini, terutama terkait dengan kurangnya edukasi bagi orang tua dan ketidakcocokan instruksi antara rumah dan sekolah.

Rationale dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi lebih dalam tentang efektivitas berbagai intervensi yang diterapkan pada anak-anak dengan ADHD, serta pentingnya kolaborasi antara terapis, orang tua, dan sekolah dalam mendukung perkembangan anak. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang lebih baik mengenai strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan konsentrasi dan keterampilan sosial anak-anak dengan ADHD, serta untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat menghambat efektivitas intervensi.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana efektivitas intervensi yang diterapkan pada anak-anak dengan ADHD dalam meningkatkan konsentrasi dan keterampilan sosial mereka?" Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis dan mengevaluasi berbagai metode intervensi yang digunakan, serta untuk memberikan rekomendasi bagi orang tua dan pendidik dalam mendukung anak-anak dengan ADHD.

Dasar-dasar teoritis dan penelitian sebelumnya dituliskan dengan dilengkapi oleh sumber-sumber yang valid (mencantumkan sitasi/kutipan). Terkait beberapa ketentuan dalam pengutipan, standar penulisan pengutipan mengacu pada *APA Styles*. Selain mengacu pada *APA Styles* untuk standar pengutipan, penulisan pendahuluan menggunakan bahasa Indonesia dengan berpedoman pada Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia (PUEBI), dengan menggunakan *font* calibri 11 pts (rata kanan-kiri/*justified*) dan spasi 1,15. Setelah menguraikan fenomena, kajian teoritis, penelitian terdahulu, bagian pendahuluan dilengkapi oleh *rationale* yang menjadi alasan mengapa penelitian dilakukan. Selanjutnya, pendahuluan diakhiri oleh rumusan yang ditutup dengan tujuan penelitian.

Landasan Teori

Gangguan Perhatian dan Hiperaktivitas (ADHD) merupakan kondisi neurodevelopmental yang memengaruhi banyak anak di seluruh dunia. Menurut (Koutsoklenis Athanasios & Honkasilta Juho, 2023), anak-anak dengan ADHD sering kali mengalami kesulitan dalam mempertahankan perhatian, mengatur waktu, dan mengikuti instruksi, yang dapat berdampak negatif pada prestasi akademik mereka. ADHD dapat dibagi menjadi tiga tipe: tipe dominan perhatian, tipe dominan hiperaktif-impulsif, dan tipe kombinasi. Pemahaman yang mendalam tentang karakteristik ADHD sangat penting dalam merancang intervensi yang tepat untuk membantu anak-anak ini.

Salah satu pendekatan yang banyak digunakan dalam penanganan ADHD adalah teori intervensi perilaku. Teori ini menekankan pentingnya penguatan positif, struktur yang jelas, dan pelatihan keterampilan sosial. (Abdul Latif et al., 2024) menjelaskan bahwa penguatan positif, seperti pujian atau hadiah, dapat meningkatkan frekuensi perilaku yang diinginkan pada anak-anak dengan ADHD. Selain itu, intervensi

berbasis kelas yang melibatkan instruksi yang jelas dan penggunaan jadwal visual juga terbukti efektif dalam membantu anak-anak tetap fokus.

Modifikasi perilaku adalah pendekatan lain yang relevan dalam konteks ADHD. Dillenburger (2009) menyatakan bahwa modifikasi perilaku berfokus pada hubungan fungsional antara perilaku dan konsekuensinya, serta prosedur yang dapat ditiru. Dalam hal ini, teknik-teknik modifikasi perilaku dapat membantu anak-anak belajar keterampilan sosial dan mengelola impuls mereka dengan cara yang terstruktur dan sistematis.

Dukungan sosial juga merupakan faktor penting dalam keberhasilan intervensi bagi anak-anak dengan ADHD. Rukli (2023) menekankan bahwa keterlibatan orang tua dan guru dalam proses terapi sangat penting untuk memastikan anak mendapatkan pelatihan yang konsisten. Dukungan emosional dari orang tua dan guru dapat membantu anak mengembangkan strategi untuk mengelola perilaku, meningkatkan keterampilan sosial, serta mendukung perkembangan akademis mereka.

Lingkungan belajar yang kondusif juga berperan penting dalam keberhasilan intervensi. (Amalia, 2018) menyatakan bahwa ruang terapi yang bersih dan tenang dapat membantu anak fokus selama sesi terapi. Lingkungan yang bebas dari distraksi dan teratur dapat meningkatkan kemampuan anak dalam mengelola impuls dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar.

Analisis perilaku terapan (ABA) dan *Brain Gym* dapat membantu meningkatkan keterampilan sosial dan konsentrasi anak-anak dengan ADHD. Kerjasama antara terapis dan orang tua sangat penting dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak, di mana orang tua berperan kunci dalam menerapkan strategi yang diberikan oleh terapis. Dengan pendekatan ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pengembangan strategi intervensi yang lebih efektif untuk anak-anak dengan ADHD, serta membantu mereka dalam mengatasi tantangan yang dihadapi dalam konteks akademik dan sosial.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, kami menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi pengalaman anak-anak yang didiagnosis dengan Gangguan Perhatian dan Hiperaktivitas (ADHD) serta intervensi yang mereka terima. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami fenomena yang kompleks dan mendalam, sedangkan desain studi kasus memberikan kesempatan untuk menganalisis konteks dan dinamika yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari subjek penelitian.

Subjek penelitian merupakan siswa-siswi yang bersekolah di sekolah dasar inklusif yang memiliki program dukungan untuk anak-anak dengan kebutuhan khusus. Data demografi ini penting untuk memberikan konteks yang lebih baik dalam analisis hasil penelitian.

Pengambilan data dilakukan melalui dua metode utama: observasi dan wawancara. Observasi dilakukan di lingkungan sekolah, di mana peneliti mencatat perilaku anak dalam situasi sosial dan akademik. Hal ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola perilaku, kesulitan yang dihadapi, serta respons terhadap intervensi yang diterima. Selain itu, wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan subjek, orang tua, dan guru untuk menggali pengalaman subjektif anak-anak dengan ADHD, serta pandangan orang tua dan guru mengenai efektivitas intervensi yang diterapkan.

Data yang diperoleh dari observasi dan wawancara akan dianalisis menggunakan pendekatan analisis tematik. Proses analisis dimulai dengan transkripsi wawancara secara verbatim untuk memastikan akurasi data. Selanjutnya, data tersebut akan dikode untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari pengalaman subjek. Setelah proses koding, tema-tema yang relevan akan dikelompokkan untuk memberikan gambaran yang lebih jelas tentang pengalaman anak-anak dengan ADHD dan efektivitas intervensi yang diterima. Peneliti kemudian akan menginterpretasikan hasil analisis dengan mengaitkan temuan dengan teori-teori yang relevan, serta memberikan rekomendasi untuk praktik intervensi yang lebih baik.

Dalam konteks intervensi, penting untuk memberikan dukungan emosional kepada anak dan keluarganya, serta membangun sistem koordinasi antara guru, pihak sekolah, terapis, dan orang tua. Lingkungan yang kondusif juga sangat berpengaruh terhadap kemampuan anak untuk fokus dan berpartisipasi aktif dalam sesi terapi. Selain itu, penerapan metode seperti analisis perilaku terapan (ABA) dan Brain Gym dapat membantu meningkatkan keterampilan sosial dan konsentrasi anak-anak dengan ADHD. Kerjasama antara terapis dan orang tua sangat penting dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak, di mana orang tua berperan kunci dalam menerapkan strategi yang diberikan oleh terapis. Dengan pendekatan ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pengembangan strategi intervensi yang lebih efektif untuk anak-anak dengan ADHD, serta membantu mereka dalam mengatasi tantangan yang dihadapi dalam konteks akademik dan sosial.

Hasil dan Pembahasan

Dalam penelitian ini, kami menemukan sejumlah temuan penting terkait pengalaman anak-anak dengan Gangguan Perhatian dan Hiperaktivitas (ADHD) serta efektivitas intervensi yang mereka terima. Melalui observasi dan wawancara dengan subjek, orang tua, dan guru, kami memperoleh wawasan mendalam mengenai tantangan yang dihadapi anak-anak dengan ADHD dan bagaimana intervensi dapat membantu mereka.

Anak-anak dengan ADHD menunjukkan pola perilaku yang bervariasi, tergantung pada tipe ADHD yang mereka miliki. Anak dengan tipe dominan perhatian cenderung mengalami kesulitan dalam fokus dan mengikuti instruksi, sedangkan anak dengan tipe hiperaktif-impulsif menunjukkan perilaku berlebihan seperti fidgeting dan berbicara tanpa henti. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan

bahwa anak-anak dengan ADHD sering kali kesulitan dalam mengatur waktu dan mengikuti instruksi, yang berdampak pada prestasi akademik mereka.

Intervensi yang diterima oleh anak-anak, seperti analisis perilaku terapan (ABA) dan metode Brain Gym, terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial dan konsentrasi mereka. Metode ABA, yang berfokus pada penguatan positif dan instruksi yang jelas, membantu anak-anak untuk mengubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi lebih positif. Dalam praktiknya, instruksi yang diberikan kepada anak-anak dilakukan secara berulang-ulang, yang terbukti meningkatkan durasi konsentrasi mereka. Selain itu, *Brain Gym*, yang melibatkan gerakan sederhana untuk mengoptimalkan fungsi otak, juga menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi dan komunikasi anak-anak dengan ADHD.

Kerjasama antara orang tua, guru, dan terapis sangat penting dalam mendukung perkembangan anak-anak dengan ADHD. Orang tua yang aktif terlibat dalam proses terapi dapat membantu anak mengembangkan strategi untuk mengelola perilaku dan meningkatkan keterampilan sosial. Penelitian ini menemukan bahwa dukungan emosional dari orang tua dan guru dapat meningkatkan efektivitas intervensi, yang sejalan dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam pengelolaan ADHD anak mereka sangat penting.

Namun, penelitian ini juga mengidentifikasi beberapa kelemahan, seperti kurangnya pemahaman orang tua tentang ADHD yang dapat menghambat kemajuan anak dalam terapi. Tanpa pemahaman yang cukup, orang tua mungkin tidak dapat menerapkan strategi yang diberikan oleh terapis secara efektif, sehingga anak tidak mendapatkan manfaat maksimal dari sesi terapi. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi yang memadai kepada orang tua agar mereka dapat mendukung anak dengan lebih efektif.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami pengalaman anak-anak dengan ADHD dan efektivitas intervensi yang diterima. Temuan ini menyoroti pentingnya kolaborasi antara orang tua, guru, dan terapis dalam mendukung perkembangan anak-anak dengan kebutuhan khusus, serta perlunya edukasi yang memadai bagi orang tua untuk meningkatkan hasil terapi.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi yang diterima oleh anak-anak dengan Gangguan Perhatian dan Hiperaktivitas (ADHD) memiliki keunggulan dalam meningkatkan keterampilan sosial dan konsentrasi mereka. Metode seperti analisis perilaku terapan (ABA) dan *Brain Gym* terbukti efektif dalam membantu anak-anak mengelola perilaku dan meningkatkan fokus belajar. Dukungan emosional dari orang tua dan guru juga berperan penting dalam keberhasilan terapi, menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan anak.

Namun, penelitian ini juga mengidentifikasi kelemahan, seperti kurangnya pemahaman orang tua tentang ADHD yang dapat menghambat kemajuan anak dalam terapi. Tanpa edukasi yang memadai, orang tua

mungkin tidak dapat menerapkan strategi yang diberikan oleh terapis secara efektif, sehingga anak tidak mendapatkan manfaat maksimal dari sesi terapi. Oleh karena itu, kolaborasi yang erat antara terapis dan orang tua sangat penting untuk mendukung perkembangan anak-anak dengan ADHD dan mencapai tujuan penelitian dalam meningkatkan kualitas hidup mereka.

Daftar Pustaka

- Abdul Latif, M., Kusumawardani, N., Ayuni, N., Margareta Sukma, T. A., & Febriayanti, H. (2024). Modifikasi
Perilaku Anak Usia Dini: Problematika Anak ADHD. *Jcr*, 1(2), 83–93. <https://doi.org/10.21107/njcr.v1i2.61>
- 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>
- Koutsoklenis Athanasios, & Honkasilta Juho. (2023). ADHD in the DSM-5-TR: What has changed and what has not. *Frontiers in Psychiatry*, 13(3).