

## **Pembelajaran Pada Anak ADHD**

**Hiis Karlenata<sup>1</sup>, Zalelah Tri Mutiara<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu  
Corresponding author e-mail: [hiiskarlenata07@gmail.com](mailto:hiiskarlenata07@gmail.com)

Article History: Received on 22 June 2024, Revised on 26 June 2024  
Published on 30 June 2024

**Abstrak:** Artikel ini bertujuan untuk mengetahui apa itu pengertian anak ADHD, penyebab pada anak ADHD, karakteristik anak ADHD, Pendidikan anak ADHD, permainan Pada anak ADHD. Anak ADHD adalah anak yang mengalami gangguan perkembangan saraf dan anak-anak yang mengalami gejala kurangnya perhatian, hiperaktif, dan karakterisasi klinis dan dapat menyulitkan mereka berinteraksi dirumah, sekolah, lingkungan kerja maupun lingkungan pergaulan. Penyebab dari anak ADHD itu sendiri adalah genetik pola makan dari orang tua saat mengandung anak, manajemen pengasuhan orang tua yang buruk, lingkungan seperti keracunan timbal, adiktif makanan, reaksi alergi sehingga menimbulkan hal yang tidak di inginkan seperti menunjukkan sikap menentang atau melanggar peraturan, susah untuk bersosialisasi dengan orang lain, kurangnya rasa percaya diri, kemampuan mengorganisasi yang buruk, cepat bosan, gelisah. Sangat penting bagi kita untuk mengetahui tentang anak ADHD agar kita tidak terkejut jika suatu saat nanti kita akan menemukan anak ADHD.

**Kata Kunci:** Pembelajaran Anak ADHD, Pendidikan, Permainan

### **INTRODUCTION**

Pentingnya pendidikan pada anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) pembiasaan senam otak dapat terlaksana dengan baik. Senam otak memiliki berbagai macam manfaat bagi anak-anak terutama anak yang mengalami kesulitan dalam belajar, gangguan hiperaktif, kerusakan otak, dan depresi. Pembiasaan senam otak dilakukan melalui rancangan yang disusun oleh guru sehingga dapat dilaksanakan dengan terjadwal (Lutfiana *et al.*, 2022).

Media pembelajaran yang dibutuhkan untuk ABK harus berbasis kreatif dan inovatif. Media pembelajaran disarankan berbasis digital. Intervensi digital berbasis aplikasi *web*, seluler maupun *virtual reality* yang dirancang sesuai prasyarat terapi anak ADHD dengan konsep per bagi anak ADHD lingkungan pendidikan dengan pendampingan yang tepat dapat berpengaruh pada keadaan emosi sosial anak. Permainan, cerita pendek, video animasi, penjadwalan dan catatan kegiatan harian dengan beberapa penugasan yang harus diselesaikan anak terbukti efektif dalam meningkatkan fungsi perhatian/atensi dan perilaku regulasi diri (emosi, perencanaan dan

pengorganisasian) anak dengan ADHD (Budiyarti *et al.*, 2022). Terapi musik dapat membantu mengurangi gejala hiperaktivitas pada anak ADHD (Nurfitriana *et al.*, 2019). Bagi anak ADHD lingkungan pendidikan dengan pendampingan yang tepat dapat berpengaruh pada keadaan emosi sosial anak (Situmorang, 2023). Menurut temuan tinjauan literatur ini, penggunaan komik untuk meningkatkan kemampuan literasi pada anak-anak dengan ADHD telah terbukti efektif, dan mungkin pilihan terbaik untuk meningkatkan fokus dan membantu anak-anak ADHD dalam belajar (Heni, 2022).

Adapun penelitian terdahulu tentang Anak ADHD yang pertama pendidikan inklusif untuk anak ADHD (Handayani, 2019). kedua variasi menu sehat dan etika makan anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di PAUD Griya Ananda Karangploso (Zahroh *et al.*, 2023). Ketiga, peran guru dan orang tua pada anak berdiagnosa ADHD di Sekolah Dasar Negeri Gondrong 4 (Nurfadhillah *et al.*, 2022). Keempat, pola pendampingan kepada anak ADHD (Siburian *et al.*, 2023). Kelima, analisis motivasi belajar pada siswa ADHD di SD Negeri 023 Samarinda Utara (Salim *et al.*, 2020). Konsentrasi anak dengan ADHD dapat ditingkatkan melalui intervensi dengan alat permainan edukatif. Hal ini dibuktikan dengan frekuensi fokus teralihkan berkurang setelah diberikan intervensi dan juga peningkatan durasi fokus saat mengerjakan tugas. Penerapan teknik modifikasi perilaku dengan *prompt* (*verbal prompt*, *gestural prompt*, *physical*) dan *reinforcement* (pujian, jempol, tos) terbukti merupakan intervensi yang mampu mendukung peningkatan konsentrasi pada anak ADHD (Sandrawati, 2019). Inatensi dan Impulsif. Dengan kondisi gejala seperti itu siswa ADHD harus mendapatkan pendekatan khusus seperti perhatian lebih dan dapat menanganinya dengan sabar tanpa melakukan tindakan kasar atau menghukum karena bisa mempengaruhi kondisi mental dalam diri siswa ADHD (Salim *et al.*, 2020).

Berdasarkan uraian di atas, maka penting dilakukan pengkajian literatur tentang pendidikan anak ADHD (*Attention Deficid Hyperactivity Disorder*). Adapun rumusan masalah dari kajian ini, meliputi: 1) apa pengertian anak ADHD?; 2) apa penyebab anak ADHD?; 3) bagaimana karakteristik anak ADHD?; 4) Bagaimana dampak ADHD terhadap Perkembangan anak?; 5) Bagaimana bentuk pendidikan anak ADHD?; 6) Bagaimana bentuk permainan anak ADHD?; 7) Bagaimana asesmen anak ADHD?; 8) Bagaimana bentuk analisis ADHD?. Sehingga tujuan dari kajian pendidikan anak ADHD ini, meliputi: 1) menelusuri pengertian anak ADHD, penyebab anak ADHD; 2) mengidentifikasi karakteristik anak ADHD, mengidentifikasi dampak ADHD terhadap perkembangan anak, pendidikan anak ADHD, mengidentifikasi permainan anak ADHD, mengidentifikasi asesmen anak ADHD.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Systematic Literature Review* (SLR). SLR merupakan kegiatan mereview yang terencana untuk menjawab pertanyaan penelitian yang dilakukan secara sistematis dan eksplisit untuk mengidentifikasi, menyeleksi dan mengevaluasi secara kritis hasil dari studi-studi yang terdahulu.

Ada enam tahapan dalam metode SLR yaitu: (1) perencanaan (menentukan objek penelitian); (2) pencarian literatur; (3) penilaian kriteria inklusi dan eksklusi; (4) penilaian

kualitas; (5) pengumpulan data; (6) analisis data (Triandini *et al.*, 2019). Rincian tahapan SLR dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Perencanaan (menentukan objek penelitian)

Langkah pertama dalam penelitian systematic literature review adalah menentukan objek penelitian. Objek penelitian dalam artikel ini adalah implementasi program pendidikan inklusif di sekolah. Kemudian menentukan pertanyaan penelitian (*Research Questions/RQ*) yang berkaitan dengan objek penelitian yang telah ditentukan sebelumnya. Pertanyaan penelitian (*RQ*) dalam artikel ini adalah sebagai:

RQ1: Apa saja konsep dasar pembelajaran pada anak ADHD?

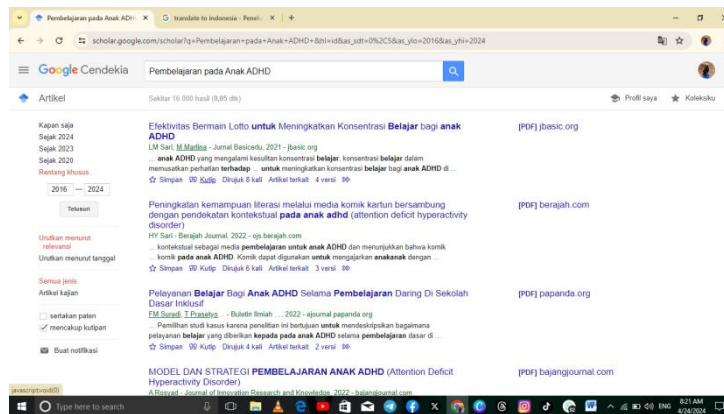
RQ2: Apa Faktor Penyebab Pada anak ADHD?

RQ3: Apa saja bentuk pembelajaran pada anak ADHD?

Kemudian ketiga pertanyaan tersebut akan dicari jawabannya melalui literatur review.

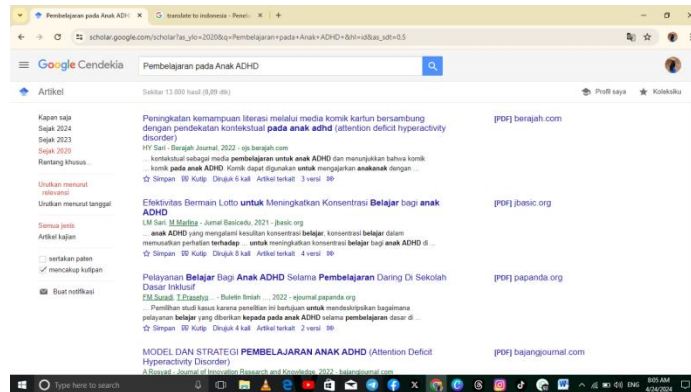
2) Pencarian literatur

Proses pencarian literatur (*literature search process*) adalah langkah yang dilakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang sudah ditentukan sebelumnya. Untuk mendapatkan sumber yang relevan dalam rangka menjawab pertanyaan tersebut, peneliti menggunakan mesin pencari *Google Chrome* dan memilih *Google Scholar* (alamat situs: <https://scholar.google.com/>). Hasil pencarian untuk kata kunci “Pembelajaran Pada Anak ADHD” diperoleh 16.000 artikel terkait yang terbit sejak tahun 2016 seperti ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Hasil pencarian artikel jurnal dengan kata kunci implementasi program inklusif di sekolah pada situs google scholar/google cendikia.

Karena banyaknya artikel terkait yang muncul, maka peneliti mempersempit ruang lingkup dengan hanya memilih artikel yang terbit mulai dari tahun 2020 dan ditemukan 13.800 artikel terkait. seperti ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 2. Artikel yang Terbit Mulai dari Tahun 2020

### 3) Penilaian kriteria Pembelajaran Pada anak ADHD

Langkah selanjutnya yang dilakukan yaitu pengecekan terhadap artikel ilmiah yang ditemukan apakah telah sesuai dengan objek dan pertanyaan penelitian dan kriteria yang digunakan. Setelah dilakukan pengecekan, maka diputuskan untuk pengambilan data yang digunakan merupakan artikel yang terbit pada tahun 2020 sampai dengan 2023 dan hanya artikel yang membahas tentang pembelajaran pada anak ADHD.

### 4) Penilaian kualitas

Setelah diperoleh artikel yang memuat tentang pembelajaran pada anak ADHD, maka dilakukan penilaian kualitas (*study quality assessment/QA*) dari hasil pencarian literatur. Penilaian kualitas pada penelitian ini mencakup kriteria sebagai berikut:

- QA 1: Apakah artikel jurnal memuat informasi tentang konsep dasar pembelajaran pada anak ADHD?
- QA 2: Apakah artikel jurnal memuat informasi tentang faktor penyebab pada anak ADHD?
- QA 3: Apakah artikel jurnal memuat informasi bentuk pembelajaran pada anak ADHD?

### 5) Pengumpulan data

Langkah selanjutnya yaitu memilih jurnal berdasarkan hasil penilaian kualitas untuk dianalisis lebih lanjut.

### 6) Analisis data

Langkah terakhir yaitu menganalisis data yang sudah diperoleh dengan cara menjawab pertanyaan penelitian berdasarkan literatur yang telah dikumpulkan.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil dari Pencarian Literatur, Penilaian Kriteria Inklusi dan Eksklusi, dan Penilaian Kualitas

Ketika dilakukan proses pencarian literatur pada situs Google Scholar, diperoleh hasil pencarian untuk kata kunci "Pembelajaran pada Anak ADHD" sebanyak 16.000 artikel terkait yang terbit sejak tahun 2016. Kemudian dilakukan penilaian kriteria inklusi terhadap hasil pencarian dengan membatasi tahun terbit artikel dari tahun 2020 sampai

dengan 2023 dan diperoleh hasil sebanyak 13.800 artikel terkait. Setelah ditelusuri lebih lanjut, ternyata kebanyakan artikel yang ditemukan dengan kata kunci yang sudah dijelaskan sebelumnya adalah artikel yang membahas Pembelajaran Pada Anak ADHD Oleh sebab itu bahasan tersebut tidak dipakai dalam penelitian ini dan setelah dilakukan penilaian eksklusi hanya tertinggal 6 artikel terkait.

Setelah dilakukan penilaian inklusi dan eksklusi, selanjutnya dilakukan penilaian kualitas yang merujuk pada tiga kriteria (QA1, QA2 dan QA3) yang dipaparkan sebelumnya. Hasil dari penilaian kualitas diperlihatkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil dari Penilaian Kualitas Artikel

No	Judul	QA1	QA2	QA3	Hasil
1	Pelayanan Belajar Bagi Anak ADHD Selama Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar Inklusif Maharani Suradi <i>et al.</i> , (2022)	V	V	V	√
2	Peningkatan kemampuan literasi melalui media komik kartun bersambung dengan pendekatan kontekstual pada anak adhd ( <i>attention deficit hyperactivity disorder</i> ) Heni (2022)	V	V	V	√
3	Program pembelajaran bagi siswa dengan ADHD di SDN Rejowinangun Yogyakarta. Prakoso & Novami (2023)	V	V	V	√
4	Strategi Guru dalam Menangani Anak ADHD (Attention Deficit Hiperactivity Disorder) dalam Pembelajaran di Kelas 2 SD Negeri Kalicacing 02 Salatiga. Rahmawati <i>et al.</i> (2024)	V	V	V	√
5	Perilaku Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dalam Proses Pembelajaran di Kelas Tinggi SD Negeri Cibodas 1 Kota Tangerang Nurfadhillah <i>et al.</i> (2024)	V	-	-	X
6	Strategi Pembelajaran Pendidikan Agama Kristen Untuk Anak Berkebutuhan Khusus Adhd (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). Rambe <i>et al.</i> (2023)	V	-	-	X

Deskripsi simbol:

- V = jika artikel memuat informasi yang diminta pada penilaian kualitas
- = jika artikel **tidak** memuat informasi yang diminta pada penilaian kualitas
- √ = artikel jurnal akan dilanjutkan untuk dianalisis
- x = artikel jurnal tidak dilanjutkan untuk dianalisis

Dari hasil penilaian kualitas artikel yang merujuk pada tiga kriteria (QA1, QA2 dan QA3) pada tabel di atas, diperoleh 34 artikel yang kemudian dilanjutkan untuk dianalisis.

## **Pembahasan**

### **Pengertian Anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*)**

ADHD adalah gangguan neurologis dan perkembangan saraf pada masa kanak-kanak yang ditandai dengan pola kurang perhatian, impulsif, gelisah, dan hiperaktif yang terus-menerus (Yadav *et al.*, 2021). Konsep kontemporer ADHD sebagaimana didefinisikan dalam DSM-IV-TR (American Psychiatric Association 2000) adalah relatif baru. Namun analisis literatur sejarah menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami gejala kurangnya perhatian, hiperaktif, dan Karakterisasi klinis, konsep yang mendasari, dan nomenklatur disfungsi yang dijelaskan telah berubah dari waktu ke waktu (Lange *et al.*, 2010).

ADHD dan dimensi perilaku yang mendasarinya yaitu kurangnya perhatian dan hiperaktif-impulsif - belum banyak diteliti pada wanita (Hinshaw *et al.*, 2022). ADHD merupakan gangguan perkembangan saraf yang umum terjadi pada masa kanak-kanak. Mengingat perubahan besar pada otak yang terjadi selama masa kanak-kanak dan masa remaja, penting untuk mengkaji perubahan longitudinal dari keduanya secara fungsional dan konektivitas otak struktural di seluruh perkembangan ADHD (Soman *et al.*, 2023).

Gangguan pemusatan perhatian/hiperaktivitas (ADHD) adalah gangguan perkembangan saraf yang sangat lazim dan heterogen pada anak-anak dan memiliki kemungkinan besar untuk bertahan di masa dewasa. Pengembangan strategi pengobatan individual, efisien, dan dapat diandalkan adalah dibatasi oleh kurangnya pemahaman tentang mekanisme saraf yang mendasarinya (Cao *et al.*, 2023). ADHD merupakan suatu kondisi yang mencakup disfungsi otak, ketika seseorang mengalami kesulitan dalam mengendalikan impuls, menghambat perilaku dan tidak mendukung rentang perhatian, atau rentang perhatian mudah dialihkan. Secara umum ADHD adalah suatu kondisi ketika seseorang memperlihatkan gejala-gejala kurang konsentrasi, hiperaktif dan impulsif yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan sebagian besar aktifitas hidup mereka (Zahroh *et al.*, 2023).

ADHD dapat diartikan sebagai hambatan dimana seseorang (anak) secara konsisten menunjukkan salah satu atau semua karakteristiknya dalam waktu yang lama, karakteristik-karakteristik tersebut yaitu *inattention* (kurangnya perhatian), hiperaktif, dan impulsif pada anak yang mengidap (Kristiana *et al.*, 2021). Anak yang ADHD kesulitan dalam memusatkan perhatian, hiperaktivitas, dan bertindak tanpa berpikir. Karakter anak ADHD itu selalu bergerak, sering lupa terhadap segala hal, kelebihan emosi, dan sering bingung tanpa sebab (Nooradila, 2023).

### **Penyebab Anak ADHD**

Penyebab anak menjadi ADHD diantaranya genetik pola makan dari orang tua saat mengandung anak, manajemen pengasuhan orang tua yang buruk, lingkungan seperti keracunan timbal, adiktif makanan, reaksi alergi, dan berada di lingkungan perokok. Hal-

hal seperti ini harus diketahui oleh orang tua dan guru sejak dini, sebagai antisipasi anak mengidap gejala ADHD jika tidak maka dapat berdampak terhadap perkembangan anak khususnya pada saat pembelajaran yang bisa berdampak pada masa depan anak, Faktor risiko yang diduga meningkatkan kejadian ADHD adalah genetik. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa bila orang tua mengalami ADHD, sebagian anak mereka dijumpai mengalami gangguan tersebut.

Faktor risiko lain adalah berbagai zat yang dikonsumsi oleh ibu saat hamil yaitu tembakau dan alkohol. Riwayat BBLR (Bayi Berat Badan Lahir Rendah) juga diduga dapat meningkatkan risiko kejadian ADHD pada anak, meskipun belum diketahui apakah gejala ADHD akan ada sampai anak menjadi dewasa (Awiria & Dariyanto, 2020). Penyebab pasti dari ADHD sampai saat ini masih belum ditemukan, namun beberapa faktor yang dilansir berpotensi dapat meningkatkan kemungkinan anak menyandang ADHD antara lain faktor keturunan, obat-obatan yang dikonsumsi ibu hamil, riwayat bayi BBLR (Bayi Berat Badan Lahir Rendah), faktor riwayat lahir *premature* (Nurfitriana *et al.*, 2019).

Gejala dini yang muncul pada anak ADHD adalah keterlambatan dalam kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi, kesulitan mempertahankan kontak mata, hiperaktif, perilaku meniru, perilaku marah, dan keterlambatan motorik halus. Upaya perawatan yang dilakukan orang tua adalah pembatasan akses gadget, diet, penerimaan keluarga, pengawasan, dan terapi (Utami *et al.*, 2021).

Gangguan ADHD dibagi ke dalam tiga bagian yaitu gangguan pemusatan perhatian, impulsivitas dan hiperaktivitas. Pertama, gangguan pemusatan perhatian dengan ciri-ciri yaitu anak kesulitan mempertahankan perhatian, kesulitan berkonsentrasi, kesulitan mendengarkan orang lain atau fokus dalam pembicaraan, serta tidak dapat menyelesaikan tugas dengan baik. Kedua, impulsivitas dengan ciri-ciri sering menjawab pertanyaan sebelum pertanyaan selesai diajukan, sering bertindak tanpa berpikir lebih dulu, sulit berkomunikasi dengan teman, cenderung agresif dan mengganggu orang lain. Ketiga, hiperaktivitas memiliki ciri-ciri tidak pernah bisa duduk diam dan tenang karena pasti harus bergerak, banyak menggerakkan tangan /kaki/mulut, berantakan karena tidak mandiri merapikan barang miliknya, serta kurang dapat bertanggung jawab.

Anak dengan gangguan ADHD memiliki kesulitan dalam melakukan penyesuaian sosial, terutama menjalin komunikasi dalam pertemanan. Secara garis besar, penulis berpendapat bahwa ketiga tokoh ini memiliki pendapat yang sejalan atau sama tentang karakteristik anak dengan gangguan ADHD (Gunawan, 2021). Kemunculan gejala ADHD dimulai pada usia anak-anak dan bersifat menahun. Gejala utamanya berupa hambatan konsentrasi (inatensi), pengendalian diri (impulsifitas), dan hiperaktifitas. Efektifitas prosedur psikoterapi secara umum dapat dilakukan melalui pendekatan perilaku, pendekatan farmakologi, dan pendekatan multimodal atau gabungan (Wahidah, 2018).

Sebagian besar, anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) menunjukkan gejala utama yaitu aktivitas yang berlebihan, tidak dapat diam, selalu ingin bergerak, tidak mampu memusatkan perhatiannya dan menunjukkan impulsivitas yang mengakibatkan anak memiliki kesulitan belajar dan kesulitan berinteraksi dengan anak lain. Selain itu, gangguan ini berasal fungsi otak yang kronis, yang mengakibatkan fungsi kognitif tidak berkembang sesuai usia anak normal lainnya (Hayati & Apsari, 2019).

Secara umum ADHD adalah suatu kondisi ketika seseorang memperlihatkan gejala-gejala kurang konsentrasi, hiperaktif dan impulsif yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan sebagian besar aktifitas hidup mereka (Nurfadhillah et al., 2022). ADHD mencakup disfungsi otak, ketika seseorang mengalami kesulitan dalam mengendalikan impuls, menghambat perilaku dan tidak mendukung rentang perhatian, atau rentang perhatian mudah dialihkan.

### **Karakteristik anak ADHD**

Karakteristik anak dengan gangguan ADHD yang mengalami hambatan komunikasi interpersonal adalah mereka yang kesulitan untuk dapat memusatkan perhatian dan fokus terlibat dalam pembicaraan secara langsung, mereka kesulitan untuk dapat sabar mendengarkan sehingga informasi yang diterima dapat salah dipahami, mereka memiliki keterbatasan dalam pendengaran, penglihatan, berpikir maupun berbicara. Selain itu, mereka kesulitan memahami dan memaknai simbol-simbol yang digunakan dalam komunikasi serta kesulitan mengatur emosi sehingga seringkali bermasalah dalam pertemanan dan interaksi social (Gunawan, 2021).

Karakteristik anak ADHD yaitu menunjukkan sikap menentang atau melanggar peraturan, susah untuk bersosialisasi dengan orang lain, kurangnya rasa percaya diri, kemampuan mengorganisasi yang buruk, cepat bosan, gelisah, sering terburu-buru dalam mengambil keputusan (Chelvanathan *et al.*, 2023). Anak dengan gangguan ADHD memiliki hambatan komunikasi interpersonal yang disebabkan oleh karakteristik gangguan pemusatan perhatian, impulsivitas dan hiperaktivitas. Berbeda dengan gangguan berbahasa yang mengalami hambatan komunikasi karena disebabkan oleh terhambatnya proses pemerolehan bahasa dan perkembangan bahasa dan gangguan kesulitan berbicara. yang mengalami hambatan komunikasi karena disebabkan oleh pengalaman traumatis di masa lalu yang membuat anak sulit melakukan interaksi sosial (Gunawan, 2021).

Pola asuh demokratis akan menghasilkan karakteristik anak-anak yang mandiri, dapat mengontrol diri, mempunyai hubungan baik dengan teman-temannya. Selain itu orang tua memberikan stimulasi perkembangan motorik halus anak hiperaktif dengan membantu anak menggambar dan menulis (Anggraeni, 2019). Anak dengan ADHD memiliki karakteristik yaitu mengalami gangguan pemusatan perhatian, gangguan pengendalian diri dan gangguan aktivitas yang berlebihan. Karakteristik gangguan autisme pada sebagian individu sudah mulai muncul sejak bayi (Saputri *et al.*, 2023).

### **Dampak ADHD terhadap Perkembangan Anak**

Dampak akan menyulitkan penderita dalam kehidupannya baik itu ketika berinteraksi di rumah, sekolah, lingkungan kerja maupun lingkungan pergaulan karena mereka biasanya cenderung tidak mampu mengikuti aturan yang berlaku ditempat tersebut dan melakukan sesuatu hal yang tidak seharusnya dilakukan (Silitonga et al., 2023). Adapun dampak yang terjadi akibat perilaku ADHD mempengaruhi tiga aspek yang meliputi (1) dampak terhadap proses pembelajaran atau pendidikan, (2) dampak terhadap perilaku siswa dalam proses pembelajaran dan, (3) dampak terhadap aspek sosial siswa dalam proses pembelajaran (Wakhaj & Rofiah, 2018).



## **Pendidikan Anak ADHD**

Pendidikan bagi anak ADHD merupakan hal yang harus diperhatikan bagi orang tua maupun guru anak ADHD mengingat kondisi anak ADHD yang berbeda dari anak reguler pada umumnya. Dalam bab ini akan membahas materi terkait sistem sekolah, belajar dan pengajaran, mengatasi perbedaan belajar dan perilaku di ruang kelas: beberapa pertimbangan umum, dan manajemen anak ADHD.

### 1. Sistem sekolah

#### a. Struktur untuk anak-anak dengan ADHD

Struktur adalah salah satu kata yang paling menantang yang akan mereka temui, karena mengganggu rutinitas. Namun, kebenarannya, sama halnya dengan anak pada umumnya, mereka membutuhkan dan akan merespons dengan baik, jika sistem yang ada tepat. Struktur hanya dapat dicapai melalui penerapan sistem yang konsisten. Jadwal pelajaran reguler dan tidak berubah dari Senin hingga Jumat sangat ideal.

#### b. Sistem perilaku bersamaan dengan struktur sekolah

Sistem perilaku diperlukan, yang mencerminkan kinerja positif dan negatif. Token, stiker, bagan bintang, dan sertifikat hanyalah beberapa contohnya. Anak-anak dengan ADHD harus memiliki konsekuensi langsung terhadap perilaku mereka. Mereka tidak mungkin termotivasi oleh target jangka panjang yang tersedia untuk semua, seperti mendapatkan laporan akhir jangka panjang yang bagus. Imbalan langsung, konsisten, dan nyata seperti yang disebutkan di atas sangat penting agar sistem perilaku bekerja.

#### c. Hubungan teman sebaya sekolah memiliki peran penting dalam mengembangkan keterampilan sosial anak-anak.

Bagi banyak orang, faktor kesenangan utama masuk sekolah adalah melihat teman-teman mereka. Karena itu, masalah besar kemungkinan akan muncul jika mereka mengalami kesulitan dalam menjalin pertemanan dengan anak-anak lain.

### 2. Pengajaran dan Pembelajaran

#### a. Diferensiasi metode pengajaran tradisional kemungkinan akan menyulitkan anak-anak dengan ADHD dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Hal ini terjadi karena guru tidak banyak bergerak, masih menggunakan kapur tulis, sehingga dinilai gagal dalam memenuhi kebutuhan anak ADHD yang memiliki gaya belajar kinestetik.

#### b. Fleksibilitas Seperti yang telah dibahas sebelumnya bahwa anak dengan ADHD membutuhkan aturan dan rutinitas. Harapan kepatuhan total akan menyebabkan konflik. Membangun hubungan jangka panjang antara guru dan anak dalam kasus anak-anak dengan 32 ADHD membutuhkan struktur yang ketat dengan tingkat fleksibilitas yang tinggi.

#### c. Penguatan positif seperti disebutkan sebelumnya, penghargaan terhadap motivasi yang ditunjukkan oleh masing-masing perlu diberikan walaupun guru kesulitan untuk menemukan motivasi pada anak. Jangan takut untuk bertanya kepada anak, melibatkan orang tua dan menawarkan berbagai bentuk hadiah dapat dipilih untuk mempertahankan minat. Namun, sering kali ketika anak dengan ADHD siap memanfaatkan kekuatan positif yang sudah ditawarkan oleh sekolah kemungkinan tidak diinginkan oleh anak.

- d. Mengatasi perbedaan belajar dan perilaku di ruang kelas: beberapa pertimbangan umum mengajar siswa dengan beragam kebutuhan telah menjadi norma di sebagian besar ruang kelas di Inggris Kolumbia. Beberapa dekade yang lalu, siswa yang mengalami kesulitan mencapai kesuksesan dalam sistem sekolah, cukup berhenti sekolah dan langsung memasuki dunia kerja. Namun, karena pasar kerja menjadi lebih kompetitif, kelulusan sekolah menengah telah menjadi persyaratan minimum. Selama bertahun-tahun, para pendidik bekerja untuk mengimbangi perubahan ini. Namun dalam kasus ini, profesional lain mungkin dapat membantu dalam merencanakan program yang efektif untuk siswa dengan ADHD.
  - e. Kolaborasi informal jika siswa terus berjuang setelah penyesuaian dilakukan, guru kelas melalui konsultasi dengan orang tua, harus mencari dukungan dari personil di sekolah lainnya
  - f. Pegalihan/rujukan ke tim berbasis sekolah saat menangani rujukan untuk siswa dengan ADHD, tim berbasis sekolah harus: menugaskan seorang manajer kasus, memberi guru kelas strategi pembelajaran yang memungkinkan, mengoordinasikan layanan untuk setiap siswa yang dirujuk, memastikan pengembangan rencana pendidikan individu (PPI), bila sesuai, dan membuat rujukan ke sekolah, komunitas atau lembaga lain yang memberi pelayanan.
  - g. Pegalihan/rujukan ke layanan berbasis wilayah layanan psikologi sekolah adalah sumber daya berbasis wilayah atau kawasan untuk membantu guru dan orang tua merencanakan program pendidikan untuk siswa. Beberapa wilayah memiliki psikolog sekolah sebagai bagian dari staf mereka, yang bekerja dari kantor wilayah atau pusat layanan siswa. Wilayah lain mengontrak psikolog swasta untuk menyelesaikan penilaian kebutuhan belajar siswa.
  - h. Pegalihan/rujukan orang tua ke layanan berbasis masyarakat.  
Jika informasi yang dikumpulkan tentang seorang siswa menunjukkan bahwa ia mengalami ADHD atau kondisi medis lain yang mempengaruhi tingkat perhatian, impulsif dan / atau aktivitas, orang tua dapat membuat rujukan ke dokter atau psikolog terdaftar untuk membuat diagnosis formal.
3. Manajemen anak ADHD siswa dengan ADHD dapat mengambil manfaat dari penyesuaian beberapa aspek kehidupan mereka. Jika orang tua dan pendidik, bersama dengan penyedia layanan lainnya, dapat bekerja bersama untuk membantu siswa ADHD, maka mereka lebih cenderung menjadi orang dewasa yang mandiri. Kombinasi dari konseling individu dan keluarga, pelatihan orang tua dan kelompok pendukung, program pendidikan yang terstruktur dengan tepat, dan kadang-kadang pengobatan dapat direkomendasikan.
    - a. Meningkatkan pemahaman tentang ADHD.  
Elemen paling mendasar dalam mengelola gangguan ini secara efektif adalah meningkatkan pemahaman tentang anak ADHD pada guru, orang tua, dan siswa dengan ADHD sendiri.
    - b. Peningkatan keterampilan untuk mengelola siswa dengan ADHD.  
Ketika pendidik memiliki pemahaman menyeluruh tentang strategi manajemen ADHD, mereka dapat merencanakan dan menyediakan kegiatan sehari-hari yang sesuai bagi siswa dengan ADHD. Banyak kegiatan pengembangan profesional

- guru mengajarkan keterampilan untuk mengelola dan memperkuat perilaku yang sesuai.
- c. Meningkatkan harga diri pada siswa ADHD siswa dengan ADHD juga perlu mengembangkan pemahaman tentang gangguan ADHD tersebut. Guru dapat menjadi bagian dari sistem pendukung untuk membantu siswa dalam 39 pemahaman dan penerimaan diri. Dukungan seorang guru telah terbukti sebagai salah satu yang berpengaruh positif dan signifikan pada siswa dengan ADHD.
  - d. Restrukturisasi lingkungan siswa dengan ADHD biasanya memiliki keterampilan manajemen diri yang kurang berkembang yang memengaruhi kemampuan mereka untuk merencanakan dan melaksanakan tugas sampai selesai.
  - e. Peningkatan komunikasi sekolah-rumah guru didorong untuk bekerja sama dengan orang tua untuk mendukung siswa dengan ADHD. Misalnya, buku komunikasi yang ditandatangani oleh orang tua dapat digunakan untuk memastikan bahwa orang tua mengetahui masalah yang muncul di kelas dan guru mengetahui masalah yang timbul di rumah.
  - f. Layanan dukungan berbasis Sekolah Siswa dengan ADHD harus menerima layanan dukungan berbasis sekolah jika gangguan secara signifikan mempengaruhi kinerja sekolah mereka. Diperkirakan 25% siswa dengan ADHD juga memiliki ketidakmampuan belajar. Intervensi medis Rencana intervensi untuk beberapa siswa dengan ADHD dapat mencakup perawatan farmakologis. Sementara media telah menggambarkan banyak kontroversi tentang penggunaan obat untuk mengobati ADHD, penelitian ilmiah menggambarkan obat sebagai salah satu perawatan paling efektif untuk gangguan ini (Syariah & Ilmu, 2022).

### **Permainan Anak ADHD (*Attention Deficid Hyeperactivity Disorder*)**

Terapi permainan sosialisasi efektif diberikan pada anak dengan ADHD untuk menurunkan perilaku impulsif mereka. Semakin sering terapi ini diberikan maka semakin rendah perilaku impulsif yang dimiliki anak-anak ADHD ini. Tingkat penurunan perilaku impulsif juga bisa dikatakan signifikan (Erinta & Budiani, 2012). telah dilakukan disimpulkan bahwa, terapi bermain berbasis CBPT (Cognitive Behavioral Play Therapy) efektif dapat meningkatkan perilaku konsentrasi anak ADHD (Kholilah & Solichatun, 2018). Permainan *bowling* adaptif terhadap peningkatan kemampuan koordinasi gerak mata dan tangan pada anak ADHD. Banyaknya pengamatan dari tes perbuatan yang dilakukan adalah selama dua belas hari, lima hari kondisi baseline dan tujuh hari kondisi intervensi (Amin, 2012). Permainan sensori motorik dapat disarankan untuk membantu menangani anak dengan gangguan ADHD terutama yang mengalami permasalahan konsentrasi. Dalam permainan subjek dilatih untuk dapat mematuhi aturan-aturan yang berlaku, menunggu giliran, dan konsentrasi (Rahmatul Azkiya, 2021).

### **KESIMPULAN**

Dapat ditarik kesimpulan bahwa anak ADHD adalah anak yang mengalami gangguan perkembangan saraf dan anak-anak yang mengalami gejala kurangnya perhatian, hiperaktif, dan karakterisasi klinis dan dapat menyulitkan mereka berinteraksi

dirumah, sekolah, lingkungan kerja maupun lingkungan pergaulan. Penyebab dari anak ADHD itu sendiri adalah genetik pola makan dari orang tua saat mengandung anak, manajemen pengasuhan orang tua yang buruk, lingkungan seperti keracunan timbal, adiktif makanan, reaksi alergi sehingga menimbulkan hal yang tidak di inginkan seperti Menunjukkan sikap menentang atau melanggar peraturan, susah untuk bersosialisasi dengan orang lain, kurangnya rasa percaya diri, kemampuan mengorganisasi yang buruk, cepat bosan, gelisah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Ibu Dr. Nova Asvio, M.Pd yang telah membimbing Kami dalam pembuatan artikel ini dan pihak-pihak yang telah memberi dukungan kepada kami sehingga Artikel ini bisa diselesaikan dengan baik .

## DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M. A. (2012). Meningkatkan Kemampuan Koordinasi Gerak Mata Dan Tangan Melalui Permainan Bowling Adaptif Pada Anak Adhd Attention Deficit Hyperactive Disorder. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 1(2), 248–259. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/jupekhu>
- Anggara, O. F., & Satiningsih, S. (2021). Penyusunan Asesmen Kebutuhan Anak dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktifitas (GPPH). *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 12(2), 195–207. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v12i2.12495>
- Anggraeni, A. D. (2019). Studi Fenomenologi: Pola Asuh Orangtua Pada Pembelajaran Motorik Halus Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd) Usia Pra Sekolah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 10(2), 106–109. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v10i2.89>
- Awiria, A., & Dariyanto, D. (2020). Analisis faktor-faktor penyebab Anak menjadi Attention Deficit Hyperactive Disorder di SDN Teluk Pucung 01 Kota Bekasi. *WACANA AKADEMIKA: Majalah Ilmiah Kependidikan*, 4(2), 141. <https://doi.org/10.30738/wa.v4i2.8503>
- Budiyarti, L., Agustini, N., & Rachmawati, I. N. (2022). Manfaat Intervensi Berbasis Digital Terapeutik terhadap Peningkatan Atensi dan Perilaku Regulasi Diri pada Anak ADHD. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(1), 117–127. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i1.3325>
- Cao, M., Martin, E., & Li, X. (2023). Machine learning in attention-deficit/hyperactivity disorder: new approaches toward understanding the neural mechanisms. *Translational Psychiatry*, 13(1), 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41398-023-02536-w>
- Erinta, D., & Budiani, M. S. (2012). Efektivitas Penerapan Terapi Permainan Sosialisasi Untuk Menurunkan Perilaku Impulsif Pada Anak Dengan Attention Deficit Hyperactive Disorder (Adhd). *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 3(1), 67. <https://doi.org/10.26740/jptt.v3n1.p67-78>
- Gunawan, L. (2021). Komunikasi Interpersonal pada Anak dengan Gangguan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). *Psiko Edukasi*, 19(1), 49–68.

<https://ejournal.atmajaya.ac.id/index.php/psikoedukasi/article/view/3499/1607>

- Handayani, I. N. (2019). Pendidikan Inklusif untuk Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). *Aciece*, 4, 291–302. <http://conference.uin-suka.ac.id/index.php/aciece/article/view/140>
- Hayati, D. L., & Apsari, N. C. (2019). Pelayanan Khusus Bagi Anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) di Sekolah Inklusif. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 6(1), 108–122. <http://journal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/22497>
- Heni, S. (2022). Peningkatan Kemampuan Literasi Melalui Media Komik Kartun Bersambung Dengan Pendekatan Kontekstual Pada Anak Adhd (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). *Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2 Nomer 4, 889–898.
- Hinshaw, S. P., Nguyen, P. T., O’Grady, S. M., & Rosenthal, E. A. (2022). Annual Research Review: Attention-deficit/hyperactivity disorder in girls and women: underrepresentation, longitudinal processes, and key directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 63(4), 484–496. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13480>
- Ika Febrian Kristiana, C. G. W. (2021). *Buku ajar psikologi anak berkebutuhan khusus 1*. 1–110.
- Iskandar Yahya Arulampalam Kunaraj P.Chelvanathan, A. A. A. B. (2023). Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus. *Journal of Engineering Research*, 2(3), 11155–11179.
- Kholilah, E., & Solichatun, Y. (2018). Terapi Bermain Dengan CBPT (Cognitive Behavior Play Therapy) Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak ADHD. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15(1), 41. <https://doi.org/10.18860/psi.v15i1.6662>
- Lange, K. W., Reichl, S., Lange, K. M., Tucha, L., & Tucha, O. (2010). The history of attention deficit hyperactivity disorder. *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, 2(4), 241–255. <https://doi.org/10.1007/s12402-010-0045-8>
- Lutfiana, F., Kusumastuti, N., Sukmono, N. D., Studi, P., Guru, P., Stkip, P., & Ngawi, M. (2022). PEDAGOGI: Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini PEMBIASAAN SENAM OTAK UNTUK MENINGKATKAN KONSENTRASI PADA ANAK ADHD TK BERANDA ISTIMEWA KABUPATEN NGAWI. *PEDAGOGI: Jurnal Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 159–166.
- Maharani Suradi, F., Prasetyo, T., & Rasmitadila, R. (2022). Pelayanan Belajar Bagi Anak ADHD Selama Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar Inklusif. *Buletin Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.56916/bip.v1i1.213>
- Nooradila, M. and H. (2023). PENGARUH PENDIDIKAN AGAMA ISLAM PADA KARAKTER ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS. 1, 165–172.
- Nurfadhillah, S., Huliatusisa, Y., Sawitri, D., Juliasih, J., Hidayati, N., Sahidah, N., Rismawati, P., Fitri, R. D., Ardani, R., & Rahmawati, S. (2024). Perilaku Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dalam Proses Pembelajaran di Kelas Tinggi SD Negeri Cibodas 1 Kota Tangerang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 1883–1888.

- Nurfadhillah, S., Nurfaizah, S., Nurlayali, H., & Andini, P. (2022). Peran Guru dan Orang Tua pada Anak Berdiagnosa ADHD di Sekolah Dasar Negeri Gondrong 4. *Alsyes*, 2(6), 689–701. <https://doi.org/10.58578/alsyes.v2i6.637>
- Nurfitriana, F., Putri, E. R., Sholikhin, G. R., & Widyatno, A. (2019). Penerapan Terapi Musik dalam Mengatasi Gejala Hiperaktivitas pada Anak. *Psikologi Pendidikan* 2019, April, 258–261.
- Prakoso, B., & Novami, F. (2023). Program pembelajaran bagi siswa dengan ADHD di SDN Rejowinangun Yogyakarta. 1(1), 15–22.
- Psikologi, P. S., Psikologi, F. P., Malang, U. N., & Putri, E. R. (2019). Pada Anak Adhd. April, 11–14.
- 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>
- Rahmawati, A. D., Lisnawati, D., & Windari, A. R. (2024). Strategi Guru dalam Menangani Anak ADHD (Attention Deficit Hiperactivity Disorder) dalam Pembelajaran di Kelas 2 SD Negeri Kalicacing 02 Salatiga. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(3), 7. <https://doi.org/10.47134/pgsd.v1i3.317>
- Rambe, Y. S., Situmorang, S., & Turnip, H. (2023). Strategi Pembelajaran Pendidikan Agama Kristen Untuk Anak Berkebutuhan Khusus ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). *MERDEKA: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(1), 224–228.
- Salim, N. A., Aslindah, A., & Handayani, E. S. (2020). Analisis Motivasi Belajar Pada Siswa Adhd (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) Di Sd Negeri 023 Samarinda Utara. *PENDAS MAHAKAM: Jurnal Pendidikan Dasar*, 4(2), 82–98. <https://doi.org/10.24903/pm.v4i2.398>
- Sandrawati, J. and S. (2019). MENINGKATKAN KEMAMPUAN KONSENTRASI ANAK ADHD (ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER) USIA 5 - 6 TAHUN DENGAN MENGGUNAKAN ALAT PERMAINAN EDUKATIF (APE) DAN BERBASIS MODIFIKASI PERILAKU. 10, 2–3.
- Saputri, M. A., Widiyanti, N., Lestari, S. A., & Hasanah, U. (2023). Ragam Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 38–53. <https://jurnal.unibrah.ac.id/index.php/JIWP>.
- Siburian, K. J., Hutagalung, E., & Turnip, H. (2023). Pola Pendampingan Kepada Anak Adhd. *International Jurnal of Cross Knowledge*, 1(2), 191–198.
- Silitonga, K., Pendidikan, P., Anak, K., Dini, U., Tarutung, I., Sibagariang, R. U., & Herlina, E. S. (2023). Pola Asuh Orang Tua dalam Penanganan ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*,

- 2(3), 11345–11356. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Situmorang, Y. (2023). Model Pendampingan Anak Usia Dini ADHD di TK Sola Gratia Tikala Manad. *Montessori Jurnal Pendidikan Kristen Anak Usia Dini*, 4(2), 90–100.
- Soman, S. M., Vijayakumar, N., Thomson, P., Ball, G., Hyde, C., & Silk, T. J. (2023). Functional and structural brain network development in children with attention deficit hyperactivity disorder. *Human Brain Mapping*, 44(8), 3394–3409. <https://doi.org/10.1002/hbm.26288>
- Syariah, K. B., & Ilmu, G. (2022). *Pendidikan Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)* (Issue september 2016).
- Wahidah, E. Y. (2018). Identifikasi dan Psikoterapi terhadap ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) Perspektif Psikologi Pendidikan Islam Kontemporer. *Millah: Journal of Religious Studies*, 17(2), 297–318. <https://doi.org/10.20885/millah.vol17.iss2.art6>
- Wakhaj, N. I. U., & Rofiah, N. H. (2018). Perilaku Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd) Dalam Proses Pembelajaran (Studi Kasus Peserta Didik) Di Kelas Iv Sd Negeri Gejayan. *Jurnal Fundadikdas (Fundamental Pendidikan Dasar)*, 1(1), 64. <https://doi.org/10.12928/fundadikdas.v1i1.71>
- Yadav, S. K., Bhat, A. A., Hashem, S., Nisar, S., Kamal, M., Syed, N., Temanni, M. R., Gupta, R. K., Kamran, S., Azeem, M. W., Srivastava, A. K., Bagga, P., Chawla, S., Reddy, R., Frenneaux, M. P., Fakhro, K., & Haris, M. (2021). Genetic variations influence brain changes in patients with attention-deficit hyperactivity disorder. *Translational Psychiatry*, 11(1). <https://doi.org/10.1038/s41398-021-01473-w>
- Zahroh, A., Jurusan, F., Anak, P., Dini, U., Tarbiyah, I., & Keguruan, D. (2023). Variasi Menu Sehat Dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (Adhd) Dalam Progam Diet Di Paud Griya Ananda Karangploso. *Jurnal Penelitian Anak Usia Dini*, 2(1), 57–68. <http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/jpau>