

Penanganan Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)

Nazri Adlani¹, Maria Hanifah^{2*}

nazriadlani15@gmail.com¹, maria.hanifah05@gmail.com²

IAIN Takengon¹, STAIN Mandailing Natal²

Diajukan: 04 Februari 2025	Diterima: 15 November 2025	Diterbitkan: 30 November 2025
DOI: <u>10.54604/elm.v2i02.496</u>		

ABSTRAK

ADHD pada dasarnya merupakan suatu kondisi yang mencakup disfungsi otak, ketika seseorang mengalami kesulitan dalam mengendalikan impuls, menghambat perilaku dan tidak mendukung rentang perhatian, atau rentang perhatian yang mudah dialihkan. Artikel ini disusun menggunakan metode penelitian study teoritis. Dimana artikel disusun berdasarkan beberapa buku dan jurnal yang dianalisis. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi tahapan penanganan anak hiperaktif/ADHD. Hasil dari penelitian ini memberikan kesimpulan penanganan anak hiperaktif dapat dilakukan melalui: 1) kegiatan belajar di kelas anak ADHD seharusnya menghindari menempatkan anak ADHD didekat jendela, maupun pintu, 2) tidak memberikan hukuman yang terlalu berat dan hanya memberikan pengertian bahwa hal itu tidak diperboleh dan melanggar aturan yang ada, 3) Memberikan apresiasi atas kerja dan jerih payah anak ADHD dengan memberikan hadiah/tanda bintang/ tanda bahwa dia berprestasi, 4) melakukan kontak diawal pembelajaran atau memberikan sentuhan kasih sayang sebagai pemberi semangat, 5) Sering melakukan kontak fisik dengan anak ADHD dengan memeluk dan memberikan kasih sayang, memahami anak ADHD, dan 6) Memberikan penekanan akhir akan pelajaran atau penyampaian fungsi dari kegiatan yang dilakukan. Penanganan khusus untuk terkontrol bisa dilakukan melalui Dokter Psikolog untuk penanganan yang maksimal.

Kata Kunci: Penanganan; Anak; ADHD

ABSTRACT

ADHD is basically a condition that includes brain dysfunction, when someone has difficulty controlling impulses, inhibiting behavior and not supporting attention span, or attention span that is easily diverted. This article was compiled using a theoretical study research method. Where the article was compiled based on several books and journals that were analyzed. The purpose of this study is to identify the stages of handling hyperactive children / ADHD. The results of this study provide conclusions that handling hyperactive children can be done through: 1) learning activities in the classroom for ADHD children should place ADHD children near windows, or doors, 2) not giving too severe punishment and only providing an understanding that it is not allowed and violates existing rules, 3) Giving appreciation for the work and effort of ADHD children by giving gifts / stars / signs that he is next, 4) contact at the beginning of learning or giving affectionate

touches as encouragement, 5) Frequently making physical contact with ADHD children by hugging and giving affection, understanding ADHD children, and 6) Providing final emphasis on the lesson or conveying the function of the activities carried out. Special handling for control can be done through a Psychologist for maximum treatment.

Keywords: Treatment, Children, ADHD

PENDAHULUAN

Perilaku anak ADHD pada dasarnya terlihat pada sulitnya anak dalam pemuatan perhatian, pembicaraan yang tidak terkontrol, serta gerakan yang berlebihan melebihi gerakan yang dilakukan pada umumnya. Anak-anak pada usia sekolah dasar memiliki kecendrungan banyak bergerak dan sangat aktif dalam bergerak (Hayati & Apsari, 2019). Anak-anak yang hiperaktif menunjukkan kelakuan yang agresif, perilaku yang aneh, tampak tanpa rasa bersalah atau tidak disukai dan berprestasi buruk di sekolah, anak hiperaktif lebih berisik, kacau, berantakan dan tidak matang dalam berfikir. tidak semua anak hiperaktif tampak berperilaku dengan cara yang sama, dan sebagai Orang tua/Guru harus peka dengan perbedaan-perbedaan mereka. Jenis intervensi yang dipilih harus didasarkan pada kebutuhan-kebutuhan spesifik anak. Jadi anak hiperaktif berperilaku berbeda dengan anak pada umumnya lebih berisik dan lebih kacau. Orang tua/Guru harus membedakan kebutuhan anak berdasarkan spesifiknya (Hayati & Apsari, 2019).

ADHD pada dasarnya merupakan suatu kondisi yang mencakup disfungsi otak, ketika seseorang mengalami kesulitan dalam mengendalikan implus, menghambat prilaku dan tidak mendukung rentang perhatian, atau rentang perhatian yang mudah dialihkan. Secara umum ADHD adalah suatu kondisi ketika seseorang memperlihatkan gejala-gejala kurang konsentrasi, hiperaktif dan implusif yang dapat menyebabkan ketidak seimbangan sebagai besar aktifitas hidup mereka (Baihaqi & Suqiarmin, 2015).

Maka dari itu ADHD dapat disebut sebagai sebuah gangguan ketika respon terhalang dan mengalami disfungsi pelaksanaan yang mengarah pada kurangnya pengaturan diri, lemahnya kemampuan mengatur prilaku untuk tujuan sekarang dan masa depan, serta sulit serta sulit beradaptasi secara sosial dan prilaku dengan tuntutan lingkungan. ADHD akan menyebabkan anak sulit konsentrasi dalam belajar dan berpindah-pindah dalam bertindak. Menyebabkan fokus anak terganggu diberbagai hal, baik saat belajar, makan, bermain, dan melaksanakan aktifitas harian.

Anak yang mengalami ADHD perlu penanganan khusus baik oleh orang tua dan orang Orang tua/Guru sebagai wakil dari orang tua. Apabila orang tua tidak mampu untuk menangani anak yang mengalami ADHD dapat dilakukan fisioterapi di Dokter Rumah Sakit. Penanganan khusus anak SDHd ini bertujuan untuk mengetahui golongan penyakit ADHD dan memberikan solusi terbaik dalam mendidik serta mengajarkan tetnang kehidupan kepada anak.

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan salah satu gangguan perkembangan saraf yang paling banyak ditemukan pada anak usia sekolah. Secara global, prevalensi ADHD mencapai sekitar 7,6% pada anak usia 3-12 tahun,

menunjukkan bahwa kondisi ini merupakan isu kesehatan dan pendidikan yang signifikan di seluruh dunia.(Salari et al., 2023) Di Indonesia sendiri, kecenderungan kasus ADHD terus meningkat, sebagaimana ditemukan dalam tinjauan sistematis bahwa faktor budaya, sosial, dan tantangan dalam diagnosis membuat banyak kasus ADHD tidak terdeteksi sejak dini.(Nasri et al., 2025)

ADHD ditandai oleh gejala utama berupa kesulitan mempertahankan perhatian, hiperaktivitas, dan impulsivitas. Sejumlah penelitian terbaru menegaskan bahwa gangguan ini berkaitan dengan defisit fungsi eksekutif, terutama dalam aspek inhibisi respon, pengendalian emosi, perencanaan, dan perhatian selektif. (Muharis & Elizar, 2025) Temuan ini sejalan dengan kajian neuropsikologis yang menyebutkan bahwa ADHD berakar pada disfungsi neurologis yang memengaruhi mekanisme pengaturan diri dan kontrol perilaku(Bermejo, 2024). Studi longitudinal bahkan menunjukkan bahwa kelemahan fungsi eksekutif pada usia dini dapat menjadi prediktor kuat munculnya ADHD pada tahap perkembangan berikutnya(Findings, 2024).

Di lingkungan sekolah dasar, gejala ADHD seringkali tampak dalam bentuk kesulitan mengikuti instruksi, aktivitas motorik yang berlebihan, perilaku impulsif, serta rendahnya kemampuan untuk memusatkan perhatian dalam aktivitas belajar. Kondisi ini berdampak pada performa akademik anak dan kemampuan adaptasi sosialnya dengan teman sebaya. Meskipun demikian, banyak guru atau orang tua masih menganggap perilaku tersebut sebagai bentuk kenakalan atau ketidakpatuhan, padahal penanganan yang tidak sesuai dapat memperburuk perkembangan anak secara jangka Panjang (*Observasi*, 2024).

Sejumlah penelitian menegaskan pentingnya kolaborasi antara guru dan orang tua untuk menangani perilaku anak ADHD secara tepat. Daswananda et al. (2022) menjelaskan bahwa guru memiliki peran strategis dalam menciptakan lingkungan kelas yang suportif dan adaptif bagi anak dengan ADHD(Daswananda et al., 2022), sementara Hariningsih (2025) menekankan bahwa keterlibatan orang tua sangat membantu dalam mengurangi perilaku hiperaktif melalui koordinasi yang intensif antara rumah dan sekolah(Hariningsih & Mahabbati, 2025). Intervensi edukatif yang melibatkan kedua pihak terbukti efektif menurunkan gejala ADHD dan meningkatkan kemampuan anak dalam beradaptasi dengan tuntutan akademik (Hosseinnia et al., 2024).

Urgensi penelitian mengenai penanganan ADHD semakin kuat karena tekanan akademik dan rendahnya dukungan lingkungan terbukti berkontribusi terhadap kemunculan atau memburuknya gejala ADHD pada masa perkembangan berikutnya. Oleh sebab itu, diperlukan pendekatan pendidikan yang komprehensif dan terstruktur untuk membantu anak ADHD berkembang secara optimal. Maka dari itu mari kita mempelajari penanganan yang bisa kita berikan pada anak ADHD. Tujuan dari artikel ini yaitu untuk mengidentifikasi tahapan penanganan anak hiperaktif/ADHD.

METODE PENELITIAN

Pada artikel ini penulis menuliskan tentang penanganan anak yang hiperaktif/ADHD melalui metode Studi pustaka. Metod studi pustaka ini yaitu penulis

menganalisis beberapa buku, jurnal, dan penelitian untuk menghasilkan suatu tulisan yang berhubungan dengan tahapan dalam penanganan anak yang mengalami ADHD.

Tahap awal yang dilakukan penulis yaitu menganalisis beberapa buku yang kemudian dihubungkan dengan beberapa jurnal yang sudah diterbitkan yang pada akhirnya akan menghasilkan suatu tulisan utuh. Penulis juga memberikan gambaran yang pernah penulis alami dan dengan dalam penanganan anak ADHD.

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (library research), yakni suatu pendekatan penelitian yang dilakukan melalui pengumpulan, pembacaan, analisis, dan sintesis berbagai sumber tertulis untuk memperoleh pemahaman yang mendalam terkait penanganan anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). Metode ini dipilih karena fokus penelitian bertumpu pada kajian teori, konsep, serta temuan-temuan ilmiah yang relevan mengenai karakteristik dan tahapan penanganan anak hiperaktif/ADHD.

Langkah awal penelitian dilakukan dengan mengidentifikasi dan mengumpulkan sumber-sumber primer dan sekunder, seperti buku-buku psikologi perkembangan anak, literatur pendidikan, jurnal nasional maupun internasional, serta hasil penelitian terdahulu yang membahas tentang ADHD. Setelah itu, penulis melakukan analisis isi (content analysis) untuk mengkaji kesesuaian, relevansi, dan kontribusi masing-masing sumber terhadap tema penelitian.

Proses analisis dilakukan dengan cara membandingkan teori-teori yang ada, menemukan titik persamaan, perbedaan, dan kecenderungan dalam kajian ilmiah mengenai penanganan anak ADHD. Hasil temuan dari buku kemudian diintegrasikan dengan hasil kajian dari berbagai jurnal, sehingga menghasilkan suatu uraian yang komprehensif dan sistematis.

Sebagai pelengkap kajian teoritis, penulis juga menyertakan refleksi pengalaman pribadi dalam menangani anak ADHD yang pernah ditemui dalam praktik pendidikan. Pengalaman tersebut tidak digunakan sebagai data penelitian utama, tetapi sebagai ilustrasi kontekstual untuk memperjelas penerapan teori dalam situasi nyata.

Dengan demikian, metode studi pustaka dalam penelitian ini bukan hanya menghimpun informasi, tetapi juga melakukan interpretasi dan sintesis sehingga menghasilkan tulisan yang utuh mengenai tahapan dan strategi penanganan anak hiperaktif/ADHD.

HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI

Hasil kajian pustaka mengenai penanganan anak hiperaktif/ADHD menunjukkan bahwa gangguan ini bukan sekadar perilaku “aktif berlebihan”, melainkan kondisi kompleks yang dipengaruhi oleh faktor biologis, kultural, dan psikososial. Pada bagian ini, pembahasan difokuskan pada makna dari setiap temuan, relevansinya terhadap teori, serta implikasi praktis bagi orang tua dan guru. Penyajian hasil penelitian yang peneliti lakukan yaitu dengan membahas secara teoritis Penanganan Anak hiperaktif/ADHD.

1. Faktor-Faktor Hiperaktif/ADHD

Dari banyak penelitian yang dilakukan terdapat beberapa penyebab anak m

engalami ADHD yaitu pemanjaan dapat juga disamakan dengan memperlakukan anak terlalu manis, membujuk bujuk makan, membiarkan saja, dan sebagainnya. Anak yang terlalu dimanja sering memilih caranya sendiri agar terpenuhi kebutuhannya. kesimpulan yang dapat dijadikan penyebab terjadinya gangguan ini yakni karena faktor kultural dan psikososial yang meliputi (Dayu, 2015).

a. Kurangnya Disiplin Dan Pengawasan

Anak yang tidak dibiasakan dengan disiplin dan kurang mendapat pengawasan cenderung bertindak semaunya karena tidak ada batasan yang jelas terhadap perilakunya (Wiggers & Paas, 2022). Jika kebiasaan ini dibiarkan terus terjadi di rumah, maka anak akan membawa perilaku yang sama ke lingkungan lain, termasuk di sekolah, sehingga orang lain pun akan kesulitan untuk mengendalikannya(Merdović et al., 2024).

b. Orientasi Kesenangan

Anak yang memiliki keperibadian yang berorientasi kesenangan umumnya akan memiliki cirri-ciri hiperaktif secara sosial psikologi dan harus dididik agar berbeda agar mau mendengar atau menyesuaikan diri. Anak yang mempunyai orientasi kesenangan ingin memuaskan kebutuhan atau keinginan sendiri. Salah satu penyebab ADHD yaitu membelikan mainan secara berlebihan dan memberikan warna warni yang sangat beragam di mainan yang diberikan (Dayu, 2015).

2. Gejala Umum Hiperaktif/ADHD

a. Kurangnya Perhatian

Biasanya anak selalu gagal memberi perhatian yang cukup terhadap detail atau anak selalu membuat kesalahan karena ceroboh saat mengerjakan pekerjaan sekolah, bekerja atau kegiatan lainnya. Ia juga sulit untuk mempertahankan pemusatkan perhatian saat bermain, bekerja dan belajar seperti tidak mendengarkan ketika diajak bicara dan atau pelupa dalam aktivitas sehari-hari.

b. Hiperaktivitas Yang Menetap Selama 6 Bulan Atau Lebih

Gejala hiperaktivitas itu diantaranya anak sering bermain jari atau tidak dapat duduk diam, sering kali meninggalkan kursi duduk di sekolah dan situasi lain yang memerlukan duduk di kursi. Anak juga sering lari dan memanjat berlebihan disituasi yang tidak tepat, seperti bergerak didorong motor (Hayati & Apsari, 2019).

Kedua, tipe anak yang hiperaktif dan implusif. Anak dengan jenis gangguan ini menunjukkan gejala yang sangat hiperaktif dan implusif, tetapi masih mampu memusatkan perhatian. Tipe ini sering kali ditemukan pada anak kecil. Ketiga, tipe gabungan anak dengan jenis gangguan ini sangat mudah terganggu perhatiannya, hiperaktif serta implusif kebanyakan anak termasuk tipe seperti ini.

Maksud hiperaktif adalah suatu pola perilaku kepada seseorang yang menunjukkan sikap tidak mau diam, tak terkendali serta enggan memperhatikan dan implusif (berbuat sekehendak hatinya). Anak hiperaktif selalu bergerak dan tidak pernah merasakan asyiknya permainan yang disukai anak lain sesuai mereka. Hal tersebut

disebabkan perhatian mereka cepat beralih. Mereka seakan-akan tidak berhenti mencari sesuatu yang menarik dan mengasyikkan, tetapi tak kunjung ditemui(Putranto, 2015).

3. Ciri-Ciri Hiperaktif/ADHD

a. Ciri Umum Anak Hiperaktif/ADHD

ADHD biasanya mulai timbul pada anak usia 3 tahun, namun pada umumnya baru terdeteksi ketika anak mulai menginjak bangku sekolah dasar, ketika situasi belajar formal menuntut pola prilaku yang terkendali termasuk memusatkan perhatian dan konsentrasi yang baik.

Ciri utama dari anak yang terkena gangguan ini adalah adanya kecendrungan untuk berpindah dari suatu kegiatan kepada kegiatan lain tanpa dapat menyelesaikan tugas yang diberikan, tidak dapat berkonstrentrasi dengan baik bila mengerjakan suatu tugas yang menuntut keterlibatan koknitif serta tampak adanya aktivitas yang tidak beraturan, berlebihan, dan mengacu(Dayu, 2015).

Ciri Khusus Anak Hiperaktif/ADHD

Selain menampakkan ciri utama atau umum, anak ADHD akan menampakkan beberapa ciri khusus sebagai berikut.

- 1) Pada Bayi
 - a) Sensitif terhadap suara dan cahaya.
 - b) Sering menangis, menjerit dan sulit untuk diam.
 - c) Sering terbangun dan sulit untuk diam.
 - d) Sulit makan dan minum susu, baik dari botol maupun ASI.
 - e) Tidak bisa ditenangkan atau digendong dan menolak untuk disayang.
 - f) Membenturkan kepala, memikul kepala dan menjatuhkan kepala ke belakang.
- 2) Pada Anak 4-7 Tahun (Usia Sekolah).
 - a) Sering berlari-lari atau memanjat secara berlebihan pada keadaan yang tidak selayaknya.
 - b) Sering tidak mampu melakukan atau mengikuti kegiatan dengan tenang.
 - c) Selalu bergerak seakan-akan tubuhnya didorong oleh mesin, juga tenagannya tidak pernah habis.
 - d) Sering terlalu banyak bicara.
 - e) Sering sulit menunggu giliran.
 - f) Sering memotong dan menyela pembicaraan.
 - g) Jika diajak bicara tidak memperhatikan lawan bicarannya
(bersikap apatif terhadap lawan bicarannya).
 - h) Sulit berkonsentrasi.
 - i) Sulit memfokuskan perhatian.
 - j) Kesulitan sekolah, baik belajar maupun prilaku, sering ditemukan, kadang-kadang berasal dari gangguan komunikasi atau gangguan belajar yang ada bersama-sama atau dari distraktibilitas anak dan atensi berfluktulasi yang mengalami perolehan, penahanan dan penunjukan ilmu pengetahuan.

Reaksi merugikan dari sekolah terhadap karakteristik prilaku ADHD dan

menurunnya penghargaan diri karena tidak merasa mampu dapat berkombinasi dengan komentar merugikan dari teman sebaya menyebabkan sekolah menjadi tempat yang tidak menyenangkan baginya, menyebabkan dilakukannya perilaku anti sosial serta prilaku merendahkan serta menghukum diri sendiri(Dayu, 2015).

4. Penanganan Anak Hiperaktif/ADHD

Kesalahan mendasar dalam penanganan ADHD adalah memandangnya sebagai suatu diagnosis, sesungguhnya ADHD bukanlah suatu penyakit, melainkan sekumpulan gejala yang dapat disebabkan oleh beragam penyakit dan beberapa gangguan sehingga tidak lah tepat dalam pemberian obat atau pendekatan yang sama kepada anak yang mengalami terlebih dahulu gangguan atau penyakit yang melatar belakanginya (Supriyanto, 2019).

5. Pembelajaran Bagi Anak Hiperaktif/ADHD

Pembelajaran berdasarkan makna leksikal berarti proses, cara, perbuatan mempelajari. Pembelajaran Orang tua/Guru mengajar diartikan sebagai upaya Orang tua/Guru mengorganisasikan lingkungan terjadinya pembelajaran. Orang tua/Guru mengajar dalam perspektif pembelajaran adalah Orang tua/Guru menyediakan fasilitas bagi peserta didiknya untuk mempelajarinya. Jadi, subyek pembelajaran adalah peserta didik. Pembelajaran berpusat pada peserta didik. Pembelajaran adalah dialog interaktif. Pembelajaran merupakan proses organik dan konstruktif, bukan mekanis seperti halnya pengajaran.

a. Cara Mengajar Siswa ADHD

Cara mengajar yang dapat membantu siswa ADHD fokus meningkatkan konsentrasi pada materi pembelajaran dan tugas-tugas yang Orang tua/Guru berikan bisa sangat bermanfaat bagi seluruh kelas.

1) Memulai Pembelajaran

- a) Beri tanda bahwa pelajaran akan dimulai dengan bunyi/suara yang jelas, misalnnya bel atau lonceng.
- b) Buat daftar kegiatan di papan tulis..
- c) Saat akan memulai, terangkan pada siswa mengenai hal-hal yang akan dipelajari dan harapan anda. Katakan dengan jelas materi apa saja yang mereka perlukan.
- d) Bangun kontak mata dengan siswa penderita ADHD.

2) Saat Mengajar

- a) Buatlah petunjuk tekstruktur sesederhana mungkin.
- b) Gunakan alat peraga, grafik, dan alat bantu visual lain.
- c) Variasikan kecepatan penyampaian materi dan masukan jenis kegiatan yang berbeda-beda.
- d) Beri siswa ADHD kesempatan untuk istirahat
- e) Biarkan siswa ADHD meremas bola lunak atau mengetuk-ngetuk sesuatu yang tidak berisik sebagai pelepasan energik.
- f) Jangan menyuruh siswa ADHD menjawab pertanyaan atau tampil didepan kelas di depan banyak orang karna ini sulit baginya.

3) Mengakhiri Pembelajaran

- a) Ringkas semua poin penting.
- b) Jika anda member tugas, suruhlah tiga orang siswa mengulangi/mengatakan kembali apa tugas tersebut, kemudian suruh seluruh kelas mengulanginya lagi, dan tulis di papan tulis.
- c) Spesifiklah mengenai apa yang harus dibawa pulang (Zaviera, 2017).

Teknik Orang Tua/Orang tua/Guru Dalam Menangani Anak Hiperaktif /ADHD

Orang tua/Guru memiliki Peranan penting dalam proses belajar mengajar meliputi banyak hal sebagai sebagaimana yang telah di kemukakan oleh Adams & Decer dalam basic Principles of Student Teaching, antara lain Orang tua/Guru sebagai pengajar, pembimbing, pengatur lingkungan, partisipan, ekspeditor, perencana, motivator, dan konseler (Neliwati et al., 2025).

Terkait dengan peran Orang tua/Guru dalam pembelajaran, maka yang perlu disiapkan untuk melaksanakan pembelajaran yang sempurna adalah penguasaan, pemahaman, dan pengembang materi, penggunaan metode dengan tepat, efektif dan senantiasa melakukan pengembangannya, serta menumbuhkan keperibadian kepada peserta didik. Suparman berpendapat bahwa Orang tua/Guru memiliki suatu kesatuan peran dan fungsi yang tidak dapat dipisahkan. Sehingga kemampuan integrative tersebut dapat diadaptasikan dengan aspek isi, proses dan strategi dalam kegiatan akademis.

Kemampuan mempertahankan perhatian merupakan suatu masalah kognisi yang mempengaruhi sebagian besar anak yang mengalami kesulitan belajar. Perhatian selektif adalah kemampuan memusatkan perhatian pada suatu objek dari berbagai ransangan yang diterima oleh indra. Selanjutnya banyak penelitian tentang kesulitan belajar (*learning disability*) yang memandang “kekurangan perhatian” sebagai gangguan yang paling kritis yang sangat menyita waktu, menguras tenaga, dan pikiran Orang tua/Guru-Orang tua/Guru baik disekolah maupun disekolah khusus(Baihaqi & Suqiarmin, 2015).

Secara umum, ADHD berkaitan dengan gangguan tingkah laku dan aktifitas kognitif, seperti berpikir, mengingat, menggambar, merangkum, mengorganisasikan, dan fungsi mental lainnya. Pada masa anak-anak efek yang ditimbulkan ADHD begitu luas dan menyentuh setiap aspek kehidupan sang anak. Kemampuan bersosialisasi menurun, kemampuan belajar menjadi rendah, serta berkekurangannya rasa percaya diri(Fitriyani et al., 2023).

Setelah mengetahui, beberapa masalah yang sering ditemui pada anak penderita ADHD, atau pendidik harus tau apa yang seharusnya dilakukan untuk menangani guna menciptakan proses pembelajaran yang sesuai dengan rencana atau RPP. Banyak sekali teknik yang diterapkan oleh seorang Orang tua/Guru dalam menangani anak ADHD. Sehingga teknik ada yang berdasarkan pedoman teori yang kemudian diterapkan pada anak, ada pula dari “instinct” pengalaman praktik disekolah. Setidaknya ada tiga tokoh yang membahas tentang teknik untuk menangani anak ADHD yang akan peneliti paparkan disini, yaitu:

Menurut Dayu dalam bukunya yang berjudul mendidik anak ADHD (*attention*

Deficit Discorder) menjelaskan bahwa upaya mengajar yang dapat membantu siswa ADHD fokus dan meningkatkan konsentrasi mereka adalah:

- 1) Ketika memulai pelajaran diawali dengan membuat daftar kegiatan belajar dipapan, menerangkan kepada siswa mengenai hal-hal yang akan dipelajari dan apa saja yang mereka perlukan dan tak lupa membangun kontak mata dengan siswa penderita ADHD.
- 2) Ketika mengajar buatlah isyarat khusus dengan anak ADHD berupa sentuhan dibahu atau menempelkan pesan dibangku untuk meningkatkan siswa agar tetap fokus dan tidak meminta anak ADHD menjawab pertanyaan atau tampil didepan kelas karena ini akan terasa sangat sulit baginya.
- 3) Ketika mengakhiri pembelajaran hal yang harus dilakukan oleh Orang tua/Guru adalah meringkas semua poin penting dan jika Orang tua/Guru memberikan tugas suruhlah tiga orang siswa mengulangi atau mengatakan kembali apa tugas tersebut(Dayu, 2015).

Menurut penulis bahwasannya tugas Orang tua/Guru adalah untuk mengajar dan mendidik siswa-siswinya dengan baik agar mereka dapat mandiri saat nanti. Orang tua/Guru adalah orangtua kedua bagi siswa yang diharapkan mampu untuk memotivasi hidup siswa, terutama dalam hal belajar. Siswa berkebutuhan khusus dalam hal ini penderita ADHD, memiliki hak yang sama dengan siswa yang lain yaitu untuk memperoleh pendidikan agar dapat menyongsong masa depan. Oleh karena itu, diharapkan Orang tua/Guru juga mampu untuk mengajar dan mendidik siswa yang berkebutuhan khusus ini, sama hal nya seperti siswa lain.

Teknik menangani anak ADHD menurut Baihaqi dan Sugiarmin dalam buku yang berjudul Memahami dan Membantu Anak ADHD di kelas yaitu,

- 1) Dengan menghilangkan atau mengurangi tingkah laku yang tidak dikehendaki, hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan ulangan penguatan, prinsip yang digunakan adalah memberikan ulangan penguatan penunjukkan pada suatu penguatan frekuensi respon, dimana respon tersebut diikuti oleh konsekuensinya tertentu.
- 2) Teknik yang selanjutnya adalah memberikan penghargaan dan hukuman, hal ini bertujuan agar anak lebih bersemangat dalam proses pembelajaran, penghargaan yang menguatkan dan bermakna akan lebih efektif dari pada hukuman. Yang perlu diingat apabila konsekuensinya terlalu ekstrim si anak mungkin akan berhenti mencoba menjadi baik, Orang tua/Guru harus berhati-hati dalam memberikan hukuman kepada anak/siswa.
- 3) Teknik selanjutnya adalah kontak, hal ini dapat menjadi strategi yang bermanfaat untuk digunakan dengan murid ADHD kesepakatan yang ditulis oleh Orang tua/Guru dengan murid yang berhubungan dengan tingkah laku yang bermasalah. Kontak ini akan menjelaskan bagaimana si murid akan bertindak dan bertingkah laku berbeda, apa yang akan diterima sebagai ganjarannya(Supriyanto, 2019).

Teknik menangani anak ADHD menurut Baihaqi dan Sugiarmin dalam buku yang berjudul Memahami dan Membantu Anak ADHD di kelas yaitu,

- 1) Dengan menghilangkan atau mengurangi tingkah laku yang tidak dikehendaki, hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan ulangan penguatan, prinsip yang digunakan adalah memberikan ulangan penguatan penunjukkan pada suatu penguatan frekuensi respon, dimana respon tersebut diikuti oleh konsekuensinya tertentu.
- 2) Reaksi terhadap satu rangsangan akan lebih kuat jika terdapat penguatan pada tingkah laku yang dikehendaki dan tingkah laku yang tidak dikehendaki(Baihaqi & Suqiarmin, 2015).

Secara keseluruhan, diskusi ini menegaskan bahwa:

1. ADHD tidak dapat dipahami hanya dari gejalanya, tetapi dari faktor penyebab dan konteks sosial anak.
2. Deteksi dini dan pemahaman gejala mencegah salah penanganan.
3. Pembelajaran adaptif dan strategi perilaku merupakan pendekatan paling efektif.
4. Penelitian memberikan kontribusi praktis bagi guru, orang tua, dan sekolah dalam menyusun lingkungan belajar yang ramah dan mendukung anak ADHD.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa penanganan dan teknik pendidikan bagi anak dengan ADHD/hiperaktif harus berlandaskan pada pemahaman menyeluruh tentang kebutuhan, karakteristik, dan cara belajar mereka. Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar strategi yang digunakan guru dan orang tua telah selaras dengan teori-teori yang dikembangkan para ahli, khususnya dalam pendekatan perilaku dan pembelajaran yang berpusat pada anak. Penerapan teknik-teknik seperti mengatur posisi duduk agar tidak dekat jendela atau pintu, menghindari pemberian hukuman berat, dan mengantinya dengan pengertian yang mendidik terbukti membantu mengurangi distraksi dan meningkatkan stabilitas emosi anak.

Selain itu, pemberian apresiasi berupa hadiah, tanda bintang, atau bentuk penguatan positif lainnya memberikan dampak signifikan dalam meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri anak ADHD. Kontak awal sebelum pembelajaran, sentuhan kasih sayang, dan interaksi fisik yang hangat seperti memeluk anak berkontribusi pada terbentuknya rasa aman dan hubungan emosional yang lebih kuat antara anak dan guru. Teknik-teknik ini tidak hanya memperkuat fokus anak, tetapi juga membantu mereka merasa diterima dan dipahami.

Penekanan akhir pada materi pelajaran dan penyampaian fungsi dari setiap kegiatan memberikan struktur kognitif yang penting bagi anak ADHD yang mudah kehilangan arah. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa penanganan ADHD menuntut pendekatan terpadu yang memadukan aspek kedisiplinan, kehangatan emosional, dan strategi pembelajaran yang adaptif. Dampaknya bukan hanya meningkatkan kemampuan belajar anak ADHD, tetapi juga menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih inklusif, supportif, dan manusiawi bagi semua peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Baihaqi, & Suqiarmin. (2015). *Psikolog Anak Hiperaktif*. Op Cit.
- Bermejo, F. R. (2024). Attention deficit hyperactivity disorder : Neuropsychological profile and study of its impact on. *Anales de Pediatría (English Edition)*, 100(2), 87–96. <https://doi.org/10.1016/j.anpede.2024.01.004>
- Daswananda, K. F., Nurvitasari, R. A., Rizqi, A. K., & Minsih. (2022). *THE ROLE OF TEACHERS IN HANDLING ATTENTION DEFICIT AND HYPERACTIVITY DISORDER CHILDREN IN ELEMENTARY SCHOOL* Kadita Fasih Daswananda 1 , Roidah Aisyah Nurvitasari 2 , Annisa Kurnia Rizqi 3 , Minsih 4. 6(1), 58–73.
- Dayu, A. (2015). *Mendidik Anak ADHD. (Attention Deficit Hiperactivity Disorder) Hal-Hal Yang Tidak Bisa Dilakukan Obat*. Javaliatera.
- Findings, D. (2024). Executive function in children with neurodevelopmental conditions : a systematic review and meta-analysis. *Nature Human Behaviour*, 8(December), 4–8. <https://doi.org/10.1038/s41562-024-02000-9>
- Fitriyani, Oktaviani, A. M., & Supena, A. (2023). Analisis Kemampuan Kognitif dan Perilaku Sosial pada Anak ADHD (Attention-Deficit Hyperactivity Disorder). *Jurnal Basicedu*, 7(1), 250–259. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i1.4331>
- Hariningsih, & Mahabbati, A. (2025). Teacher-Parent Collaboration in Managing Hyperactive Children ' s Behaviors : A Case Study of Inclusive Early Childhood Education. *JOURNAL OF INNOVATION AND RESEARCH IN PRIMARY EDUCATION*, 4(4), 2324–2333. <https://doi.org/https://doi.org/10.56916/jirpe.v4i4.2289>
- Hayati, D. L., & Apsari, N. C. (2019). Pelayanan Khusus Bagi Anak Dengan Attentions Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) di Sekolah Inklusif. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 108–122. https://www.researchgate.net/publication/335005541_PELAYANAN_KHUSUS_BAGI_ANAK_DENGAN_ATTENTIONS_DEFICIT_HYPERACTIVITY_DISORDER_ADHD_DALAM_MENINGKATKAN_KEBUTUHAN_PENGENDALIAN_DIRI_DAN_BELAJAR_DI_SEKOLAH_INKLUSIF
- Hosseinnia, M., Mazaheri, M. A., & Heydari, Z. (2024). and teachers for children with. *Journal of Education and Health Promotion*, 13, 1–10. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Merdović, B., Milan, P., & Dragojlović, J. (2024). Parental Supervision and Control as a Predictive Factor of Juvenile Delinquency. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education (IJCRSEE)*, 12(1), 239–250. <https://doi.org/https://doi.org/10.23947/2334-8496-2024-12-1-239-250>
- Muharis, N. A., & Elizar, L. J. A. (2025). Jurnal BiologiTropis ADHD in Children : Early Detections , Diagnosis , and Clinical Management. *Jurnal Niologi Tropis*, 25(4), 4933–4941. <https://doi.org/: http://doi.org/10.29303/jbt.v25i4.10076>
- Nasri, Y. Y., Aldina, C., Mutmainnah, H., & Marlina. (2025). Prevalensi Adhd Pada Anak Di Indonesia: Tinjauan Sistematis Literatur. *IMEIJ Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6(5), 8175–8183.
- Neliwati, Akbar, M. A., Nur, M. R. Z., & Gemilang, C. (2025). Classroom Management In Increasing Students' Interest In Learning At Madrasah Aliyah Al- Mukhlisin Batu Bara. *Research and Development Journal Of Education*, 11(1), 231–239. <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/RDJE%0Ap-ISSN>
- Observasi (2024).
- Putranto, B. (2015). *Tips Menangani Siswa Yang Membutuhkan Perhatian Khusus Ragam Sifat Dan Karakter Siswa Spesial Dan Cara Menanganinya*. Diva Press.

- Salari, N., Ghasemi, H., Abdoli, N., Rahmani, A., Shiri, M. H., Hashemian, A. H., Akbari, H., & Mohammadi, M. (2023). The global prevalence of ADHD in children and adolescents : a systematic review and meta-analysis. *Italian Jurnal of Pediatrics*, 49(48), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s13052-023-01456-1>
- Supriyanto, J. (2019). *Cooperative Learning Teori Dan Aplikasi PAIKEM*. (Y. Pustaka Pelajar.
- Wiggers, M., & Paas, F. (2022). Harsh Physical Discipline and Externalizing Behaviors in Children : A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14385), 1–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph192114385>
- Zaviera. (2017). *Anak Hiperaktif 100 Ide Menangani Anak Hiperaktif*. Kata Hati.