

## ANALYSIS OF HYPERACTIVE CHILD BEHAVIOR AND HANDLING EFFORTS IN EDUCATION

A. Mustika Abidin

Dosen Universitas Islam Negeri (UIN) Alauddin Makassar

---

### Article History:

Received: 2023/5/23

Revised: 2023/5/24

Accepted: 2023/5/24

Published: 2023/6/18

---

### Keywords:

*Hyperactive child behavior, Handling*

### Kata Kunci:

*Perilaku Anak Hiperaktif, Penanganan*

---

### \*Correspondence Address:

[a.mustika@uin-alauddin.ac.id](mailto:a.mustika@uin-alauddin.ac.id)

**Abstract:** *This study discusses the analysis of hyperactive children's behavior and efforts to handle it in education through the literature review method. The behavior of hyperactive children is a child who experiences attention deficit disorder which is characterized by frequent movements and this can affect the child's psychological, physical, and social problems. The impact of hyperactive behavior has an impact on the children themselves and the environment. Handling in overcoming the behavior of hyperactive children is by doing therapy such as drug therapy, music therapy, play therapy, consulting with child psychologists, taking time for children, providing adequate and appropriate affection, not always meeting the child's demands, giving adequate attention. adequate for children, monitor children at all times, and guide them in learning, parents and teachers must examine and understand children, be patient in caring for children, train their focus and raise children's confidence. The need to establish good communication relationships between parents, teachers, and schools by assigning tasks that ensure the success of children.*

**Abstrak:** Penelitian ini membahas analisis mengenai perilaku anak hiperaktif dan upaya penanganannya dalam pendidikan melalui metode tinjauan literatur. Perilaku anak hiperaktif adalah anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian yang ditandai dengan seringnya melakukan gerakan dan hal tersebut dapat mempengaruhi psikis, fisik, maupun masalah sosial anak. Dampak yang ditimbulkan dari perilaku hiperaktif yaitu berdampak bagi diri anak sendiri maupun lingkungan. Penanganan dalam mengatasi perilaku anak hiperaktif yaitu dengan melakukan terapi seperti terapi obat-obatan, terapi musik, terapi bermain, berkonsultasi dengan ahli psikolog anak, meluangkan waktu untuk anak, memberikan kasih sayang yang memadai dan tepat, tidak selalu memenuhi tuntutan anak, memberikan perhatian yang memadai kepada anak, memantau anak setiap saat, dan membimbing mereka dalam belajar, orang tua dan guru harus memeriksa dan memahami anak, sabar dalam merawat anak, melatih fokusnya dan membangkitkan kepercayaan diri anak. Perlunya menjalin hubungan komunikasi yang baik antara orang tua, guru, dan sekolah dengan memberikan tugas-tugas yang menjamin keberhasilan anak-anak.

## PENDAHULUAN

Berbicara soal pendidikan merupakan sesuatu hal yang tak berujung karena pendidikan itu sendiri merupakan suatu proses tanpa akhir dan sepanjang hidup. Tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang sangat penting dan dapat berdampak besar pada seberapa jauh dapat mewarnai hidup mereka dan di mana mereka akan berakhir di masa depan. Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin mudah untuk memahami realitas kehidupan sedangkan bagi seseorang yang tidak mengenyam pendidikan, kemungkinan besar mereka akan kesulitan memahami realitas kehidupan dan dapat berdampak pada masa depan. Hal ini dapat dipahami bahwa pendidikan adalah komponen kunci dari pembangunan manusia dan pendidikan adalah bagian dari hak asasi manusia karena berfungsi sebagai sarana untuk memberikan kemerdekaan bagi manusia untuk mempertahankan kehidupannya.

Istilah "pendidikan" mengacu pada metode pengajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan dan memberi arah kepada kehidupan masyarakat agar beradab dan berperadaban. Tujuan pendidikan adalah untuk membantu orang-orang yang memiliki landasan intelektual, emosional, dan spiritual yang kuat. Menurut Organisasi Pendidikan, Ilmu Pengetahuan, dan Kebudayaan Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNESCO), untuk mengembangkan pendidikan yang mencerminkan afektif (sikap yang baik), maka pendidikan perlu menekankan bahwa nilai tertinggi dalam pendidikan yaitu pentingnya memperhatikan martabat manusia (Magenta, 2019).

Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan berbagai pihak seperti keluarga, pemerintah maupun masyarakat melalui berbagai kegiatan seperti pengajaran maupun bimbingan yang dapat dilakukan di sekolah maupun di luar sekolah. Dalam menjalankan usaha pendidikan tersebut, perlu dipahami bahwa salah satu permasalahan pada perkembangan anak yang harus diperhatikan oleh berbagai pihak tersebut yaitu terkait masalah anak yang hiperaktif.

Pengertian anak hiperaktif merupakan anak yang mengalami gangguan perilaku, tetapi bukan berupa kelainan fisik semata-mata. Anak hiperaktif juga disebut ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*). Menurut Hermanto dalam (Adrianto, 2011) menjelaskan bahwa anak hiperaktif mengalami satu dari

tiga gejala utama sebagai berikut yaitu: kurang dapat berkonsentrasi, bertingkah laku berlebihan, dan melakukan aktivitas berganti-ganti. Anak dengan kategori hiperaktif dalam kegiatan pembelajaran di kelas juga tidak mau diam ketika mengikuti pelajaran yang diajarkan oleh guru. Gejala ini sering timbul dan biasanya sangat mengganggu keberhasilan anak di sekolah.

Perilaku anak hiperaktif menunjukkan perilaku yang sering kebingungan dan *kontradiktif* (menginginkan suatu hal tetapi melakukan hal berlawanan dengan yang dikatakan). Perilaku anak hiperaktif yang sulit dikendalikan dan menunjukkan perilaku yang tidak tertata dengan baik menjadi pokok permasalahan bagi anak yang lainnya, orang tua, dan guru. Anak hiperaktif bahkan seringkali mendapat julukan sebagai anak nakal karena anak tersebut seringkali kesulitan untuk memahami perintah dari orang lain dan bertindak sesuai kemauannya sendiri. Permasalahan yang juga dialami oleh anak hiperaktif yaitu adanya permasalahan dalam hal pengendalian diri sehingga ketika duduk tidak bisa tenang dan tidak bisa terlalu lama, bahkan memilih untuk berlari kesana kemari ketika pembelajaran berlangsung. Anak hiperaktif juga akan berbicara secara berlebihan dan sulit untuk diam, suka menghampiri meja temannya kemudian mengganggu bahkan mengambil secara paksa alat tulis milik temannya sehingga anak yang diganggu akan merasa tidak nyaman bahkan menjauhi anak hiperaktif tersebut (Baihaqi dan Sugiartin, 2014).

Perilaku anak hiperaktif juga menunjukkan sikap/gangguan yang impulsivitas yaitu terburu-buru, tidak sabaran dan tergesa-gesa ketika melakukan aktivitas. Gangguan impulsivitas ini terlihat jelas pada anak hiperaktif seperti pada saat pembelajaran maupun diluar pembelajaran disaat menunggu giliran maka anak tidak sabaran, ketika orang lain berbicara maka anak akan menyukai memotong obrolan atau percakapan orang tersebut, menjawab pertanyaan sebelum pertanyaan tersebut selesai dibacakan. Adanya pengendalian diri yang mudah berubah-ubah pada anak hiperaktif ini seringkali mendapat teguran dari guru (Ulfah, 2019). Selain itu, perilaku anak hiperaktif juga ditandai dengan adanya kesulitan memusatkan perhatian dalam hal ini sulit dalam berkonsentrasi, mudah beralih perhatiannya dari suatu tempat ketempat yang lain, susah mengikuti perintah, suka berlari-lari bahkan

menyukai berteriak dengan kencang. Sehingga dari tanda-tanda tersebut dapat dipahami bahwa anak hiperaktif merupakan anak yang memiliki kesulitan dalam mengontrol perilakunya baik ketika merespon, berlebihan ketika beraktivitas bahkan aktivitasnya tersebut juga tidak jelas dan tidak tepat (Rafael Lisinus & Pastiria Sembring, 2020).

Berdasarkan penalaran yang dikemukakan di atas, maka dapat diketahui bahwa anak yang hiperaktif menunjukkan gejala-gejala yang berbeda-beda sehingga penulis ingin membahas bahwa perbedaan itu dapat dijadikan sebagai tolak ukur untuk menganalisis perilaku anak hiperaktif dan upaya penanganannya dalam pendidikan karena apabila tidak ada pemberian penanganan terhadap perilaku anak hiperaktif dikhawatirkan akan mempengaruhi prestasi akademik maupun non-akademik anak.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini yaitu penelitian kualitatif berupa studi pustaka (*literature review*), dengan melalui tahapan penghimpunan sumber kepustakaan, klasifikasi berdasarkan formula penelitian, pengelolaan atau mengutip referensi kemudian dijadikan sebagai temuan penelitian. Selanjutnya, diabstraksikan demi memperoleh informasi menyeluruh dan tahapan terakhir diinterpretasikan untuk menarik kesimpulan (Darmalaksana, 2020) sehingga data yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari jurnal, artikel, al-qur'an, undang-undang, peraturan pemerintah, dan karya ilmiah lainnya yang relevan dengan analisis mengenai perilaku anak hiperaktif dan upaya penanganannya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Analisis Perilaku Anak Hiperaktif**

Hiperaktif disebut juga dengan istilah *Attention Deficit Hyperactivity Disorders* (ADHS). ADHD atau hiperaktif seringkali terjadi pada anak-anak. Perilaku tersebut dapat berupa rendahnya perhatian dan pengontrolan diri. Masalah lain yang juga dialami anak hiperaktif yaitu masalah pada pemusatan waktu dan

perhatian sehingga mempengaruhi kehidupannya sehari-hari (Switri, 2020). Anak hiperaktif menunjukkan perilaku yang berkembang tidak sempurna yang dapat dialami oleh anak maupun orang dewasa seperti tidak fokus terhadap sesuatu, suka menentang, tidak mengenal lelah, bertindak seenaknya saja tanpa tujuan yang jelas dan tidak sabaran (Fachrul Rozie; Dita Safitri; Wiwik Hayani, 2019).

Seorang anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian menunjukkan perilaku anak yang hiperaktif, yang ditandai dengan seringnya bergerak dan hal ini dapat mengakibatkan masalah psikologis, fisik, dan sosial. Bahkan anak hiperaktif dianggap memiliki gangguan neurologis (gangguan pada sarafnya) dan sulit berkonsentrasi serta dapat menghambat proses belajarnya khususnya di sekolah. Anak yang hiperaktif akan mengalami gangguan pemusatan perhatian yang tentunya ditandai kurangnya perhatian, mudah teralih perhatiannya, emosi yang tidak bisa tertahankan atau sering meledak-ledak dan sering terlibat dalam aktivitas yang berlebihan (Sulthon, 2020).

Perilaku anak yang hiperaktif seringkali menunjukkan perilaku yang melekat pada dirinya seperti tidak dapat berkonsentrasi, suka berbicara bahkan tidak mau diam dan bertindak sesuka hati. Anak yang hiperaktif memiliki efisiensi atau kekurangan perhatian, ketidakmampuan menerima implus dengan baik, kecenderungan bergerak tidak terkendali dan hiperaktivitas abnormal (Nurussakinah, 2019). Anak hiperaktif mencerminkan kurangnya pengendalian diri, membuat keputusan tanpa mempertimbangkan konsekuensinya. Anak hiperaktif memiliki gangguan/masalah perilaku seperti gelisah dan masalah perhatian. Anak yang hiperaktif akan menunjukkan sikap tidak mau diam, banyak bergerak dan banyak bicara, selalu sibuk bahkan mengalami kesulitan ketika hendak tidur (Sultan, 2015).

Hiperaktif sebagai gangguan perilaku abnormal yang disebabkan oleh disfungsi neurologis dengan gejala utamanya adalah ketidakmampuan untuk berkonsentrasi yang disebabkan pada otak dan sistem saraf pusat terdapat kerusakan kecil sehingga memperpendek rentang konsentrasi atau pemusatan perhatian pada penderita dan membuatnya sulit dikendalikan. Adapun penyebab lainnya antara lain disebabkan adanya nutrisi yang tidak memadai, malfungsi otak,

pengaruh lingkungan, temperamen bawaan, dan adanya trauma kepala karena pernah terbentur (Dayu, 2013).

Merujuk beberapa penalaran di atas, maka dapat diketahui bahwa anak dengan ADHD atau gangguan hiperaktif menunjukkan sikap atau keadaan aktivitas fisik seperti gerakan yang berlebihan, ketidakmampuan untuk tetap diam, sering putus asa, emosi yang tidak terkontrol, serta suka berkelahi. Selain itu, hiperaktif juga adalah gangguan pemusatan perhatian yang mengganggu konsentrasi karena kurangnya perhatian sehingga mempengaruhi perkembangan fisik, psikologis, maupun sosial. Mempengaruhi masalah fisik seperti kesulitan pada anak untuk mengendalikan dirinya sendiri sehingga berdampak pada psikis seperti menyakiti diri sendiri bahkan menjadi tidak stabil dan pada akhirnya berdampak pula pada sosial anak karena anak yang hiperaktif dianggap sebagai anak yang aneh.

## **2. Ciri-ciri Anak Hiperaktif**

Setiap anak rata-rata mempunyai kecenderungan untuk berperilaku. Dalam perilaku ini, ada anak yang bertindak sesuai dengan norma dan adapula anak yang melanggar aturan atau tidak sesuai norma dan anak yang tidak sesuai norma inilah yang disebut anak hiperaktif. Menurut (Ismail, 2010) adapun ciri-ciri anak hiperaktif antara lain: (a) ketika duduk maka tangan dan kakinya suka digerakkan, (b) sering memanjat dan berlarian dalam keadaan yang tidak tepat, (c) tidak bisa diam ketika duduk sehingga suka meninggalkan tempatnya, (d) sering tidak teratur saat berpartisipasi dalam suatu kegiatan, (e) tidak pernah kehabisan energi sehingga sering bergerak, (f) sulit menunggu giliran, dan (g) sering banyak bicara.

Menurut Zaviera dalam (Siti Astari Litami Damanik, 2018) anak hiperaktif memiliki ciri-ciri sebagai berikut: (a) Menentang, artinya anak yang hiperaktif sering bertindak membangkang bahkan tidak mau dinasehati, (b) Tidak bisa fokus, artinya anak yang hiperaktif tidak memiliki fokus atau pusat perhatian yang jelas, tidak bisa diam dalam waktu lama sehingga mudah teralihkan oleh hal lain bahkan tidak bisa fokus lebih dari 5 menit, sering berbicara semaunya tanpa maksud yang jelas sehingga kalimatnya sulit dipahami, (c) Destruktif, menunjukkan anak hiperaktif memiliki perilaku yang sering merusak. (d) Tegas, maksudnya sering menunjukkan mental yang tidak mudah lelah meskipun seharian bergerak aktif

seperti berlari maupun melompat. (e) Tidak memiliki tujuan, maksudnya sering melakukan aktivitas meskipun tidak mempunyai tujuan yang jelas. (f) Tidak sabaran dan usil, maksudnya ketika melakukan aktivitas tidak sabaran terutama ketika menunggu giliran dan juga suka menggoda temannya. (g) Kecerdasan rendah, maksudnya anak hiperaktif memiliki perbedaan kecerdasan dengan anak normal lainnya karena disebabkan karena anak hiperaktif mengalami gangguan mental secara psikologis.

Ciri-ciri atau karakteristik anak hiperaktif terdiri menjadi dua kelompok: (1) Ciri umum: Hiperaktif biasanya dimulai pada anak-anak berusia tiga tahun, tetapi dapat dideteksi di SD (sekolah dasar) ketika lingkungan belajar yang formal memerlukan model perilaku atau karakter yang terkontrol dan kebutuhan akan konsentrasi (fokus dan perhatian) yang baik. Anak-anak dengan gangguan ini cenderung suka berpindah aktivitas lain tanpa menyelesaikan aktivitas sebelumnya, kemudian pada tugas-tugas kognitif (yang memerlukan pikiran) tidak dapat berkonsentrasi dengan baik, dan cenderung terlibat dalam aktivitas yang tidak teratur, berlebihan, dan mengganggu. 2) Ciri khusus, terbagi menjadi tiga kategori: (1) Ketika bayi, dengan ciri-ciri: a) peka terhadap cahaya dan suara, b) sulit untuk tetap diam, sering menjerit dan menangis, c) sering kesulitan tidur bahkan terbangun dari tidurnya karena gelisah, d) tidak dapat makan atau minum susu dari ASI dan susu botol, f) suka memukul kepala, membenturkan kepala dan menjatuhkan kepala ke belakang, dan e) sulit untuk digendong dan ditenangkan. (2) Pada anak usia prasekolah (usia 2-4 tahun) dengan ciri-ciri: a) canggung dan ceroboh, b) sering jatuh, c) sering menggerakkan tangan dan kaki sambil duduk, d) sering melukai diri sendiri, e) sering meninggalkan tempat duduknya, dan g) suka berkelahi. (3) Pada anak usia sekolah (usia 4-7 tahun) yang menunjukkan ciri-ciri: a) suka memanjat dan berlari secara berlebihan, b) tidak dapat melakukan atau berpartisipasi dalam kegiatan dengan tenang, c) berlebihan dalam bergerak bahkan tenangnya tidak habis, d) sulit menunggu, e) banyak bicara bahkan sering menyela pembicaraan, f) tidak memperhatikan lawan bicaranya, dan g) sulit berkonsentrasi dan memfokuskan pikiran (Dayu, 2013).

Menurut Watson dalam (Fadillah, 2014), ciri-ciri anak dengan gangguan pemusatan perhatian meliputi: 1) Inatensi, yang mengacu pada kesulitan anak dalam memperhatikan. Selain itu, anak cenderung mudah terganggu oleh perasaan atau rangsangan yang datang secara mendadak, mampu mempertahankan tugas hanya dalam waktu yang singkat. 2) Impulsif, juga dikenal sebagai gangguan perilaku di mana seseorang bertindak tanpa memikirkannya karena dikendalikan oleh perasaan mereka dan bereaksi dengan cepat. Sulit bagi anak dengan sifat impulsif ini untuk memprioritaskan kegiatan dan mempertimbangkan perilaku yang akan ditampilkan sedemikian rupa sehingga menimbulkan masalah bagi anak dan lingkungannya. 3) Hiperaktif, artinya bergerak terlalu banyak atau berlebihan daripada anak-anak lain seusianya. Ini disebabkan pada saat masih bayi sulit untuk tenang dan banyak bergerak. Jika dibandingkan dengan orang yang aktif dan produktif, perilaku anak hiperaktif tampak tanpa tujuan karena tidak mampu mengontrol aktivitas motoriknya. Akibatnya, mereka tidak bisa membedakan gerakan yang penting dan tidak penting serta gerakan yang dilakukannya terus menerus tanpa lelah.

Merujuk beberapa penalaran di atas, dapat diketahui bahwa ciri-ciri anak hiperaktif antara lain: (1) Perhatiannya yang pendek, maksudnya anak hiperaktif sering melamun, sulit mengikuti perintah dan kurang termotivasi, anak sering menunda menyelesaikan tugas karena perhatiannya teralihkan kepada hal yang lainnya serta kesulitan dalam memusatkan perhatian. (2) Daya ingat jangka pendek yang turun atau lemah, maksudnya anak hiperaktif ketika mengingat informasi yang baru mengalami kesulitan karena tidak mampu merespon dengan baik setiap instruksi sehingga hal ini mempengaruhi kegiatan belajar anak. (3) Gangguan motorik dan koordinasi, maksudnya anak dengan hiperaktif akan mengalami gangguan motorik kasar seperti kesulitan dalam keseimbangan naik sepeda, berlari dan melompat. Selain itu, gangguan motorik halus akan membuat anak kesulitan seperti mewarnai, memakai sepatu, mengancingkan baju, bahkan sulit membaca tulisannya sendiri. Adapun gangguan koordinasi yaitu gerakannya cenderung terburu-buru dan tampak kurang terampil seperti gangguan koordinasi antara mata dan tangan pada saat menendang, melempar bola, dan mengikuti kegiatan olahraga.

(4) Memiliki gangguan ketika mengatur atau mengorganisir suatu kegiatan, maksudnya anak hiperaktif akan mengalami kesulitan dalam kegiatan sehari-harinya seperti mengatur kamarnya, mengikuti ulangan, dan kurang memperhatikan jawaban yang tepat. (5) Gangguan impulsivitas, maksudnya anak hiperaktif tidak memikirkan dari awal akibat ketika berbuat sesuatu (bertindak sebelum berpikir) seperti menyeberang jalan tanpa melihat kanan-kiri, menyalakan api, melompat dari ketinggian yang berbahaya, berbicara tanpa memikirkan perasaan orang lain, tidak sabaran, cepat marah, dan lain-lain. (6) Kesulitan dalam menyesuaikan diri, maksudnya anak hiperaktif akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dalam hal dan situasi yang baru karena anak lebih suka dengan lingkungan yang lama dan sudah dikenal. (7) Tidak stabilnya emosi baik dalam bentuk watak maupun suasana hatinya, maksudnya anak yang hiperaktif dalam menentukan suasana hati yang dari sedih berpindah ke gembira mengalami kelabilan dalam berperilaku karena stimulus atau respon yang menyenangkan menyebabkan berlebihannya kegembiraan sedangkan hal yang tidak disukai baginya (tidak menyenangkan) maka akan menimbulkan kemarahan yang besar baginya. Selain itu, bagi anak yang hiperaktif cenderung memiliki konsep atau jati diri yang rendah seperti menolak bermain dengan anak yang seusiannya dan lebih memilih bermain dengan usia yang lebih muda darinya sehingga apabila anak tidak dapat menunjukkan kemajuan dalam mengembangkan keterampilan sosialnya maka akan memunculkan citra diri yang negatif.

### **3. Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku Hiperaktif dan Dampaknya Bagi Anak**

Menurut Musbikin dalam (Ulfah, 2019), faktor hiperaktif pada anak disebabkan karena: (1) Faktor psikologis, maksudnya perhatian yang kurang dari orangtuanya sehingga anak berperilaku hiperaktif agar lingkungannya terutama orang tuanya memberikan perhatian. (2) Faktor pemanjaan, maksudnya memberikan perlakuan yang berlebihan kepada anak sehingga anak menjadi manja dan memilih cara mereka sendiri dan bahkan memperdaya orang tuanya agar kebutuhannya terpenuhi. Anak yang sering dimanja akan membuat anak dapat berbuat semaunya saja karena kurangnya pengarahan yang diberikan seperti ketika

berada di sekolah maka anak akan lebih memilih berlari dan tidak memperhatikan gurunya. (3) Faktor kurangnya pengawasan dan disiplin, maksudnya yaitu anak yang kurang pengawasan dan disiplin maka akan menciptakan perilaku yang cenderung kurang dibatasi dan sesuka hatinya. Hal-hal yang dikerjakan sang anak tadi dibiarkan begitu saja bahkan orang tuanya tidak memperhatikan. Apabila anak dibiarkan begitu saja sesuai kemauanya ketika berada di rumah maka dipastikan perilaku anak yang berbuat semaunya saja juga akan dilakukan ketika berada di sekolah. (4) Faktor orientasi kesenangan, artinya anak dengan kepribadian berorientasi pada kesenangan/hedonis cenderung memiliki sifat hiperaktif secara sosio-psikologis. Anak dengan kepribadian seperti ini, harus dididik atau diajarkan secara berbeda dari anak normal seusianya agar mau beradaptasi dan mendengarkan. Anak yang cenderung seperti ini, juga mau agar keinginannya atau kebutuhannya sendiri terpuaskan, bahkan mementingkan pada kesenangan perilakunya daripada hukuman yang akan didapatkan. Misalnya, seorang anak akan mengerjakan sesuatu hal yang disenangnya bahkan tidak mementingkan aturan yang telah dibuat oleh orang lain. Bahkan, seorang anak mungkin sudah mengetahui bahwa ketika tidak mengikuti aturan maka tentunya harus dihukum, tetapi karena anak menyukai hal tersebut, dia akan tetap melakukannya meskipun ia mengkhawatirkan akan hukumannya nanti.

Adapun faktor penyebab anak hiperaktif menurut Sunardi dalam (Sulthon, 2020) disebabkan: (1) faktor biologis, yang terdiri dari faktor gen/keturunan dan faktor lingkungan. Faktor genetik artinya anak hiperaktif merupakan anak yang berasal dari keturunan dengan adanya perilaku hiperaktif. Adapun faktor lingkungan yang dapat menyebabkan hiperaktif diantaranya terhirup atau tercernanya serbuk timah melalui palapukan perabot rumah tangga terutama peralatan dapur, gangguan pencahayaan ruangan disertai adanya bau yang menyengat, adanya polusi dan suhu udara, kemiskinan dan adanya suara yang bising/ribut. (2) Faktor psikologis, artinya hiperaktif dapat disebabkan oleh kurangnya stimulus atau rangsangan dari orang tua, guru, maupun masyarakat sekitar yang mestinya harus didapatkan pada anak yang hiperaktif karena perilaku menyimpang yang dilakukan oleh anak hiperaktif dapat dimanipulasi melalui

penanganan sosial seperti pembiasaan, penghargaan, hukuman, yang pada hakekatnya mengendalikan perilaku hiperaktif.

Penyebab anak hiperaktif dipengaruhi oleh dua hal yaitu: (1) Kondisi ibu saat hamil, artinya selama hamil ibu sering memakan makanan yang tidak baik bahkan meminum minuman keras (alkohol) yang juga tidak baik bagi janinnya sehingga hal ini tentunya berakibat anak yang akan dilahirkan nantinya juga akan menjadi hiperaktif, adanya persalinan lama dan penggunaan alat bantu persalinan juga berisiko tinggi memiliki anak hiperaktif. (2) Faktor keturunan (genetik), yaitu diasumsikan sebagai anak hiperaktif karena keluarganya juga memiliki riwayat perilaku hiperaktif (Warni, 2020).

Anak dengan perilaku hiperaktif dapat menimbulkan dampak negatif bagi anak tersebut, seperti gizi buruk, cacat fisik, kondisi tubuhnya lemah, prestasi yang buruk, percaya dirinya kurang sehingga temannya sedikit. Sedangkan menurut Baihaqi dan Sugiarmun dalam (Azmira, 2015) anak hiperaktif dapat berpengaruh atau berdampak pada tiga aspek yaitu: pendidikan, perilaku dan sosial anak (1) Dampak pada pendidikan, yaitu hiperaktivitas dapat mempengaruhi tingkat akademik seorang anak, misalnya lambat dalam melakukan sesuatu atau tidak dapat memulai sesuatu. Adapun pada aspek prestasi yaitu mereka tidak tahu bagaimana mengontrol dengan baik kegiatan belajarnya dan ketika mengerjakan tugas juga terlalu lamban. Dampak lainnya juga terlihat yaitu sering bingung dan lupa dalam banyak hal, seperti kebingungan dan lupa menyelesaikan jadwal atau tugasnya, sering lupa perintah atau penjelasan dari guru sehingga pekerjaannya terlambat dan menumpuk dan bahkan tidak selesai. (2) Dampak pada perilaku, yaitu dapat mengarah pada apa yang dibutuhkan karakter anak, mengganggu orang lain sedemikian rupa sehingga menimbulkan frustrasi. Anak hiperaktif tidak dapat mengendalikan diri sehingga menimbulkan kecemasan, ingin menjadi pemimpin dan berlebihan berbicara dibandingkan temannya. Kecenderungan lainnya juga terlihat seperti kebingungan mengenai perintah atau arahan, pekerjaan rumah, tugas sekolah dan mereka suka mengganggu temannya yang lain. (3) Dampak sosial, yaitu sering melakukan kegiatan sendiri, tidak peka atau tidak peduli dengan hal-hal yang ada disekelilingnya, kurang dewasa bahkan egois sehingga tidak berpikir panjang

saat beraktivitas. Dalam situasi tertentu, anak hiperaktif banyak membuat gaduh keadaan sehingga mengganggu orang-orang di sekitarnya, tidak sabar dan tidak mau menunggu giliran.

Masalah anak hiperaktif menjadi beban karena berdampak pada anak itu sendiri dan orang lain. Menurut Izzaty dalam (Kusumawati, 2010) menyatakan bahwa masalah bicara dan masalah kesehatan akan menjadi dampak bagi anak yang hiperaktif. (1) Berdampak pada masalah bicara, yaitu anak terlalu banyak bicara atau banyak omongan tetapi sebenarnya tidak pandai berkomunikasi. Anak-anak dengan gangguan pemusatan perhatian mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain, tidak mampu merespon orang lain dengan tepat bahkan cenderung egois. (2) Berdampak pada masalah kesehatan, yaitu anak memiliki masalah kesehatan karena fisik mereka tidak sekuat dan tidak sebaik fisik dari teman-temannya. Gangguan lain juga sering terjadi seperti suka alergi, sakit tenggorokan dan asma/sesak napas. Selain itu, biasanya ketika tidur kurang tenang dibandingkan anak yang lainnya bahkan sering ditemui anak hiperaktif kesulitan untuk bisa tidur dan suka terbangun pada malam hari. Selain itu, Kusumawati menyatakan bahwa penyebab sekaligus dampak akan didapatkan anak hiperaktif yaitu terjadi di rumah maupun sekolah. (1) Penyebab anak hiperaktif di rumah cenderung lebih mudah cemas dan depresi adalah karena mereka memiliki toleransi frustrasi yang rendah, sehingga mudah emosi ketika mengalami frustrasi. Anak juga akan mudah tersinggung atau marah ketika kemauannya tidak terpenuhi dan cenderung keras kepala sehingga karena faktor inilah anak hiperaktif lebih sulit untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Anak yang hiperaktif akan sering mengalami penolakan dari keluarga dan temannya bahkan dianggap sebagai anak yang nakal. Bahkan, orang tua sering menjadi jengkel, memperlakukan anak dengan kurang kasih sayang, mengontrol anak secara berlebihan, sering menghukum dan mengkritik anak. Adanya perlakuan dari orang tua tersebut, menyebabkan anak mengalami penolakan dan pemberontakan sehingga kondisi yang terjadi di rumah akhirnya tidak nyaman dan tidak menyenangkan. Akhirnya, anak-anak juga akan merasa citra dirinya negatif dan mengalami perasaan selalu gagal, malu, tidak mampu, dan mengalami penolakan sebagai akibat dari kegagalan sosial di mana-mana. (2)

Penyebab dan dampak di sekolah, yaitu jika anak hiperaktif tidak dapat mengikuti pelajaran yang diajarkan guru dengan baik, kemampuan konsentrasinya mudah terganggu, waktu konsentrasinya singkat yang menjadikan anak mau menyelesaikan tugas sekolah dengan cepat, dan jika berbicara dalam situasi yang tidak seharusnya bahkan mengganggu orang yang diajaknya berbicara. Adanya perilaku tersebut, membuat guru mengira bahwa anak ini tidak memperhatikan dan tidak serius mengikuti pelajaran di kelas.

Perilaku hiperaktif yang dialami anak maka akan berdampak pada ketergantungan perilaku, menjadi perilaku fundamental atau perilaku fondasi, dan role model yang buruk. (1) Perilaku ketergantungan artinya jika mendapatkan sesuatu yang baik melalui perilaku/aktivitas hiperaktifnya, misalnya mendapatkan kesenangan dan penghargaan maka anak ingin terus mempertahankan perilaku/aktivitas tersebut. (2) Menjadi perilaku fundamental artinya jika anak cenderung banyak berperilaku hiperaktif di masa kanak-kanak, hal ini justru menjadi dasar ataupun fondasi dimasa dewasanya untuk tetap melakukan perilaku hiperaktif tersebut. (3) Role model yang buruk, maksudnya adanya perilaku/aktivitas hiperaktif pada anak maka benar-benar memiliki efek sosial karena perilaku/aktivitas dari anak hiperaktif ini akan dicontoh oleh anak-anak yang lain yang melihat aktivitas perilaku tersebut (Desiningrum, 2016).

Merujuk beberapa penalaran di atas, dapat diketahui faktor penyebab anak hiperkatif antara lain karena faktor psikologis, memanjakan, kurangnya pengawasan dan kurang disiplin, berorientasi pada kesenangan, adanya faktor biologis yang terdiri dari faktor keturunan dan aspek lingkungan, serta kondisi lingkungan ibu selama kehamilan maksudnya jika ibu sering mengonsumsi makanan maupun minuman yang tidak baik bagi janin selama masa kehamilan, maka akan berdampak pada bayi yang dikandungnya yang berpeluang menjadi anak hiperaktif. Selain itu, perilaku hiperaktif juga bisa disebabkan oleh faktor internal yaitu faktor yang timbul dari dalam diri seseorang misalnya terganggunya kesehatan dan kondisi yang kurang baik pada jasmani. Kemudian adanya faktor eksternal yaitu faktor yang disebabkan karena lingkungan dari luar misalnya lingkungan sekolah (seperti hubungan dengan teman lebih muda atau lebih tua serta

lingkungan sosial yang tidak sesuai dengan norma yang ada) dan lingkungan keluarga (seperti kedisiplinan orang tua yang kaku, otoriter, terlalu lunak, dan kurangnya komunikasi keluarga).

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa anak yang hiperaktivitas dapat menjadi perhatian begitu banyak orang disekelilingnya terutama orang tua dan guru. Ini bisa dimaklumi, karena perilaku/aktivitas anak ini menimbulkan dampak atau efek buruk. Konsekuensi dari perilaku hiperaktif dapat mempengaruhi anak itu sendiri maupun orang-orang yang ada sekitarnya. Untuk itu, apabila perilaku/aktivitas hiperaktif tersebut tidak langsung dibenahi atau ditangani maka akan berdampak pada siswa maupun lingkungan lainnya. Siswa lain di lingkungan sekolah akan takut dan menghindari anak hiperaktif sehingga anak hiperaktif tersebut akan merasa tersisihkan dari lingkungan disekitarnya. Bahkan, anak tersebut akan mengembangkan perilaku/aktivitas yang gigih. Perilaku tersebut jika tidak ditangani akan mempengaruhi atau berdampak pada perkembangan anak selanjutnya pada masa remaja, ia akan menunjukkan perilaku khas kenakalan remaja. Selain itu, perilaku hiperaktif juga mempengaruhi tumbuh kembang anak, misalnya ketika mengikuti pelajaran tidak fokus atau kurang perhatian, sering tidak berhasil untuk menyelesaikan pekerjaan yang telah diberikan, mengganggu proses pembelajaran karena anak sering berjalan, berlari, dan berteriak di dalam kelas.

#### **4. Penanganan Mengatasi Perilaku Anak Hiperaktif dalam Pendidikan**

Penanganan untuk mengatasi perilaku anak yang hiperaktif dapat dilakukan oleh pihak sekolah maupun orang tua, seperti: (1) Obat-obatan, yang berarti penggunaan obat perangsang syaraf, karena anak hiperaktif menyakini bahwa obat memiliki efek yang lebih besar daripada pengendalian diri. Tugas guru adalah menasihati orang tua untuk mencari bantuan medis, karena obat ini diharapkan menstabilkan otak sehingga anak bisa memusatkan perhatiannya dan bisa lebih tenang. (2) Diet, yaitu pola makan dengan tujuan untuk mengurangi berbagai pantangan makanan, seperti penyedap dan pewarna makanan. Peran guru adalah memberikan pesan dan bekerjasama dengan orang tua untuk mengawasi anak agar tidak mengkonsumsi makanan yang mengandung penyedap dan pewarna makanan sehingga perilaku anak dapat lebih terkontrol. (3) Structured environment, artinya

lingkungan yang berstruktur dengan menekankan pada penciptaan lingkungan belajar bagi anak, contohnya mengurangi benda atau gambar-gambar yang ada di kelas yang bisa mengalihkan perhatian anak. Untuk itu, guru perlu berkolaborasi dengan pihak-pihak yang lain khususnya sekolah terkait persoalan penataan kelas, penggunaan pencahayaan dan warna, serta penataan gambar di dalam kelas, yang dapat menimbulkan hiperaktivitas pada anak. Selain itu, guru dan personel sekolah lainnya tidak memberikan julukan kepada anak hiperaktif atau mencapnya sebagai anak nakal. (4) Modifikasi perilaku, maksudnya menciptakan mekanisme yang menghasilkan konsekuensi yang menyenangkan untuk perilaku yang diinginkan dan tidak menghasilkan konsekuensi yang tidak menyenangkan ketika perilaku yang tidak diinginkan terjadi. Menemukan alasan untuk perilaku yang tidak diinginkan adalah langkah pertama untuk menghilangkannya. Misalnya, jika seorang anak tidak dapat berdiam diri dan bertindak tidak semestinya, maka carilah alasan/tujuan di balik cara berperilaku anak untuk menumbuhkan cara berperilaku yang diinginkan/ideal, yaitu terus menciptakan dan mengembangkan lebih lanjut perilaku yang sesuai sehingga menjadi lebih baik. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan penghargaan kepada anak. (5) Biofeedback, artinya mengendalikan perilaku atau memberikan informasi kepada anak hiperaktif tentang keadaan perilakunya. Dalam hal ini, tugas guru adalah membekali anak hiperaktif dengan cara yang berbeda dari yang dipikirkan orang lain, informasi dalam bahasa yang dapat dimengerti yang mempengaruhi dirinya sendiri dan orang lain (Kusumawati, 2010).

Untuk mengatasi perilaku anak hiperaktif, guru dapat melakukan upaya sebagai berikut: (1) Bimbingan klasik yaitu, memberi hadiah, memuji anak, pembelajaran dengan konsep bermain, mewujudkan suasana belajar yang menyenangkan, dan perkembangan sikap sosial anak. (2) Bimbingan atau konseling individu, yaitu pemberian berupa perhatian secara khusus pada anak yang hiperaktif, pemberian nasehat atau teori secara lembut dan perlahan agar dipahami, menempatkan anak di kursi depan agar mudah diamatinya, terapi perilaku dengan nasehat yang lembut, mendorong komunikasi dan menerapkan metode psikologis dan konseling dengan baik. (3) Menggunakan susunan kata yang efektif yaitu

memberikan perintah atau instruksi kepada anak secara singkat, jelas, dan bermakna. (4) Libatkan anak hiperaktif dalam proses pembelajaran dan sediakan media utama agar menarik perhatiannya sehingga tidak saling mengganggu dengan teman yang lainnya (Warni, 2020).

Penanganan terhadap perilaku hiperaktif pada anak menurut Wenar dan Kerig dalam (Suprihatin, 2014) dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut: (1) Penanganan secara medis, yaitu penggunaan obat-obatan membantu mengontrol gejala hiperaktif, mengontrol impulsif, meningkatkan perhatian anak, membatasi dan mengurangi agresivitas dan hiperaktivitas pada anak, meningkatkan kemampuan fisik pada anak seperti olahraga dan menulis serta meningkatkan kemampuan anak agar fokus pada tugas atau aktivitas mental. (2) Penanganan non medis yaitu memberikan terapi pada anak hiperaktif seperti: a) psikoterapi untuk membantu anak menerima dan menjaga dirinya apa adanya. Dalam psikoterapi, pasien mendiskusikan perasaan dan pikiran yang tidak disenangi dengan terapis dan mencari cara agar dapat mengelola emosi mereka. b) Terapi perilaku kognitif untuk membantu anak mengubah perilakunya. Yaitu dengan memberikan penghargaan maupun penguatan agar dapat mengubah perilaku/aktivitas yang diharapkan sambil menghindari penguatan maupun hukuman negatif. c) Pelatihan keterampilan sosial yang ditujukan untuk dapat menolong anak memahami perilaku/aktivitas yang baru. Misalnya, terapis berdiskusi dan memberikan contoh perilaku yang diharapkan seperti berbagi mainan dengan orang lain, menunggu giliran, dan meminta bantuan. Sehingga dalam pelatihan ini, terapis mengajarkan pada anak cara berkomunikasi yang baik kepada orang lain. d) Support group (kelompok pendukung) berarti saling mendukung, yaitu kelompok pendukung akan berbagi keberhasilan dan kesulitan. Berbagi cerita kepada orang lain dengan memiliki kesamaan masalah dapat membuat orang tua dan anak merasa tidak sendirian. e) pelatihan orang tua yang dirancang untuk memberikan konseling kepada orang tua tentang perilaku anak-anak ADHD mereka. Jika orang tua melihat gangguan defisit perhatian pada anak mereka, mereka harus berkonsultasi terlebih dahulu dengan terapis atau psikolog anak tentang masalah anak tersebut. Adanya pelatihan ini, bertujuan agar orang tua mendapatkan bimbingan dari ahlinya (terapis) terkait hal-

hal yang harus dikerjakan di rumah sekaligus mengetahui cara mengubah sikap orang tua agar tidak menuntut anak secara berlebihan.

Setelah keluarga, sekolah adalah tempat untuk menimba ilmu. Sekolah seharusnya dapat memberikan rasa aman serta nyaman kepada siswanya. Membesarkan anak tidak mesti terjadi di rumah saja, akan tetapi juga bisa di sekolah. Anak hiperaktif harus mau berlatih berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Sekolah, khususnya sekolah negeri memiliki 8 cara untuk mendidik anak hiperaktif yaitu: (1) lebih memahami anak. Anak hiperaktif biasanya mengalami kesulitan dalam berinteraksi terhadap lingkungan di sekitarnya dikarenakan anak kesulitan mengelola emosinya. Untuk itu, guru diharapkan bisa bersabar menghadapi anak yang hiperaktif karena anak seperti itu adalah anak yang tidak mau dipaksa dan apabila dipaksa maka anak akan ketakutan, menjauh bahkan pergi. Penting dipikirkan agar sementara memberikan waktu anak untuk bersenang-senang, yang terpenting jangan sampai mengganggu teman lainnya belajar. (2) Tempatkan anak hiperaktif di kursi depan ketika duduk. Tujuannya agar memudahkan guru mengontrol dan mendapatkan perhatian anak. (3) Menarik perhatian anak dengan cara bermain. Pada proses pembelajaran, guru bisa memvariasikan cara mengajarnya melalui game atau bermain agar pembelajaran bisa lebih menyenangkan, misalnya mewarnai, menggambar, dan tebak-tebakan. (4) Diskusi kelompok. Dapat bersosialisasi dan berkomunikasi merupakan salah satu tujuan anak untuk disekolahkan. Dengan adanya diskusi kelompok atau percakapan akan mampu untuk mengembangkan keterampilan anak. (5) Berlatih disiplin. Disiplin itu penting dalam hidup. Mendisiplinkan anak hiperaktif dengan datang ke kelas tepat waktu, mengikuti perintah guru, mengerjakan PR, dan lain-lain. Mengajarkan disiplin ini kepada anak hiperaktif sebaiknya diajarkan secara perlahan. (6) Bicaralah. Maksudnya yaitu anak yang hiperaktif hendaknya diberi peluang untuk bisa berbicara. Pada proses pembelajaran, diharapkan guru memberi kesempatan kepada anak untuk berbicara tentang pengalaman mereka, kemudian guru mendengarkan dan mengevaluasi pernyataan tersebut (7) Memberi hadiah. Maksudnya memberi hadiah kepada anak hiperaktif itu bermanfaat karena dapat memunculkan dan menumbuhkan semangat mereka untuk bisa berprestasi. Hadiah

yang diberikan kepada anak tidak perlu yang mahal bahkan hadiah berupa ucapan yang baik dari lisan guru diharapkan bisa bermanfaat bagi anak. (8) Hindari dalam hal membandingkan anak. Anak hiperaktif atau normal tidak menyukai kegiatan perbandingan yang dapat menurunkan harga diri, merendahkan dan membuat malas dalam belajar. Cobalah untuk mengevaluasi pekerjaan anak hiperaktif, meskipun tidak memenuhi standar yang telah ditentukan (Suprihatin, 2014).

Anak hiperaktif yang mengalami beberapa gangguan pemusatan perhatian yaitu kesulitan berkonsentrasi dan konsisten maka membutuhkan pengobatan berkelanjutan. Terapi perlu dilakukan secara bertahap dan sesuai kebutuhan. Terapi yang dimaksud adalah: (1) Terapi musik. Musik adalah salah satu bentuk suara yang dapat menenangkan pikiran. Terapi musik ini dapat digunakan untuk menenangkan anak hiperaktif dan bisa untuk diatur sesuai kebutuhan, disarankan menggunakan frekuensi rendah untuk mencapai perasaan tenang. (2) Terapi bermain. Maksudnya yaitu untuk melatih konsentrasi anak hiperaktif, salah satunya caranya yaitu dengan bermain karena kegiatan ini dapat melatih otak sekaligus menyenangkan contohnya menyusun puzzle ataupun balok, tebak-tebakan kartu dan menghubungkan titik-titik. Diharapkan dengan adanya kegiatan bermain ini, anak akan memiliki pengendalian diri yang jauh lebih baik. (3) Terapi okupasi, maksudnya jenis terapi yang diberikan kepada penyandang disabilitas fisik dan mental, yang tujuannya adalah agar anak yang hiperaktif dalam kehidupannya sehari-hari bisa mandiri. Terapi ini menekankan aspek sensorik, motorik dan neurologis. Perlu dipahami bahwa terapi ini, dilakukan oleh para ahli dibidangnya. Terapi ini dilakukan dengan menyesuaikan kekurangan anak hiperaktif. Misalnya, anak hiperaktif yang kurang memiliki keterampilan motorik halus, tidak bisa atau tidak tahu cara menulis, berpakaian dengan benar, memasang kancing dengan urutan yang benar, dll. (4) Terapi warna, maksudnya terapi warna ini dapat mempengaruhi suasana hati seseorang. Secara umum, warna yang cerah dapat menandakan suasana yang gembira, ceria dan ceria. Pemberian warna lembut atau tidak cerah merupakan warna yang tepat untuk orang hiperaktif. Warna menawarkan ketenangan tersendiri bagi pasien hiperaktif. Pilihan warnanya abu-abu, hijau lumut, coklat dan biru. Terapi warna ini dapat diterapkan pada pakaian dan dinding kamar anak. (5)

Perawatan obat. Obat-obatan merupakan salah satu terapi yang dapat digunakan untuk meningkatkan konsentrasi dengan mengurangi gejala pada penderita hiperaktif dengan tetap memperhatikan efek samping karena efek obat tersebut terbagi menjadi tiga yaitu yang bersifat jangka pendek, jangka menengah, dan jangka panjang. (6) Dukungan psikologis. Maksudnya dukungan yang berasal dari lingkungan anak seperti keluarga, sekolah dan lingkungan sekitarnya. Dukungan psikologis ini sangat berarti dan begitu penting bagi anak karena terapi obat tidak dapat memberikan banyak perubahan pada perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik tanpa dukungan psikologis dari orang-orang di sekitarnya. Artinya, pemberian kasih sayang, perhatian, memuji anak dan mendukung kemampuan anak merupakan hal yang paling penting dilakukan kepada anak-anak dengan kecenderungan hiperaktif (Ulfah, 2019).

Anak hiperaktif dengan beberapa masalah yang menyertainya akan kesulitan dalam bertindak dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Adanya hal ini, memerlukan pengaturan yang memungkinkan anak-anak untuk melakukan pengendalian diri atas seluruh perilaku mereka. Selain itu, setiap perlakuan yang diberikan kepada anak hiperaktif harus secepat mungkin untuk diberikan umpan balik dan konsisten agar menghindari perilaku yang tidak diinginkan dan untuk memperkuat perilaku yang diinginkan.

Menurut (Wiyani, 2014), hal-hal yang harus diberikan kepada anak dengan perilaku hiperaktif, antara lain: (1) Kebutuhan pengendalian diri, yaitu sebisa mungkin untuk mengurangi ataupun menghilangkan hiperaktivitas, pengendalian impulsivitas serta meningkatkan rentang perhatian. Untuk itu, yang dibutuhkan anak hiperaktif yaitu; a) rutinitas, struktur, dan konsistensi maksudnya perlunya dibuatkan jadwal harian dalam bentuk visual dan ditempel ditempat yang mudah dilihat. Kemudian perlunya ditentukan dengan detail disertai konsekuensi apabila anak tidak melakukan aturan tersebut (melanggar aturan). Setelah menerapkan aturan, perlunya konsistensi dalam menerapkan disiplin maksudnya apabila terdapat tingkah laku yang positif maka akan diberikan hadiah dan apabila melanggar aturan maka perlu diberikan hukuman ringan yang mendidik agar anak taat pada aturan. b) berfokus kepada hal-hal yang positif, maksudnya memberikan

perhatian yang maksimal pada keunggulan anak dan ketika mereka mengerjakan tingkah laku positif maka pemberian reward atau penghargaan akan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Menemukan hal-hal yang disukai anak dan mengembangkan secara optimal kemampuan tersebut agar dapat dibanggakan. c) Memberikan penjelasan yang sederhana dan singkat, maksudnya agar anak bisa mengerti dan memahami sesuatu hal yang disampaikan oleh orang lain, maka penjelasan tersebut hendaklah disampaikan dengan kata-kata yang sederhana, singkat, dan anak dalam situasi yang tenang. Untuk itu, sangatlah penting untuk menarik perhatian anak sebelum memberikan penjelasan dengan memastikan anak tidak sedang melamun atau melakukan aktivitas lain, pastikan anak mendengarkan perkataan yang ingin disampaikan, memperhatikan nada suara yang akan digunakan ketika berbicara pada anak seperti nada suara yang datar, monoton, ataupun tegas. d). Hindari argumentasi dan eskalasi, maksudnya menghindari konflik dan argumen yang berkepanjangan semaksimal mungkin. Jangan memberikan terlalu banyak penjelasan karena akan menimbulkan pertengkaran; alih-alih, abaikan saja protes anak-anak dan berikan perintah atau larangan singkat dan tegas. Menjelaskan konsekuensi dari keputusan anak sangat penting: Dia akan diberi hadiah jika dia memilih untuk mengikuti instruksi sedangkan jika dia memilih untuk menolak, maka akan memperoleh konsekuensi negatif. e) Mengabaikan hal-hal yang tidak penting, yang berarti penting untuk dipahami bahwa anak-anak dengan perilaku hiperaktif mungkin tidak selalu harus berperilaku dengan cara tertentu dan mengikuti norma-norma sosial. Buat daftar prioritas untuk perilaku anak seperti melakukan yang terbaik tidak agresif dan mampu menghindari bahaya. Untuk mencegah anak menjadi frustrasi, kegiatan lain yang bersifat sekunder tidak boleh terlalu menantang. (2) Kebutuhan belajar, khususnya anak hiperaktif, memerlukan pengembangan diri melalui pendidikan karena memenuhi kebutuhan anak hiperaktif lebih menantang daripada anak normal. Anak tidak akan dapat belajar dengan baik jika tidak memiliki bantuan khusus. Ia akan kesulitan mewujudkan potensi penuhnya. Karena anak hiperaktif berbeda dengan anak lain, sulit memenuhi kebutuhan belajarnya karena membutuhkan lebih banyak ketekunan, pengetahuan dan keterampilan, ketangguhan dan keikhlasan. Sangat

penting bagi guru dan orang tua untuk berkolaborasi dan menentukan metode yang paling efektif untuk memilih berbagai strategi pembelajaran yang sesuai untuk anak hiperaktif.

Dari penjelasan di atas jelas bahwa komunikasi dan pendekatan kepada anak hiperaktif harus selalu ditingkatkan agar dapat belajar lebih banyak tentang anak hiperaktif yang memerlukan penanganan tersebut. Pembiasaan dan pengulangan sangat penting untuk mengajari anak hiperaktif untuk belajar, karena dapat membantu anak mengenali, memahami, dan mengingat apa yang perlu dilakukan. Selain itu, berkonsultasi dengan psikolog anak, meluangkan waktu untuk anak, memberikan kasih sayang yang memadai dan tepat, tidak selalu memenuhi tuntutan anak, memberikan perhatian yang memadai kepada anak, memantau anak setiap saat, dan membimbing mereka dalam belajar adalah semua metode penanganan perilaku anak hiperaktif. Selama proses pembelajaran, guru juga harus menggunakan teknik penguatan, orang tua dan guru harus memeriksa dan memahami anak, sabar dalam merawat anak, melatih fokusnya dan membangkitkan kepercayaan diri anak. Perlunya menjalin hubungan komunikasi yang baik antara orang tua, guru, dan sekolah dengan memberikan tugas-tugas yang menjamin keberhasilan anak-anak.

## **KESIMPULAN**

Perilaku anak hiperaktif merupakan anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian sehingga mempengaruhi konsentrasi anak disebabkan karena kurangnya perhatian sehingga berdampak pada fisik, psikis dan sosial anak. Masalah fisik seperti ketidakmampuan dalam mengendalikan diri sehingga berdampak pada psikis anak seperti menyakiti diri sendiri bahkan menjadi tidak stabil, dan pada akhirnya berdampak pula pada sosial anak yaitu lingkungan menganggap anak hiperaktif sebagai anak yang aneh. Ciri-ciri anak yang hiperaktif yaitu memiliki perhatian yang pendek, daya ingat jangka pendek yang turun atau lemah, gangguan motorik dan koordinasi, gangguan ketika mengatur atau mengorganisir suatu kegiatan, gangguan impulsivitas (tidak memikirkan terlebih dahulu akibat ketika melakukan suatu perbuatan/bertindak sebelum berpikir),

kesulitan dalam menyesuaikan diri, dan tidak stabilnya emosi baik dalam bentuk watak maupun suasana hatinya.

Ada beberapa faktor penyebab anak hiperaktif diantaranya yaitu faktor psikologis, memanjakan, kurangnya pengawasan dan kurang disiplin, berorientasi pada kesenangan, adanya faktor biologis yang terdiri dari faktor keturunan dan aspek lingkungan, serta kondisi lingkungan ibu selama kehamilan maksudnya jika ibu sering mengonsumsi makanan maupun minuman yang tidak baik bagi janin selama masa kehamilan, maka akan berdampak pada bayi yang dikandungnya yang berpeluang menjadi anak hiperaktif, serta faktor internal dan faktor eksternal. Adapun dampak atau konsekuensi dari perilaku hiperaktif dapat mempengaruhi anak itu sendiri maupun orang-orang yang ada sekitarnya. Untuk itu, apabila perilaku/aktivitas hiperaktif tersebut tidak langsung dibenahi atau ditangani maka akan berdampak pada siswa maupun lingkungan lainnya. Siswa lain di lingkungan sekolah akan takut dan menghindari anak hiperaktif sehingga anak hiperaktif tersebut akan merasa tersisihkan dari lingkungan disekitarnya. Selain itu, perilaku hiperaktif juga mempengaruhi tumbuh kembang anak, misalnya ketika mengikuti pelajaran tidak fokus atau kurang perhatian, sering tidak berhasil untuk menyelesaikan pekerjaan yang telah diberikan, mengganggu proses pembelajaran karena anak sering berjalan, berlari, dan berteriak di dalam kelas. Penanganan dalam mengatasi perilaku anak hiperaktif yaitu berkonsultasi dengan psikolog anak, meluangkan waktu untuk anak, memberikan kasih sayang yang memadai dan tepat, tidak selalu memenuhi tuntutan anak, memberikan perhatian yang memadai kepada anak, memantau anak setiap saat, dan membimbing mereka dalam belajar, orang tua dan guru harus memeriksa dan memahami anak, sabar dalam merawat anak, melatih fokusnya dan membangkitkan kepercayaan diri anak. Perlunya menjalin hubungan komunikasi yang baik antara orang tua, guru, dan sekolah dengan memberikan tugas-tugas yang menjamin keberhasilan anak-anak.

## **SARAN**

Berdasarkan beberapa temuan yang menyimpulkan bahwa anak hiperaktif bukanlah anak-anak yang harus dihindari dan dibenci tetapi perlu diberikan perhatian yang lebih serta memberikan penanganan semaksimal mungkin. Untuk

itu, diharapkan orang tua, guru, dan pihak sekolah selalu memperhatikan hal ini agar anak hiperaktif juga bisa merasakan bahwa mereka dipahami, disayangi dan diperhatikan oleh orang-orang disekelilingnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adrianto, T. T. (2011). *Mengembangkan Karakter Sukses Anak di Era Cyber*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Azmira, V. (2015). *A gift: Anak Hiperaktif*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Baihaqi dan Sugiartmin. (2014). *Memahami dan Membantu Anak ADHD*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Darmalaksana, W. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan*. Digital Library UIN Sunan Gunung Jati Bandung.
- Dayu. (2013). *Mendidik Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder): Hal-hal Yang Tidak Bisa Dilakukan Obat*. Yogyakarta: Javalitera.
- Desiningrum, D. R. (2016). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Psikosain.
- Fachrul Rozie; Dita Safitri; Wiwik Hayani. (2019). Peran Guru dalam Penanganan Perilaku Anak Hiperaktif di TK Negeri 1 Samarinda. *Journal of Early Childhood Education*, 1(2).
- Fadillah. (2014). *Edutainment Pendidikan Anak Usia Dini (I)*. Jakarta: Kencana Prenamedia Group.
- Ismail, I. (2010). *Mengatasi Problem Anak Sehari-hari*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Kusumawati, E. (2010). *Studi Kasus Perilaku Hiperaktif dan Faktor Penyebabnya pada Siswa Kelas III SD Negeri Mranggen 05 Kecamatan Polokarto Kabupaten Sukoharjo Tahun Pelajaran 2009/2010*. Surakarta.
- Magenta, T. (2019). *Pemikiran Humanistik dalam Pendidikan Islam Perspektif Syed Muhammad Naquid Al-Attas*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Nurussakinah, D. (2019). *Psikologi Pendidikan dan Permasalahan Umum Peserta Didik*. Medan: Perdana Publishing.
- Rafael Lisinus & Pastiria Sembring. (2020). *Sebuah Perspektif Bimbingan dan Konseling "Pembinaan Anak Berkebutuhan Khusus"*. Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Siti Astari Litami Damanik. (2018). Upaya Guru Pendidikan Agama Islam dalam Pembentukan Akhlak Pada Anak Berkebutuhan Khusus Hiperaktif di SLB Negeri 2 Yogyakarta. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Yogyakarta.
- Sultan. (2015). Perilaku Hiperaktif Siswa di SMP Negeri 2 Pinrang. *Jurnal Al-Islah: Jurnal Pendidikan Islam*, 13(2).
- Sulthon. (2020). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Suprihatin, T. (2014). Modifikasi Perilaku Untuk Meningkatkan Perilaku Memperhatikan Pada Siswa SD Yang Mengalami Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 9(2).
- Switri, E. (2020). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Pasuruan: Penerbit

Qiara Media.

Ulfah, W. V. (2019). *Perilaku Hiperaktif dan Faktor Penyebabnya (Studi Kasus Pada Siswa Kelas III di SD Kraton 5 Kota Tegal)*. Universitas Negeri Semarang.

Warni, L. (2020). *Perilaku Hiperaktif di Raudhatul Athfal Al-Huda Tahun Ajaran 2019-2020*. UIN Sumatera Utara.

Wiyani, A. N. (2014). *Penanganan Anak Usia Dini Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.