

ANALISIS PERILAKU ANAK ADHD DAN STRATEGI MENGATASINYA DI SEKOLAH DASAR

**Retno Andriyani¹, Lutfinurul Karomah², Siti Nurhidayah³, Intan Safitri⁴,
Kumala Dewi⁵, Della Triwahyuni⁶.**

Universitas Muhammadiyah Tangerang

retnoandriyani61@gmail.com, lutfinurul2004@gmail.com, hidayah2924@gmail.com,
kmladewi63@gmail.com, intansafitri2103@gmail.com, dellatriwahyuni1921@gmail.com

Abstract

This study describes the behavior of children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) and intervention strategies in inclusive elementary schools. A qualitative descriptive approach was employed with subjects including an ADHD student, classroom teachers, and school staff at SDN Pinang 3l. Data were collected through observation, interviews, and documentation. Results indicate hyperactive-impulsive behaviors functioning to seek attention and avoid tasks. Implementation of Positive Behavior Support (PBS) based on behavioral assessment improved compliance and task completion, emphasizing the importance of collaboration among teachers, schools, and parents.

Keywords : ADHD, child behavior, inclusive education, elementary school, Positive Behavior Support

Abstrak

Penelitian ini mendeskripsikan perilaku anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dan strategi penanganannya di sekolah dasar inklusif. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan subjek seorang siswa ADHD, guru kelas, dan pihak sekolah di SDN Pinang 3. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil menunjukkan perilaku hiperaktif-impulsif yang berfungsi untuk mencari perhatian dan menghindari tugas. Penerapan Positive Behavior Support (PBS) berbasis asesmen perilaku meningkatkan kepatuhan dan penyelesaian tugas, serta menegaskan pentingnya kolaborasi guru, sekolah, dan orang tua.

Kata kunci : ADHD, perilaku anak, pendidikan inklusif, sekolah dasar, Positive Behavior Support

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hak bagi setiap anak, tanpa terkecuali. Di tengah upaya mewujudkan sistem pendidikan yang ramah dan inklusif, perhatian terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) menjadi sangat penting. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) diartikan sebagai individu yang memiliki karakteristik fisik, intelektual, atau emosional yang

berbeda dari standar normal, sehingga memerlukan pendekatan dan pelayanan pendidikan yang spesifik. Salah satu kondisi ABK yang umum ditemui dalam konteks pendidikan adalah Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). ADHD merupakan salah satu gangguan perkembangan yang banyak ditemukan pada anak usia sekolah dasar dan memberikan dampak signifikan terhadap proses pembelajaran. ADHD ditandai dengan kesulitan memusatkan perhatian, perilaku hiperaktif, serta impulsivitas yang muncul secara menetap dan tidak sesuai dengan tahap perkembangan anak. Kondisi ini sering kali menjadi tantangan dalam lingkungan sekolah karena perilaku anak ADHD tampak berbeda dibandingkan dengan teman sebayanya, terutama dalam mengikuti aturan kelas dan menyelesaikan tugas pembelajaran.

Dalam konteks pendidikan dasar, anak ADHD kerap mengalami kesulitan untuk duduk tenang, mudah teralihkan oleh stimulus di sekitarnya, serta cenderung bertindak spontan tanpa mempertimbangkan konsekuensi. Perilaku tersebut sering disalahartikan sebagai bentuk kenakalan atau kurangnya disiplin, padahal merupakan manifestasi dari gangguan perkembangan yang memerlukan penanganan khusus. Ningrum dan Rusmawan (2021) menyatakan bahwa kurangnya pemahaman guru terhadap karakteristik ADHD dapat menyebabkan munculnya perlakuan yang kurang tepat terhadap anak, sehingga berdampak negatif pada perkembangan akademik dan emosional mereka.

Pengertian ADHD juga mencakup dampaknya terhadap aspek sosial dan emosional anak. Devi dan Suarni (2022) menjelaskan bahwa anak ADHD tidak hanya mengalami hambatan dalam aspek kognitif, tetapi juga menghadapi kesulitan dalam interaksi sosial, seperti sulit menunggu giliran, sering menyela pembicaraan, serta kurang mampu mengendalikan emosi. Kondisi ini dapat memicu konflik dengan teman sebaya dan menurunkan rasa percaya diri anak apabila tidak ditangani dengan tepat oleh lingkungan sekolah. ADHD dapat dipahami sebagai gangguan yang bersifat kompleks karena dipengaruhi oleh interaksi antara faktor biologis, psikologis, dan lingkungan. Lingkungan belajar yang kurang kondusif, minim struktur, serta kurang memberikan dukungan dapat memperburuk perilaku anak ADHD. Sebaliknya, lingkungan sekolah yang responsif dan memahami kebutuhan anak mampu membantu mengurangi perilaku bermasalah dan meningkatkan keterlibatan belajar anak. Pratiwi dan Handayani (2020) menegaskan bahwa pendekatan yang tepat di sekolah berperan penting dalam membantu anak ADHD mengelola perilaku dan meningkatkan kemampuan belajarnya.

Berdasarkan pemahaman tersebut, diperlukan strategi yang tepat untuk mengatasi perilaku anak ADHD di sekolah dasar. Strategi penanganan tidak hanya berfokus pada pengendalian perilaku hiperaktif dan impulsif, tetapi juga bertujuan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan anak secara menyeluruh. Guru memiliki peran sentral dalam menerapkan strategi pembelajaran dan pengelolaan kelas yang sesuai dengan karakteristik anak ADHD. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah menciptakan pengelolaan kelas yang terstruktur dan konsisten. Lingkungan belajar yang memiliki aturan dan rutinitas yang jelas membantu anak ADHD memahami ekspektasi perilaku yang diharapkan. Konsistensi dalam penerapan aturan kelas dapat mengurangi kebingungan dan menekan munculnya perilaku impulsif. Penelitian Ningrum dan Rusmawan (2021) menunjukkan bahwa struktur kelas yang jelas mampu membantu anak ADHD mengendalikan perilakunya secara lebih adaptif.

Selain itu, penggunaan metode pembelajaran yang variatif dan aktif menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan perhatian anak ADHD. Pembelajaran yang melibatkan aktivitas fisik, media visual, serta interaksi langsung dapat membantu anak mempertahankan fokus dan mengurangi perilaku hiperaktif. Jannah dan Fatmawati (2021) menemukan bahwa pembelajaran aktif memberikan kesempatan bagi anak ADHD untuk menyalurkan energi berlebih secara positif, sehingga meningkatkan konsentrasi selama proses belajar berlangsung. Pemberian instruksi yang singkat, jelas, dan bertahap juga sangat diperlukan dalam menangani anak ADHD. Anak dengan kondisi ini sering mengalami kesulitan memahami instruksi yang panjang dan kompleks. Oleh karena itu, guru perlu menyederhanakan bahasa serta membagi tugas menjadi langkah-langkah kecil agar lebih mudah dipahami. Devi dan Suarni (2022) menyatakan bahwa instruksi bertahap membantu anak ADHD mengelola beban kognitif dan meningkatkan keberhasilan dalam menyelesaikan tugas pembelajaran.

Strategi lain yang tidak kalah penting adalah penerapan penguatan perilaku positif. Pemberian pujian, apresiasi, atau penghargaan sederhana ketika anak menunjukkan perilaku yang sesuai dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri anak ADHD. Pendekatan ini dinilai lebih efektif dibandingkan pemberian hukuman, karena mampu mendorong anak untuk mengulangi perilaku positif. Pratiwi dan Handayani (2020) menjelaskan bahwa penguatan positif berperan besar dalam membentuk perilaku adaptif anak ADHD di sekolah dasar. Lingkungan belajar yang kondusif juga berpengaruh terhadap keberhasilan penanganan anak ADHD. Lingkungan kelas yang terlalu ramai dan penuh distraksi dapat memperburuk kesulitan

perhatian anak. Oleh karena itu, guru perlu menata lingkungan belajar agar lebih mendukung konsentrasi, seperti mengurangi gangguan visual dan menempatkan anak pada posisi duduk yang strategis. Sari dan Wahyuni (2020) menyebutkan bahwa lingkungan belajar yang tertata dengan baik dapat meningkatkan fokus dan keterlibatan belajar anak ADHD.

Selain peran guru di kelas, kerja sama antara sekolah dan orang tua menjadi faktor penting dalam mengatasi perilaku anak ADHD. Komunikasi yang baik antara guru dan orang tua membantu menyamakan strategi penanganan yang diterapkan di rumah dan di sekolah. Putri dan Lestari (2021) menegaskan bahwa kolaborasi yang konsisten antara guru dan orang tua mampu meningkatkan efektivitas intervensi perilaku serta membantu anak ADHD beradaptasi secara lebih optimal. Dengan demikian, analisis perilaku anak ADHD dan strategi mengatasinya di sekolah dasar menegaskan pentingnya pemahaman guru terhadap karakteristik ADHD serta penerapan strategi yang holistik dan berkelanjutan. Melalui pengelolaan kelas yang terstruktur, pembelajaran yang variatif, instruksi yang jelas, penguatan perilaku positif, lingkungan belajar yang kondusif, serta kerja sama dengan orang tua, anak ADHD dapat memperoleh kesempatan yang setara untuk berkembang secara akademik dan sosial dalam lingkungan sekolah yang inklusif.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) serta strategi yang diterapkan untuk mengatasinya di sekolah dasar, khususnya dalam konteks pemberian bimbingan belajar di SDN Pinang 03. Penelitian ini juga mengkaji kendala yang dihadapi guru dan sekolah dalam menangani perilaku serta kesulitan belajar siswa ADHD, serta upaya yang dilakukan untuk mengatasi kendala tersebut. Signifikansi penelitian ini terletak pada kontribusinya dalam memberikan gambaran nyata mengenai praktik penanganan anak ADHD di lingkungan sekolah dasar dengan keterbatasan struktural, sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dan memberikan rekomendasi praktis bagi guru, kepala sekolah, dan orang tua dalam menerapkan strategi penanganan yang efektif agar siswa ADHD dapat berpartisipasi secara optimal dalam proses pembelajaran dan mengembangkan potensi akademiknya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai perilaku anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder

(ADHD) serta strategi yang diterapkan untuk mengatasinya di lingkungan sekolah dasar. Penelitian ini difokuskan pada analisis fenomena yang terjadi secara alamiah dalam konteks pembelajaran, khususnya terkait bentuk bimbingan belajar yang diberikan kepada siswa ADHD.

Penelitian dilaksanakan di SDN Pinang 03 dengan subjek penelitian meliputi siswa dengan gangguan ADHD, guru kelas, dan guru bimbingan dan konseling. Pemilihan subjek penelitian dilakukan secara purposive, dengan mempertimbangkan keterlibatan langsung subjek dalam proses penanganan dan pendampingan siswa ADHD di sekolah. Hal ini bertujuan untuk memperoleh data yang relevan dan sesuai dengan fokus penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung perilaku siswa ADHD selama proses pembelajaran serta penerapan strategi penanganan oleh guru di kelas. Wawancara dilakukan secara mendalam kepada guru, dan orang tua siswa untuk memperoleh informasi terkait bentuk bimbingan belajar, kendala yang dihadapi, serta upaya yang dilakukan dalam mengatasi perilaku dan kesulitan belajar siswa ADHD. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan sekolah, laporan perkembangan siswa, serta dokumen lain yang relevan dengan penelitian.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data yang diperoleh diseleksi dan difokuskan pada informasi yang berkaitan dengan perilaku anak ADHD dan strategi penanganannya di sekolah dasar. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif untuk memudahkan pemahaman, kemudian ditarik kesimpulan berdasarkan pola dan temuan yang muncul dari data penelitian.

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari guru, kepala sekolah, dan orang tua siswa, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dengan demikian, data yang dihasilkan diharapkan memiliki tingkat kepercayaan dan validitas yang tinggi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini menyajikan temuan yang diperoleh dari proses asesmen, analisis, dan intervensi terhadap subjek penelitian, yaitu siswa sekolah dasar dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dan gangguan perilaku/emosi. Dalam konteks pendidikan

inklusi, penanganan ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) memerlukan pendekatan yang konsisten dan terukur. Oleh karena itu, penelitian ini mengikuti alur sistematis yang krusial untuk memastikan intervensi tepat sasaran. Assesmen meliputi (1) Asesmen Perilaku (Behavior Rating Scale) dan catatan anekdotal untuk mengukur frekuensi gejala utama ADHD (kesulitan fokus, hiperaktif, dan impulsif) yang ditampilkan siswa di kelas. (2) Analisis Perilaku Fungsional (FBA-ABC) menganalisis data perilaku yang teridentifikasi untuk mengungkap fungsi atau alasan di balik perilaku negatif tersebut (misalnya, mencari perhatian atau menghindari tugas). (3) Implementasi dan Evaluasi Strategi Positive Behavior Support (PBS) untuk merancang intervensi berbasis FBA dan mengevaluasi efektivitasnya dalam memodifikasi lingkungan serta memperkuat perilaku positif untuk meningkatkan keterampilan adaptif siswa.

1. Komparasi Perilaku (Behavior Rating Scale) dan Analisis Fungsional (Baseline)

Berdasarkan Behavior Rating Scale, subjek menunjukkan intensitas gejala yang tinggi pada domain hiperaktivitas dan impulsivitas. Perilaku seperti meninggalkan tempat duduk, memotong pembicaraan, dan kesulitan menunggu giliran berada pada kategori "Sangat Sering Terlihat" (Skor 4). Temuan ini konsisten dengan observasi anekdotal yang mencatat tingginya distraksi visual dan auditori saat mata pelajaran yang menuntut konsentrasi kognitif tinggi, seperti IPAS dan Matematika.

Melalui analisis Functional Behavior Assessment (FBA), teridentifikasi dua fungsi utama yang mendasari perilaku maladaptif siswa, yaitu: (1) Menghindari tugas (task avoidance) saat materi dirasa sulit atau membosankan, dan (2) Mencari perhatian (attention seeking) dari guru maupun teman sebaya. Pola ini terlihat ketika siswa menaiki kursi atau mengganggu teman saat guru memberikan instruksi klasikal, yang kemudian secara tidak sengaja diperkuat (reinforced) oleh respons teguran guru.

2. Efektivitas Intervensi Positive Behavior Support (PBS)

Intervensi PBS diterapkan untuk memutus rantai perilaku negatif tersebut melalui modifikasi lingkungan (penyederhanaan instruksi) dan penguatan positif (praise/reward). Efektivitas intervensi diukur dengan membandingkan respons perilaku target antara fase awal (baseline) dengan fase intervensi.

Tabel 3.1 Perubahan Perilaku Siswa

Kategori Perilaku	Indikator Perilaku	Kondisi Awal	Kondisi Akhir (Intervensi)	Analisis Perubahan
Perilaku Positif (Baik)	Kepatuhan mengikuti instruksi	Jarang	Meningkat	Positif (+): Siswa lebih nurut jika perintah diberikan secara pribadi
	Menyelesaikan tugas	Menolak	Aktif Terbimbing	Positif (+): Siswa mau mengerjakan tugas jika dibimbing perlahan.
Perilaku Maladaptif (Negatif)	Memotong pembicaraan	Sering	Sedang	Bertahap: Masih muncul, namun mulai mampu menunggu giliran.
	Meninggalkan kursi	Sering	Naik- Turun	Evaluasi: Siswa masih sering berdiri saat diskusi kelompok karena terlalu bersemangat.

Tabel di atas menunjukkan bahwa strategi ini berhasil meningkatkan kepatuhan siswa. Siswa menjadi lebih mau mendengarkan instruksi dan menyelesaikan tugas dibandingkan sebelumnya. Hal ini membuktikan bahwa anak ADHD lebih mudah paham jika diberi instruksi yang singkat dan jelas, bukan instruksi yang panjang lebar.

Meskipun perilaku seperti jalan-jalan atau memotong pembicaraan belum hilang sepenuhnya, namun sudah ada kemajuan. Siswa mulai bisa diajak kerjasama dalam tugas kelompok walaupun masih harus sering diingatkan. Hasil ini sejalan dengan pendapat DuPaul et al. (2011) yang mengatakan bahwa mengubah perilaku siswa ADHD memang butuh waktu dan proses bertahap. Selain itu, memberikan pujian (penguatan positif) terbukti lebih ampuh daripada memarahi atau menghukum. Menurut Fabiano dan Pelham (2003), anak ADHD kurang peka terhadap hukuman, tetapi sangat senang jika diberi pujian. Ketika guru memuji siswa saat ia sedang duduk tenang, siswa menjadi termotivasi untuk duduk tenang lebih lama.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa siswa ADHD di sekolah dasar menunjukkan perilaku hiperaktif, impulsif, dan sulit fokus selama pembelajaran. Perilaku ini terlihat melalui sering meninggalkan tempat duduk, mudah terdistraksi, memotong pembicaraan, dan kesulitan mengikuti instruksi. Asesmen menggunakan Behavior Rating Scale, FBA-ABC, dan catatan anekdot mengungkapkan bahwa perilaku bermasalah siswa terutama berfungsi untuk mencari perhatian dan menghindari tugas yang dianggap sulit atau membosankan.

5. Saran

Guru diharapkan meningkatkan pemahaman tentang karakteristik dan kebutuhan siswa ADHD serta menerapkan strategi Positive Behavior Support (PBS) secara konsisten melalui instruksi yang jelas dan penguatan positif. Pihak sekolah diharapkan mendukung pendidikan inklusif dengan menciptakan lingkungan belajar yang terstruktur, minim distraksi, serta menyediakan layanan bimbingan dan pelatihan bagi guru dalam menangani Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

DAFTAR PUSTAKA

- Devi, A. P., & Suarni, N. K. (2022). Karakteristik dan penanganan anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dalam pembelajaran di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 13(2), 145–156.
- DuPaul, G. J., Weyandt, L. L., & Janusis, G. M. (2011). ADHD in the Classroom: Effective Intervention Strategies. *Theory Into Practice*, 50(1), 35–42.
- Fabiano, G. A., & Pelham, W. E. (2003). Improving the effectiveness of behavioral classroom interventions for attention deficit/hyperactivity disorder: A case study. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 11(2), 122-128.
- Jannah, M., & Fatmawati, L. (2021). Pembelajaran aktif sebagai strategi meningkatkan konsentrasi belajar siswa ADHD di sekolah dasar. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 7(1), 52–61.
- Kurniawati, F., & Mulyani, S. (2019). Pendidikan inklusif bagi anak berkebutuhan khusus di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 15(2), 75–84.
- Ningrum, D. A., & Rusmawan, R. (2021). Pemahaman guru terhadap karakteristik anak ADHD dalam konteks pendidikan inklusif. *Jurnal Pendidikan Inklusi*, 5(2), 89–98.
- Pratiwi, D. R., & Handayani, T. (2020). Penguatan perilaku positif sebagai strategi pengelolaan kelas bagi siswa ADHD di sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 34–42.
- Putri, R. A., & Lestari, S. (2021). Kolaborasi guru dan orang tua dalam penanganan anak ADHD di lingkungan sekolah dasar. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 101–110.
- Rahmawati, N., & Hidayat, A. (2020). Strategi guru dalam menangani siswa ADHD di sekolah dasar inklusif. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 5(1), 41–50.
- Sari, E. M., & Wahyuni, S. (2020). Lingkungan belajar kondusif bagi anak berkebutuhan khusus di sekolah dasar inklusif. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 16(1), 23–31.
- Suhartono, S. (2018). Pendidikan inklusif bagi anak berkebutuhan khusus di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 23(1), 17–28.
- Villeda, S. T., et al. (2014). Positive Behavior Support in Early Childhood Education. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 6(2).
- Widodo, A., & Widayanti, E. (2019). Manajemen kelas inklusif bagi siswa berkebutuhan khusus. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 11(2), 98–107.