

Analisis Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak Usia Dini Dengan Gejala ADHD

Recka Andhara Nurputeri¹, Heny Djoehaeni², Nur Faizah Romadona³

Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}

DOI: [10.31004/aulad.v7i3.772](https://doi.org/10.31004/aulad.v7i3.772)

✉ Corresponding author:

[\[email: reckaandhara@upi.edu\]](mailto:reckaandhara@upi.edu)

Article Info	Abstrak
<p>Kata kunci: <i>Peran Orang Tua;</i> <i>Terapi Perilaku;</i> <i>Perkembangan Sosial;</i> <i>Anak Usia Dini;</i> <i>Gejala ADHD</i></p> <p>Keywords: <i>Parent's Role;</i> <i>Behavior Therapy;</i> <i>Social Development;</i> <i>Early Childhood;</i> <i>ADHD Symptoms</i></p>	<p>Peran orang tua sangat signifikan dalam membantu anak-anak dengan ADHD untuk mengelola gejalanya dan beradaptasi dalam lingkungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran orang tua dalam mendampingi anak usia dini dengan gejala ADHD. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data yang terkumpul dianalisis secara tematik untuk mendapatkan pemahaman mendalam mengenai pengalaman dan strategi yang diterapkan oleh orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak dengan ADHD cenderung memiliki kesulitan dalam bersosialisasi, sering kali lebih suka bermain sendiri, serta mengalami tantangan dalam bermain kelompok. Upaya terapi yang diterapkan berupa modifikasi perilaku melalui penguatan positif, seperti pemberian hadiah atas perilaku yang sesuai dan hukuman yang edukatif, terbukti efektif dalam mengurangi gejala hiperaktif. Selain itu, aktivitas fisik seperti bermain di luar rumah menjadi salah satu cara yang efektif untuk membantu anak dalam mengatasi emosinya. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya dukungan lingkungan dan edukasi kepada masyarakat terkait ADHD, serta perlunya peran aktif orang tua dalam memberikan terapi dan dukungan emosional yang konsisten kepada anak.</p> <p>Abstract</p> <p>The role of parents is very significant in helping children with ADHD to manage their symptoms and adapt to the social environment. This study aimed to analyze the role of parents in accompanying early childhood with ADHD symptoms. This study uses a qualitative approach with a case study method. The data collected were analyzed thematically to gain an in-depth understanding of the experiences and strategies applied by parents. The results showed that children with ADHD tend to have difficulty in socializing, often prefer to play alone, and experience challenges in group play. Therapeutic efforts applied in the form of behavioral modification through positive reinforcement, such as giving rewards for appropriate behavior and educational punishments, have proven effective in reducing symptoms of hyperactivity. In addition, physical activities such as playing outside the home are one effective way to help children cope with their emotions. The implications of this study are the importance of environmental support and education to the community regarding ADHD, as well as the need for an active role of parents in providing consistent therapy and emotional support to children.</p>

1. PENDAHULUAN

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan salah satu gangguan neurodevelopmental yang sering terjadi pada anak usia dini, ditandai dengan gejala utama seperti kesulitan memusatkan perhatian, perilaku impulsif, dan hiperaktifitas yang tidak sesuai dengan tahap perkembangan anak. Menurut American Psychiatric Association (2013), ADHD memengaruhi sekitar 5-7% anak-anak di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Anak dengan ADHD sering kali menghadapi tantangan dalam interaksi sosial, regulasi emosi, serta kemampuan beradaptasi di lingkungan sekolah dan rumah. Hal ini membuat peran orang tua sangat krusial dalam membantu anak mengelola gejala tersebut agar tidak berdampak negatif pada perkembangan psikososialnya. Untuk lebih lengkap dan jelas terdapat beberapa karakteristik dari anak penderita ADHD (Attention-Deficit Hyperactivity Disorder) antara lain 1) inatensi. Inatensi bisa dibilang kesulitan mengendalikan perilaku karena mereka lebih suka melakukan sesuatu sesuai kehendak sendiri. Seringkali pada penderita gagal memperhatikan baik-baik terhadap sesuatu yang mendetail juga seringkali mengalami kesulitan memusatkan perhatian. Terkadang tidak suka mendengarkan jika diajak bicara secara langsung, tidak mengikuti intruksi dan tidak menjalankan tugas serta kehilangan barang/benda yang penting; 2) Hiperaktif adalah gangguan tingkah laku yang tidak normal yang disebabkan disfungsi neurologia dengan gejala utama tidak mampu memusatkan perhatian atau hiperaktif adalah anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian. Seringkali gelisah dengan tangan atau kaki mereka, meninggalkan tempat duduk dirumah maupun berlarian atau naik-naik secara berlebihan dan berbicara berlebihan (Hidayati, 2015). 3) Impulsivitas, yaitu Tindakan yang memiliki dorongan untuk mengatakan atau melakukan sesuatu Tindakan yang tidak terkendali. Contohnya, mereka sering memberikan jawaban sebelum mendengarkan pertanyaan dengan selesai, sering mengalami kesulitan dalam hal bergiliran dan juga sering menginterupsi atau mengganggu orang lain (Erinta & Budiani, 2012).

Sikap tidak mau diam, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, dan tindakan impulsif adalah tanda dari perilaku ADHD (Adler, 2007). Karena kerusakan kecil pada sistem saraf pusat dan otak, gangguan ini sangat pendek dan sulit dikendalikan. Temperamen bawaan, pengaruh lingkungan, gangguan otak, dan epilepsi adalah penyebab tambahan (Armayani et al., 2020). Atau bisa juga karena gangguan kepala seperti geger otak, trauma kepala akibat persalinan yang sulit atau pernah terbentur, infeksi, keracunan, makanan yang tidak sehat, atau alergi makanan. Para ahli mengklasifikasikan ADHD menjadi tiga jenis, ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) adalah gangguan perkembangan saraf yang menyebabkan perilaku hiperaktif, impulsif, dan masalah perhatian. Anak dengan ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) mempunyai beberapa ciri, antara lain: 1) kurang perhatian: orang yang ceroboh lebih suka melakukan sesuatu sendiri, sehingga sulit mengendalikan tindakannya. Sering mengalami kesulitan berkonsentrasi. 2) hiperaktif: kelainan perilaku abnormal yang di sebabkan oleh disfungsi neurologis, anak yang menderita Attention Deficit Disorder, yaitu gejala utamanya adalah ketidakmampuan berkonsentrasi atau hiperaktif. Mereka sering gelisah (Hidayati 2015). 3) Impulsif: dorongan yang tidak terkendali untuk mengatakan atau melakukan sesuatu. Missal, mereka sering menjawab pertanyaan sebelum mendengarkan sepenuhnya, sering kesulitan dalam bergiliran dan sering menyela pembicaraan orang lain (Erinta & Budiani, 2012).

Perkembangan anak untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan sosial biasanya dimulai dari interaksi antara orang tua dan anak dalam keluarga, namun kenyataannya ada beberapa orang tua yang tidak memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak mereka, terutama bagi orang tua yang tidak mengetahui gejala yang dialami oleh anak dengan kebutuhan khusus (Rohmitriasih, 2019). Adanya gejala ADHD yang dimaksud anak hiperaktif adalah anak yang mengalami permasalahan perilaku, namun tidak terbatas pada bentuk kelainan fisik saja, anak hiperaktif mengalami salah satu dari tiga gejala utama: yaitu kurang konsentrasi, perilaku berlebihan, dan perubahan aktivitas. Perilaku anak hiperaktif yang sulit dikendalikan dan menunjukkan perilaku yang tidak diatur dengan baik merupakan masalah besar bagi orang lain, orang tua. Anak hiperaktif sering kesulitan memahami perintah orang lain dan bertindak atas keinginannya sendiri (Abidin, 2023). Permasalahan yang di hadapi oleh anak hiperaktif adalah adanya masalah pengendalian diri sehingga membuat mereka sulit untuk diam saat duduk, atau dalam waktu lama, atau bahkan bergerak maju mundur saat mempelajari sesuatu. Anak hiperaktif juga menunjukkan sifat impulsif dan gangguan yaitu tergesa-gesa, tidak sabar saat melakukan aktivitas (Iftitah, 2022). Gangguan impulsif ini paling jelas terlihat pada anak hiperaktif, saat belajar atau diluar belajar, ketika anak sedang menunggu giliran anak tidak sabar dan ketika ada orang lain yang sedang berbicara anak menyela obrolan atau pembicaraan orang lain, lebih suka menjawab pertanyaan sebelum ditanya. Pengendalian diri anak hiperaktif sering berubah-ubah (Ulfah, 2019). Selain itu juga, perilaku anak hiperaktif dapat berupa kurangnya konsentrasi, dalam hal ini sulit berkonsentrasi, mudah mengalihkan perhatian dari satu tempat ke tempat lain, sulit mengikuti intruksi, sering berlarian, bahkan berteriak dengan keras. Oleh karena itu dari tanda-tanda tersebut, anak hiperaktif tidak mampu mengontrol perilakunya ketika bereaksi atau berlebihan dalam beraktivitas (Abidin, 2023; Lisinus & Pastiria Sembring, 2020).

Peran orang tua dalam mendampingi anak ADHD mencakup berbagai aspek, mulai dari memberikan dukungan emosional hingga membantu anak dalam proses terapi dan pendidikan. Orang tua yang terlibat aktif dalam pengelolaan ADHD anak mereka dapat membantu anak mengembangkan strategi pengelolaan perilaku, meningkatkan keterampilan sosial, dan mendukung perkembangan akademik anak (Barkley, 2015). Keterlibatan ini juga diperlukan untuk membangun hubungan yang harmonis antara anak, keluarga, dan lingkungan sekitar, sehingga anak dengan ADHD dapat diterima dan didukung oleh komunitasnya. Namun, mendampingi anak ADHD

bukanlah tugas yang mudah. Orang tua sering kali menghadapi stres yang signifikan akibat tuntutan yang tinggi untuk mengelola perilaku anak yang sulit diatur, serta kebutuhan untuk beradaptasi dengan berbagai intervensi terapi yang harus dilakukan (Chronis-Tuscano et al., 2010). Oleh karena itu, strategi pendampingan yang tepat sangat diperlukan. Salah satu pendekatan yang sering digunakan adalah teknik modifikasi perilaku yang melibatkan penguatan positif dan pengaturan rutinitas yang jelas (Hartati, 2015). Dengan pendekatan ini, orang tua dapat membantu anak mengembangkan perilaku yang lebih adaptif dan mengurangi gejala ADHD yang muncul.

Keterlibatan orang tua dalam mendampingi anak dengan gejala ADHD sangat penting karena mereka berperan sebagai pemandu utama dalam membantu anak mengelola tantangan yang dihadapi, baik dalam aspek sosial, emosional, maupun perilaku (Yunita et al., 2020). Anak dengan ADHD sering mengalami kesulitan dalam mengontrol impuls, menjaga fokus, dan berinteraksi sosial, sehingga memerlukan bimbingan yang konsisten dari orang tua untuk membantu mereka beradaptasi. Selain itu, orang tua juga perlu memiliki pemahaman yang mendalam tentang kondisi ADHD serta strategi penanganan yang tepat untuk mendukung perkembangan anak secara optimal (Sitepu & Sidabutar, 2018). Strategi yang efektif, seperti penggunaan teknik penguatan positif, pemberian struktur yang jelas, serta aktivitas fisik terarah, dapat membantu mengurangi gejala ADHD dan memperbaiki kualitas hidup anak. Dengan dukungan dan keterlibatan aktif orang tua, anak ADHD memiliki peluang yang lebih besar untuk mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari (Nurfadhillah et al., 2022)

Penelitian ini memiliki kebaruan dalam upaya mengeksplorasi lebih dalam tentang peran orang tua dalam mendampingi anak usia dini dengan gejala ADHD di lingkungan pedesaan, khususnya di Desa Sukasari, Kecamatan Palurahan, Kabupaten Pandeglang. Sebagian besar penelitian mengenai peran orang tua dalam mendampingi anak ADHD sebelumnya berfokus pada konteks urban dan institusional. Namun, penelitian ini mencoba mengungkap tantangan dan pendekatan yang digunakan oleh orang tua di daerah pedesaan, yang mungkin memiliki akses terbatas terhadap sumber daya kesehatan mental serta dukungan profesional. Kebaruan lainnya terletak pada eksplorasi tentang bagaimana masyarakat sekitar merespons anak dengan ADHD, yang jarang diangkat dalam penelitian sebelumnya. Selain itu, penelitian ini menyoroti pentingnya edukasi masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang mendukung bagi anak-anak dengan ADHD dan keluarga mereka. Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan wawasan baru tentang bagaimana keterbatasan akses layanan kesehatan, terapi, dan dukungan sosial di wilayah pedesaan dapat mempengaruhi strategi pendampingan yang dilakukan oleh orang tua.

Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis peran orang tua dalam mendampingi anak usia dini dengan gejala ADHD, dengan fokus pada bagaimana orang tua mengelola tantangan yang muncul dan strategi apa yang mereka gunakan dalam membantu anak mereka. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya keterlibatan orang tua serta memberikan rekomendasi strategi yang dapat digunakan dalam pendampingan anak ADHD, sehingga kualitas hidup anak dan keluarga dapat meningkat.

2. METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif, dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode studi kasus. Pengumpulan data dalam penelitian yaitu berupa hasil wawancara langsung dari para informan dengan penelitian dengan sukarela dan sudah mendapatkan persetujuan langsung dari para informan sebelum dilakukan wawancara. Penelitian ini dilakukan di Desa Sukasari Kecamatan Palurahan Kabupaten Pandeglang, yang merupakan partisipan dari Rumah Anak Sigap Sukasari. Dari hasil wawancara dengan beberapa informan seorang ibu dan ayah dari seorang anak laki-laki yang berusia 6 tahun, Penulis menggunakan satu subjek sebagai sumber data, yaitu pada orang tua anak yang mengalami gangguan anak usia dini dengan gejala ADHD. Strategi yang diberikan oleh orang tua terhadap anak ADHD yaitu tidak terlalu membedakan anaknya dengan anak lainnya, konsisten dalam terapi, pemahaman dan kesabaran, aktivitas yang cukup. Penelitian ini menggumpulkan data dengan menggunakan teknik wawancara (Tabel 1), observasi dan studi dokumentasi karena teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam satu penelitian karena tujuan utama dari suatu penelitian adalah untuk mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan dapat memenuhi standar data yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2016). Prosedur penelitiannya dapat dilihat pada Gambar 1.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa diperoleh tiga tema utama dalam pola asuh orang tua dengan anak yang memiliki gejala ADHD. Ketiga tema tersebut adalah persepsi orang tua mengenai kondisi dan perkembangan anak ADHD, terapi dan penanganan, dan peran orang tua anak ADHD

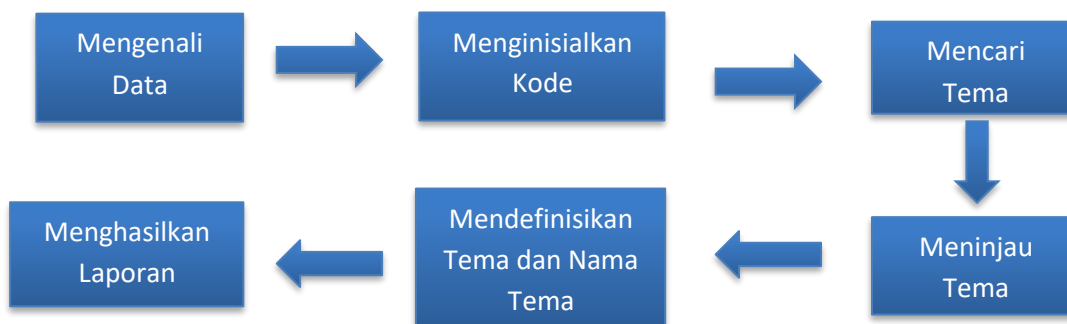
Kondisi dan Perkembangan Anak ADHD

Ayah dari anak A menjelaskan bahwa anaknya lebih suka bermain sendiri di rumah daripada dengan teman sebayanya, menunjukkan kesulitan dalam bersosialisasi yang umum pada anak dengan ADHD. Orang tua juga mengawasi anaknya dengan ketat saat bermain di luar, karena khawatir anaknya mungkin berperilaku agresif.

Mereka merasa perlu mengedukasi masyarakat tentang kondisi anak yang sedang menjalani terapi, guna mendapatkan pemahaman dan dukungan dari lingkungan. Orang tua juga mengkhawatirkan kesehatan anaknya, terutama terkait kejang yang mungkin disebabkan oleh masalah saraf, dan berkonsultasi dengan dokter untuk mendapatkan penanganan yang tepat. Ini menunjukkan perhatian mendalam dan upaya proaktif orang tua dalam menangani kondisi anak mereka.

Tabel 1. Kisi-kisi Wawancara

Aspek	Pertanyaan	Tujuan	Indikator jawaban yang diharapkan
Pengalaman Mendampingi Anak	Bagaimana pengalaman anda mendampingi anak dengan gejala ADHD dalam aktivitas sehari-hari?	Mendapatkan gambaran tentang yang dihadapi orang tua dalam mendampingi anak.	Menceritakan pengalaman spesifik, tantangan yang dihadapi, dan bagaimana orang tua mengatasinya
Masa kehamilan dan perawatan	Bagaimana pengalaman kehamilan sampai melahirkan	Untuk memastikan kesehatan optimal bagi ibu dan janin, serta mempersiapkan proses persalinan dan pasca-kelahiran	Menceritakan tentang kesehatan fisik ibu dan janin, kebiasaan hidup sehat, kesiapan untuk persalinan dan persiapan masa pasca-kelahiran
Kemampuan kognitif anak	Bagaimana kemampuan anak anda dalam menyusun kalimat yang jelas dan terstruktur?	Untuk mendukung dan memperkuat proses berpikir, belajar, dan pemahaman anak terhadap dunia sekitarnya.	Menyebutkan beberapa aspek perkembangan kognitif diantaranya kemampuan berfikir logis, daya ingat, kemampuan bahasa dan komunikasi, perkembangan sosial dan emosional.
Strategi Pendampingan	Apa strategi yang anda gunakan untuk membantu anak mengelola emosi dan perilaku di rumah?	Mengidentifikasi strategi yang di gunakan orang tua dalam mendampingi anak dengan ADHD	Menyebutkan strategi seperti pembentukan rutinitas, atau penggunaan teknik komunikasi positif.
Tantangan dan Solusi	Apa tantangan terbesar yang anda hadapi dalam mendampingi anak dengan ADHD, dan bagaimana mengatasinya?	Mengidentifikasi tantangan yang dihadapi orang tua dan solusi yang mereka terapkan.	Menyebutkan tantangan spesifik, seperti tantrum, kesulitan fokus, dan cara mengatasinya



Gambar 1. Prosedur Penelitian

Pertama, kesulitan bermain dalam kelompok. Anak A mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dengan masyarakat di sekitarnya maupun dengan teman sebayanya sebagaimana diungkapkan partisipan berikut ini.

"Anak saya lebih suka bermain sendirian dirumah dari pada bermain dengan teman sebayanya, lebih asyik dengan dunianya sendiri. Tapi kadang anak saya bermain keluar rumah hanya sebentar dan itupun tidak sering, dan itupun pengawasan saya, kadang saya khawatirkan takut anak saya berbuat nakal pada teman sebayanya. Dan saya juga

memberikan penjelasan kepada lingkungan masyarakat sekitar karena anak saya sedang menjalani terapi. Saya khawatir ada saraf yang terjepit karena anak ini sering mengalami kejang, dan mungkin ada faktor lain yang berpengaruh. Kalau ada kelainan, biasanya terlihat dari wajah, tapi anak saya tidak menunjukkan tanda-tanda itu. Jadi, saya berkonsultasi dengan dokter, dan dokter menyarankan untuk menemui spesialis yang fokus pada karakter anak." (kutipan wawancara Y, 18 Agustus 2023).

Pengalaman orang tua dalam mendampingi anak A yang memiliki kecenderungan menyendiri dan perilaku yang tidak konsisten dalam mencerminkan kompleksitas yang sering dihadapi orang tua dengan ADHD. Seperti yang di tekankan oleh Van Tiel (2019), anak dengan ADHD sering kali mengalami kesulitan dalam mengatur emosi dan perilaku mereka, yang berdampak pada interaksi sosial. Keputusan orang tua untuk mencari pantuan profesional menunjukkan kesadaran akan pentingnya dukungan yang komprehensif bagi anak dengan ADHD, seperti dianjurkan oleh Susanto (2015). Dengan bekerja sama dengan tim medis, orang tua dapat memberikan dukungan yang optimal bagi anak untuk mencapai potensi.

Kedua, tidak mengenal lelah. Menurut ayah dalam kutipan tersebut, anak A sangat aktif saat bermain, dengan perilaku seperti meloncat-loncat, berlari ke sana kemari, dan tidak bisa duduk diam. Ini menunjukkan bahwa anak memiliki energi tinggi dan kesulitan untuk tenang saat bermain. Anak A juga terlihat sangat asyik dengan mainannya, yang mencerminkan minat dan keterlibatan yang mendalam dalam aktivitas bermainnya sebagaimana diungkapkan partisipan berikut ini.

"Anak saya sangat aktif saat bermain, kadang dia meloncat-loncat, berlari ke sana kemari, tidak bisa duduk diam sebentar dan asik dengan mainannya, Namun ketika anak saya sudah merasa bosan dengan mainannya, anak saya kadang marah atau menangis, saya biasanya mengajaknya keluar rumah. Kadang kami berjalan-jalan atau naik motor, dan itu cukup membuatnya senang. Namun, jika dia berbuat kesalahan atau bertindak nakal terhadap teman sebayanya, saya sering memberinya hukuman dengan meminta dia berdiri di pojok untuk mengakui kesalahannya. Tapi, jika dia mendengarkan apa yang saya katakan, saya sering memberinya hadiah, seperti makanan kesukaannya atau mainan." (kutipan wawancara Y, 18 Agustus 2023).

Ketika anak A merasa bosan dengan mainannya, dia sering menunjukkan emosi negatif seperti marah atau menangis, menandakan kesulitan dalam mengelola kebosanan atau transisi antara aktivitas. Sebagai respons terhadap kemarahan atau tangisan akibat kebosanan, orang tua mengajak anak A keluar rumah, seperti berjalan-jalan atau naik motor, yang memberi efek positif dan membuatnya senang. Ini adalah cara untuk mengalihkan perhatian anak dan memenuhi kebutuhannya akan stimulasi dan variasi. Dalam hal disiplin, jika anak A melakukan kesalahan atau bertindak nakal terhadap teman sebayanya, orang tua memberikan hukuman dengan meminta anak berdiri di pojok untuk mengakui kesalahannya. Sebaliknya, ketika anak A mendengarkan dan mengikuti instruksi orang tua, dia sering mendapatkan hadiah seperti makanan kesukaannya atau mainan. Ini adalah bentuk reinforcement positif untuk memotivasi perilaku baik dan meningkatkan kepatuhan (Nissa, 2018)

Terapi dan Penanganan Anak ADHD

Ibu/bapak anak A telah menerapkan berbagai strategi dalam mendampingi anak A, termasuk memberikan hukuman dan hadiah.

"Jika dia berbuat kesalahan atau bertindak nakal terhadap teman sebayanya, saya sering memberinya hukuman dengan meminta dia berdiri di pojok untuk mengakui kesalahannya. Tapi, jika dia mendengarkan apa yang saya katakan, saya sering memberinya hadiah, seperti makanan kesukaannya atau mainan." (kutipan wawancara Y, 18 Agustus 2023).

Pendekatan ini sejalan dengan temuan Rosyid & Wahyuni (2021) yang menunjukkan bahwa konsistensi dalam memberikan konsekuensi atas perilaku dapat membantu anak dengan ADHD belajar mengontrol impuls mereka, penggunaan hukuman dan hadiah sebagai bentuk disiplin, seperti yang dilakukan ibu/bapak, merupakan pendekatan yang umum digunakan oleh orang tua. Penelitian oleh Ramadhani & Aulia, P (2020) menunjukkan bahwa sistem penghargaan dapat menjadi alat efektif untuk meningkatkan perilaku positif pada anak dengan ADHD. Akan tetapi, penting untuk menyeimbangkan antara hukuman dan penghargaan, serta memastikan bahwa hukuman yang diberikan tidak bersifat fisik atau menghina. Pendekatan ini mencerminkan upaya orang tua untuk menyeimbangkan antara memberi konsekuensi terhadap perilaku yang baik diinginkan dan memberi dorongan positif untuk perilaku yang diharapkan (Barkley, 2014).

Di sisi lain, upaya menangani perilaku hiperaktif pada anak usia dini dapat dilakukan melalui teori modifikasi perilaku dan berbagai strategi, termasuk pendekatan konvensional dan terapi. Teori modifikasi perilaku, yang disebut "*behavior modification*", merupakan salah satu pendekatan alternatif dalam mengatasi perilaku hiperaktif pada anak. Modifikasi perilaku ini melibatkan perubahan bertahap pada kebiasaan anak melalui pemberian reward (hadiah) untuk memperkuat perilaku yang diinginkan. Teori ini menekankan pentingnya penguatan positif dalam membantu anak mengembangkan perilaku yang lebih normatif (Hartati, 2015).

Pertama, pendekatan konvensional. Metode ini dapat dilakukan oleh siapa saja, termasuk orang tua, guru, dan masyarakat, untuk membantu anak hiperaktif. Sebagai contoh, strategi yang diterapkan oleh ayah anak A yang selalu menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan memberikan hadiah jika anak A mengikuti aturan dan jenis kegiatan yang telah ditentukan. Kedua, strategi terapis. Selain pendekatan konvensional, strategi terapi juga disebut sebagai metode untuk membantu anak agar lebih fokus dan mengurangi emosi serta perasaan yang tidak stabil. Terapi ini mencakup berbagai aspek seperti emosional, audio, visual, dan fisik. Terapis mungkin akan mengulang kegiatan tertentu untuk membantu anak belajar melalui pembiasaan, di mana proses pengulangan ini diakui dalam psikologi sebagai cara yang efektif untuk membentuk kebiasaan yang baik. Dengan kombinasi pendekatan konvensional dan terapi, yang didukung oleh teori modifikasi perilaku dan pembiasaan, hasil yang efektif dapat dicapai dalam mengatasi perilaku hiperaktif pada anak usia dini. Strategi-strategi ini tidak hanya bertujuan untuk mengurangi perilaku hiperaktif tetapi juga untuk mengembangkan kebiasaan belajar yang baik dan stabilitas emosional pada anak (Hartati, 2015).

Peran Orang Tua Anak ADHD

Peran orang tua sangat krusial dalam perkembangan anak, terutama dalam interaksi positif dengan anak ADHD. Kemampuan orang tua dalam meregulasi emosi mereka saat berinteraksi dapat berdampak besar pada kemampuan anak untuk mengelola emosinya sendiri. Dengan pengendalian emosi yang baik, orang tua dapat membantu anak ADHD dalam proses regulasi emosional (Mubarok, 2016). Ayah dari anak A menyebutkan bahwa terdapat lebih banyak hambatan yang di hadapi oleh anak-anak dengan ADHD, yang mengindikasikan bahwa gangguan ini memiliki dampak yang luas dan kompleks pada perkembangan dan perilaku anak.

"Ketika anak saya marah atau menangis karena bosan, saya biasanya mengajaknya keluar rumah. Kadang kami berjalan-jalan atau naik motor, dan itu cukup membuatnya senang" (kutipan wawancara Y, 18 Agustus 2023).

Orang tua telah menemukan bahwa kegiatan di luar rumah, seperti berjalan-jalan atau naik motor, dapat menjadi cara yang efektif untuk mengalihkan perhatian anak A dan mengurangi tingkat kesal. Temuan ini sejalan dengan penelitian Isnawati (2020) yang menunjukkan bahwa aktifitas fisik dapat membantu anak dengan ADHD membakar energy berlebihan dan meningkatkan konsentrasi. Peran orang tua sangat penting dalam mendampingi anak dengan ADHD. Orang tua menjadi sosok utama yang memberikan dukungan emosional, menerapkan strategi pengelolaan perilaku dan menjalin kerjasama dengan tenaga profesional (Afifah, 2024). Anak dengan ADHD seringkali mengalami kesulitan dalam bersosialisasi, mengatur emosi dan mempertahankan fokus. Hal ini menunjukkan bahwa ADHD merupakan gangguan yang kompleks dan membutuhkan penanganan yang komprehensif (Magdalena et al., 2024). Strategi yang diterapkan orang tua, seperti memberikan hadiah, hukuman dan aktivitas fisik, terbukti efektif dalam mengelola perilaku anak ADHD, namun, keberhasilan strategi ini sangat tergantung pada konsistensi dan kesesuaian dengan karakteristik individu anak (Ubaidillah, 2024). Dukungan dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga, teman, dan masyarakat, sangat penting bagi orang tua dan anak dengan ADHD. Dukungan ini dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kualitas hidup (Luar et al., 2024). Penanganan ADHD membutuhkan pendekatan yang komprehensif, melibatkan kombinasi antara strategi pengelolaan perilaku, terapi, dan dukungan sosial. (Selian, 2024).

Dari wawancara dengan ayah anak A, terlihat bahwa anak lebih suka bermain sendiri daripada dengan teman sebayanya, yang menunjukkan adanya hambatan dalam sosialisasi, karakteristik umum pada anak dengan ADHD. Isolasi sosial ini dapat disebabkan oleh ketidakmampuan anak dalam mengikuti interaksi sosial yang normatif. Orang tua menunjukkan kekhawatiran terhadap kemungkinan perilaku agresif, yang juga merupakan aspek yang sering ditemukan pada anak ADHD, terutama ketika mereka merasa kewalahan atau tidak dapat mengekspresikan diri secara tepat. Ini menjelaskan bagaimana pengawasan ketat menjadi strategi yang sering diterapkan oleh orang tua dalam situasi sosial. Selain itu, upaya proaktif orang tua untuk mengedukasi masyarakat mengenai kondisi anak mereka merupakan langkah yang penting dalam menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung. Kondisi seperti ADHD sering kali disalahpahami oleh masyarakat, sehingga langkah edukasi ini menjadi bagian dari strategi untuk mengurangi stigma dan membangun dukungan sosial. Kesehatan fisik anak, terutama terkait kemungkinan masalah saraf yang memicu kejang, juga menjadi fokus utama. Kekhawatiran ini menunjukkan bagaimana gangguan neurodevelopmental seperti ADHD sering kali disertai dengan masalah kesehatan fisik lainnya. Konsultasi dengan dokter spesialis yang dilakukan oleh orang tua menunjukkan kesadaran dan komitmen mereka dalam mencari solusi komprehensif untuk kondisi anaknya, sesuai dengan literatur yang menekankan pentingnya pendekatan multidisiplin dalam menangani ADHD (Van Tiel, 2019). Kesulitan anak A dalam bermain kelompok dan berinteraksi dengan teman sebayanya menggarisbawahi dampak ADHD terhadap perkembangan sosial. Anak ADHD sering kali mengalami hambatan dalam memahami aturan sosial, seperti berbagi atau bergantian, yang bisa mengarah pada pengucilan sosial. Berdasarkan kutipan wawancara, ayah anak A mengamati bahwa anaknya lebih nyaman bermain sendiri di rumah daripada berinteraksi dengan anak-anak lain. Hal ini mencerminkan pola perilaku yang umum pada anak ADHD, di mana mereka lebih sering terlibat dalam aktivitas soliter yang mereka kontrol sepenuhnya, dibandingkan dengan aktivitas kelompok yang membutuhkan negosiasi dan kompromi. Secara keseluruhan, temuan ini menyoroti betapa kompleksnya tantangan sosial yang dihadapi oleh

anak ADHD dan pentingnya dukungan dari orang tua dalam memitigasi dampak negatif yang mungkin timbul. Seperti yang diungkapkan dalam penelitian Susanto (2015), keterlibatan orang tua yang intensif dapat membantu anak mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik.

Strategi utama yang digunakan dalam menangani perilaku hiperaktif anak A adalah melalui pendekatan modifikasi perilaku, yang berbasis pada teori penguatan positif. Orang tua memberikan hadiah ketika anak menunjukkan perilaku yang diinginkan, dan menerapkan hukuman ketika perilaku anak tidak sesuai. Modifikasi perilaku ini dirancang untuk membantu anak memahami konsekuensi dari tindakannya dan membentuk perilaku yang lebih adaptif. Kutipan wawancara menunjukkan bahwa orang tua menggunakan metode penguatan positif dan negatif, yaitu memberikan hadiah untuk perilaku baik dan memberikan hukuman untuk perilaku yang tidak sesuai. Pendekatan ini sejalan dengan penelitian Ramadhani & Aulia (2020), yang menunjukkan bahwa pemberian hadiah dapat memperkuat perilaku positif pada anak ADHD. Namun, penting untuk diingat bahwa penerapan hukuman perlu dilakukan dengan cara yang tidak merendahkan atau memberikan dampak negatif jangka panjang bagi anak. Pendekatan ini menunjukkan bahwa orang tua berusaha menjaga keseimbangan antara disiplin dan penguatan positif. Penguatan positif melalui hadiah membantu anak A memahami pentingnya mengikuti aturan, sementara hukuman bertujuan untuk memberikan konsekuensi yang mendidik ketika terjadi pelanggaran aturan. Hal ini sesuai dengan teori modifikasi perilaku, di mana pengulangan perilaku yang diinginkan didorong melalui penguatan, sementara perilaku yang tidak diinginkan berkurang melalui hukuman yang bersifat edukatif. Dengan pendekatan ini, orang tua dapat membantu anak mengembangkan keterampilan yang lebih baik dalam mengontrol impuls dan emosi, yang merupakan tantangan utama pada anak ADHD. Pendekatan semacam ini penting dalam membentuk perilaku anak secara bertahap, namun perlu tetap konsisten dan proporsional dalam menerapkan hukuman serta hadiah untuk memastikan anak memahami batasan yang jelas.

Peran orang tua sangat signifikan dalam mendampingi anak ADHD, terutama dalam mengelola emosi dan perilaku anak. Berdasarkan wawancara dengan ayah anak A, strategi utama yang digunakan adalah memberikan stimulasi fisik seperti mengajak anak keluar rumah atau naik motor ketika anak merasa bosan atau marah. Ini adalah bentuk intervensi yang efektif dalam mengurangi perilaku negatif yang muncul akibat kebosanan atau ketidakmampuan anak dalam mengelola transisi antar aktivitas. Aktivitas fisik yang diterapkan orang tua menunjukkan pemahaman bahwa anak ADHD memiliki kebutuhan untuk mengeluarkan energi berlebih. Seperti yang diungkapkan oleh Isnawati (2020), aktivitas fisik dapat membantu mengurangi gejala ADHD, terutama hiperaktif dan kurangnya konsentrasi. Dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk beraktivitas fisik, orang tua membantu anak menyalurkan energi secara positif dan menenangkan emosi mereka. Selain itu, pendekatan orang tua yang menggabungkan kegiatan fisik dengan metode disiplin yang konsisten, seperti memberikan hukuman yang mendidik serta hadiah, menunjukkan kesadaran akan pentingnya keseimbangan antara kontrol perilaku dan dukungan emosional. Orang tua tidak hanya berperan sebagai pengawas, tetapi juga sebagai pemandu yang membantu anak membangun keterampilan regulasi diri melalui pengalaman sehari-hari. Dengan demikian, peran orang tua dalam mendampingi anak ADHD sangat penting dalam membentuk lingkungan yang mendukung perkembangan emosional dan perilaku anak. Seiring dengan dukungan emosional yang diberikan, penting bagi orang tua untuk terus melibatkan anak dalam aktivitas yang bermanfaat untuk mengembangkan keterampilan sosial dan regulasi emosi yang lebih baik.

Anak-anak dengan gangguan perilaku menunjukkan karakteristik berbeda dibandingkan anak lain, terutama dalam aspek emosi dan perilaku. Gangguan perilaku ini umumnya dibagi menjadi dua kategori: eksternalisasi dan internalisasi. Gangguan eksternalisasi memengaruhi orang lain secara langsung atau tidak langsung, misalnya melalui perilaku berbohong, agresif, tidak patuh, dan kurangnya kontrol diri. Gangguan eksternalisasi termasuk dalam DSM-IV-TR, seperti ADHD, gangguan perilaku, dan gangguan sikap menentang (Urbayaton et al., 2019). ADHD dianggap sebagai salah satu gangguan neurobehavioral paling umum pada anak-anak. Ada kekhawatiran bahwa ADHD bukan hanya penyakit, melainkan kumpulan gejala yang mencerminkan masalah emosional, psikologis, atau pembelajaran lainnya (Furman, 2005). Sebaliknya, gangguan internalisasi ditandai oleh pengalaman dan perilaku yang lebih tertutup, seperti kecemasan dan depresi.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ADHD mempengaruhi berbagai aspek perilaku dan emosi anak, seperti kesulitan bersosialisasi, regulasi emosi, dan kecenderungan hiperaktif. Anak dengan ADHD menunjukkan kesulitan dalam bergaul, memiliki energi yang tidak terbatas, dan sering kali tidak bisa duduk diam atau menyesuaikan diri dengan situasi yang berubah. Orang tua Anak A berupaya mengatasi tantangan ini dengan berbagai strategi, termasuk konsultasi medis, terapi, pengalihan perhatian melalui aktivitas seperti berjalan-jalan, serta penguatan positif melalui pemberian hadiah. Mereka juga memberikan disiplin yang konsisten namun penuh kasih sayang, yang penting untuk membentuk perilaku dan stabilitas emosional anak.

Strategi penanganan ADHD melibatkan modifikasi perilaku, pendekatan konvensional, dan terapi yang didukung oleh teori modifikasi perilaku. Pendekatan ini bertujuan untuk mengurangi perilaku hiperaktif, mengembangkan kebiasaan belajar yang baik, dan meningkatkan stabilitas emosional anak. Peran orang tua sangat penting dalam proses ini, dengan dukungan emosional dan pemahaman yang mendalam tentang kebutuhan anak mereka. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dengan ADHD mungkin mengalami gangguan dalam berbagai

aspek perkembangan, namun dengan strategi yang tepat dan dukungan dari keluarga serta lingkungan, mereka dapat mengelola gejalanya dan meningkatkan kualitas hidup. Orang tua memainkan peran kunci dalam mendampingi dan membantu anak-anak ini melalui tantangan yang dihadapi, dengan fokus pada intervensi yang holistik dan penuh perhatian.

5. REFERENSI

- Abidin, M. (2023). Analysis of Hyperactive Child Behavior and Handling Efforts in Education. *al-Iltizam: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 8(1), 25-46.
- Adler, L. A. (2007). *ADHD: Prevalence, Diagnosis, and Issues of Comorbidity*. Cambridge University Press, 12(S6), 1-5. <https://doi.org/10.1017/s1092852900025992>
- Afifah, U. N. U. (2024). Upaya Guru Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Pendidikan Agama Islam Bagi Anak Berkebutuhan Khusus Di SLB Al Hidayah Mejayan (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo). <https://repository.iainpare.ac.id/id/eprint/7219>
- Amalia, R. (2021). Seminar Mengenal Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder dan Penanganannya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Abdira)*, 1(2), 68–74. <https://doi.org/10.31004/abdira.v1i2.38>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. American Psychiatric Publishing.
- Armayani., Yati, M., Yusnayani, C., & Firman. (2020). Minimizing attention of deficit hyperactivity disorder in children ages 7-10 years through early detection. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1130862120300589>
- Avrilly, C., Kusmawati, A., Nurdiani, K. A., & Aqilah, R. (2024). Analisis Pola Asuh Orang Tua Dalam Penanganan Anak ADHD:(Attention Deficit Hyperactivity Disorder). *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 3(1), 248-252. DOI: <https://doi.org/10.55606/concept.v3i1.1003>
- Azmi, S. S. U., & Nurmaya, T. E. (2020). Peran guru pendamping khusus dalam pembelajaran terhadap perilaku inatensi pada anak adhd di sd budi mulia dua panjen yogyakarta. *SALIHA: Jurnal Pendidikan & Agama Islam*, 3(1), 60-77. <https://doi.org/10.54396/saliha.v3i1.37>
- Barkley, R. A. (Ed.). (2014). *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment*. Guilford Publications.
- Berliana, A. N. A., & Tohari, M. A. (2024). Dukungan Sosial Pada Anak Tunagrahita Berprestasi Di Sekolah Luar Biasa Kembar Karya 1 Jakarta Timur. *Retorika: Jurnal Komunikasi, Sosial dan Ilmu Politik*, 1(4), 263-283. <http://jurnal.kolibri.org/index.php/retorika/article/view/2975>
- Chronis-Tuscano, A., et al. (2010). Parenting stress and family functioning in families of young children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38(3), 379-391.
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Dewi, M. P., S, N., & Irdamurni, I. (2020). Perkembangan Bahasa, Emosi, Dan Sosial Anak Usia Sekolah Dasar [Language, Emotional, and Social Development in Primary School-Aged Children]. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(1), 1. DOI: <http://dx.doi.org/10.30659/pendas.7.1.1-11>
- Dewi, R. R., & Kurniadi, O. (2024). Komunikasi Keluarga dalam Keluarga dengan Orang Tua Entrepreneur. *Jurnal Riset Public Relations*, 57-64. <https://doi.org/10.29313/jrpr.v4i1.3827>
- Efendi, M., Putri, Y. N., Atiq, N. A. B., Sarah, P. R., Pertiwi, A. D., & Sjamsir, H. (2022). Pola asuh terhadap anak attention deficit hyperactivity disorder (ADHD). *Jurnal Pelita PAUD*, 7(1), 226-235. DOI: <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v7i1.2500>
- Erinta, D., & Budiani, M. S. (2012). Efektivitas Penerapan Terapi Permainan Sosialisasi Untuk Menurunkan Perilaku Impulsif Pada Anak Dengan Attention Deficit Hyperactive Disorder (Adhd). *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 3(1), 67. <https://doi.org/10.26740/jptt.v3n1.p67-78>
- Hartati, S. (2015). Perilaku hiperaktif anak usia dini dan pola asuh mengatasinya. *Conciencia*, 15(2), 201-222. DOI <https://doi.org/10.19109/conciencia.v15i2.6145>
- Hidayati, R. (2015). Peran Konselor Sekolah Dalam Meningkatkan Konsentrasi Pada Siswa Hiperaktif (Adhd). *Refleksi Edukatika*, 5(1). <https://doi.org/10.24176/re.v5i1.431>
- Iftitah, S. L. (2022). Upaya guru dalam membimbing anak hiperaktif di tk pkk tanjung pademawu pamekasan. *Jurnal anak usia dini holistik integratif (audhi)*, 5(1), 15-22. DOI: <http://dx.doi.org/10.36722/jaudhi.v5i1.950>
- Isnawati, R. (2020). *Cara Kreatif Dalam Proses Belajar (Konsentrasi Belajar pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian (ADD))*. Jakad Media Publishing.
- Magdalena, F. F., Muhtaba, I., & Damayanti, A. (2024). *Penanganan Optimal untuk Anak dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) di KB-TK Lab School Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah . Jakarta*. SEMNASFIP.
- Mubarok, P. P. (2016). Program pengasuhan positif untuk meningkatkan keterampilan mindful parenting orangtua remaja. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 35-50. DOI: <https://doi.org/10.15575/psy.v3i1.1095>
- Nissa, I. (2018). Analisis Perkembangan Emosional Anak Berkebutuhan Khusus Hiperaktif Dan Gangguan Konsentrasi Di Tk Aisyiyah 33 Surabaya. *Pedagogi: Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 14-22. <https://doi.org/10.30651/pedagogi.v4i1.3601>

- Nurfadhillah, S., Nurfaizah, S., Nurlayali, H., & Andini, P. (2022, November 7). Peran Guru dan Orang Tua pada Anak Berdiagnosa ADHD di Sekolah Dasar Negeri Gondrong 4. , 2(6), 689-701. <https://doi.org/10.58578/alsys.v2i6.637>
- Puji Utami, R. D. L., Safitri, W., Bumi Pangesti, C., & Rakhmawati, N. (2021). Pengalaman Orang Tua Dalam Merawat Anak Dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 12(2), 222-230. <https://doi.org/10.34035/jk.v12i2.772>
- Ramadhani, J. S., & Aulia, P. (2020). Keunggulan Token Economy untuk Meningkatkan Perilaku Antri pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(2), 1111-1119.
- Rosyid, A., & Wahyuni, S. (2021). Metode reward and punishment sebagai basis peningkatan kedisiplinan siswa Madrasah Diniyyah. *Intelektual: Jurnal Pendidikan Dan Studi Keislaman*, 11(2), 137-157. DOI: <https://doi.org/10.33367/ji.v11i2.1728>
- Selian, S. N. (2024). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Syiah Kuala University Press.
- Setiadi, G., M. Sholihun, & Nurma Yuwita. (2021). Studi Literatur: Perkembangan Bahasa Pada Anak Usia Dini. *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 89-107. <https://doi.org/10.51339/isyrof.v2i2.224>
- Silitonga, K., Sibagariang, R. U., & Herlina, E. S. (2023). Pola asuh orang tua dalam penanganan ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) PADA ANAK USIA DINI. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 2(3). <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/344>
- Susanto, A. (2015). *Bimbingan & Konseling Di Taman Kanak-Kanak*. Prenada Media.
- Tentama, F. (2012). *Peran orangtua mendidik anak ADHD*. Republika. Com.
- Ubaidillah, K. (2024). *Penerapan Metode Pembiasaan Dalam Mengembangkan Kemandirian Anak Adhd Di Tk A1 Marwa Paud Islam Makarima Tahun 2023/2024 (Doctoral Dissertation, Uin Raden Mas Said)*.
- Urbayatun, S., Fatmawati, L., Erviana, V. Y., & Maryani, I. (2019). Kesulitan Belajar & Gangguan Psikologis Ringan Pada Anak: Implementasi Pada Anak Usia Sekolah Dasar. K-Media.
- Van Tiel, J. M. (2019). *Perkembangan Sosial Emosional Anak Gifted*. Prenada Media.
- Yunita, V M., Sunardi, S., & Kristiyanto, A. (2020). *The New Family's Level of Understanding In ADHD Children At Early Age In Surakarta*. <https://doi.org/10.1145/3452144.3453779>