

BAB V

PEMBAHASAN

A. Strategi Guru Menangani Anak Hiperaktif/ADHD dalam Belajarnya di Sekolah Khusus Cahaya Hati Center Tulungagung

Sikap siswa dalam belajarnya seperti yang dikemukakan oleh guru yaitu ketika belajar sering fokusnya teralih sering bermain dengan jari tangan, tidak bisa duduk diam pada saat anak lain duduk manis. Sering berlari-lari dan memanjat apapun secara berlebihan. Tidak mendengarkan dan tidak memandang ketika diajak berbicara, acuh tak acuh. Sering tidak mengikuti instruksi. Sering memotong pembicaraan orang, sembrono, permintaannya harus dituruti, dan mudah marah.

Hal diatas sesuai dengan ciri yang dijelaskan oleh Cahya, ciri-ciri ADHD (Hiperaktif) adalah (1) Inatensi atau gangguan pemusatan perhatian. Individu dengan gangguan ADHD mengalami kesulitan untuk memusatkan perhatiannya. Perhatian mereka mudah teralih oleh rangsangan yang diterima oleh alat indra secara tiba-tiba. Oleh karena itu anak dengan gangguan ini hanya mampu mempertahankan suatu aktivitas atau tugas dalam jangka waktu yang pendek. (2) Hiperaktif. Anak dengan gangguan ADHD selalu terlihat melakukan gerakan yang berlebihan dibandingkan dengan gerakan yang dilakukan anak seusianya secara umum. Perilaku hiperaktif ini tampak tidak bertujuan jika dibandingkan dengan perilaku individu yang aktif tapi produktif. Anak-anak ADHD tidak mampu mengontrol dan melakukan koordinasi dalam aktifitas motoriknya. Hingga sulit dibedakan mana gerakan penting dan gerakan tidak penting. Mereka melakukan gerakan secara terus

menerus tanpa lelah. (3) Impulsive. Anak ADHD mengalami gangguan perilaku berupa melakukan tindakan tanpa memikirkannya terlebih dahulu. Mereka sangat dikuasai oleh perasaannya sehingga cepat sekali bereaksi.¹

Oleh karena anak ADHD sangat sulit dalam belajarnya, maka guru menggunakan 2 pendekatan yaitu pendekatan perilaku dan pendekatan farmakologi. Berikut penjelasannya:

1. Menggunakan Pendekatan Perilaku

Guru menggunakan pendekatan perilaku untuk mengurangi perilaku anak ADHD yang tak lazim dan menggantinya dengan perilaku yang bisa diterima oleh masyarakat. Terapi perilaku sangat penting untuk membantu anak-anak bisa menyesuaikan diri dalam masyarakat. Bukan hanya Guru yang harus menerapkan terapi perilaku pada saat belajar, namun anggota keluarga dirumah juga harus bersikap sama dan konsisten. Hal ini sesuai dengan pernyataan dalam Dr. Handojo. Terapi perilaku, berupaya untuk melakukan perubahan pada anak hiperaktif dalam arti perilaku yang berlebihan dikurangi dan perilaku yang berkekurangan (belum ada) ditambahkan.² Di sekolah Cahaya Hati Center ini menggunakan terapi Applied Behavioral Analysis yang diciptakan oleh O. Ivar Lovaas PhD dari University of California Los Angeles (UCLA).

Dalam pendekatan perilaku, fokus penanganan terletak pada pemberian *reinforcement* positif setiap kali anak berespons benar sesuai dengan instruksi yang diberikan. Tidak ada hukuman (*punishment*) dalam terapi ini, akan tetapi bila anak berespons negatif (salah/tidak tepat) maka ia tidak mendapat *reinforcement*

¹ Laili S Cahya. *ADHD bisa sembuh kok*. (Yogyakarta: Familia, 2013), hal 06

² Y. Handojo, *Autisma: petunjuk praktis dan pedoman materi untuk mengajar anak Normal dan perilaku lain*. (Jakarta Barat: PT. Bhuana Ilmu Populer, 2006), hal 07

positif yang ia sukai tersebut. Perlakuan ini diharapkan meningkatkan kemungkinan anak untuk berespon positif dan mengurangi respon negative ataupun tidak berespon apapun terhadap intruksi yang diberikan.³

Secara lebih teoritis, prinsip dasar terapi ini dapat dijabarkan sebagai A-B-C; yakni *Antecedent-Behavior-Consequence*. Antecedent (hal yang mendahului perilaku) berupa intruksi yang diberikan guru kepada siswa. Melalui gaya pengajarannya yang terstruktur, siswa kemudian memahami *behavior* (perilaku) apa yang diharapkan olehnya sesudah intruksi diberikan dan perilaku tersebut cenderung terjadi lagi setelah adanya *Consequence* (konsekuensi/imbalan) yang menyenangkan. Tujuan penanganan ini untuk meningkatkan pemahaman dan kepatuhan anak dan akan mendapatkan hasil yang signifikan bila dilakukan secara insentif, teratur dan konsisten.⁴

Pada anak ADHD banyak yang mengalami hambatan dalam perkembangan perilakunya, antara lain terdiri dari wicara dan okupasi, tidak berkembang seperti anak normal. Padahal kedua jenis perilaku ini sangat penting untuk komunikasi dan sosialisasi. Sehingga apabila hambatan ini tidak diatasi dengan cepat dan tepat maka proses belajar anak-anak ini juga terhambat. Intelegensi, emosi dan perilaku sosialnya tidak dapat berkembang dengan baik. Oleh karena itu Guru di Cahaya Hati Center Tulungagung menggunakan beberapa terapi yaitu:

- a. Terapi Okupasi

³ Leni Susanti, *Kisah Anak Berkebutuhan Khusus* (Jogjakarta: Javalitera, 2016), hal. 58

⁴ Y. Handojo, *Autisma: petunjuk praktis...*, hal. 29

Dalam terapi ini dilakukan berbagai kegiatan yang menstimulasi kemampuan motoric dan sensorik seorang anak ADHD. Biasanya terapi ini berupa kegiatan-kegiatan fisik, seperti bermain bola, membuat kerajinan tangan, dan olahraga.

Terapi okupasi tepat untuk anak ADHD karena membantunya berkonsentrasi pada suatu hal dalam membantu melampiaskan sikap hiperaktif kedalam suatu kegiatan lain yang lebih berguna.

Terapi okupasi pada anak memfasilitasi sensory dan fungsi motorik yang sesuai pada pertumbuhan dan perkembangan anak untuk menunjang kemampuan anak dalam bermain, belajar dan berinteraksi dilingkungannya. Terapi okupasi adalah terapi yang dilakukan melalui kegiatan atau tugas terhadap anak yang mengalami gangguan kondisi sensori motor.⁵

Anak Hiperaktif tertentu juga mempunyai perkembangan motorik yang kurang baik seperti siswa. Gerak-geriknya kasar dan kurang luwes dibanding teman seumurannya. Oleh karena itu oleh siswa diberi bantuan terapi okupasi untuk membantu menguatkan keterampilan ototnya. Seperti yang dilakukan guru melatih otot jari tangan siswa dengan mengajaknya bersalaman dan berlatih mengancingkan baju.

b. Terapi Wicara

Diana Sringenana seorang terapis wicara dari Bandung menyatakan bahwa terapi wicara bertujuan untuk mengembangkan kemampuan

⁵ E. Kokasih, *Cara Bijak Memahami Anak Berkebutuhan Khusus*, (Bandung. Yrama Widiya, 2012), hal. 13

komunikasi anak ADHD. Anak pun diajarkan untuk mendengar, karena inti dari komunikasi adalah percakapan dua arah.

Siswa ADHD termasuk anak hiperaktif yang sering kehilangan perhatian ketika berkomunikasi bahkan sering berbicara berlebihan yang tidak jelas oleh karena itu Guru menerapkan metode ABA untuk membantunya melatih dalam berbahasa.

Bantuan atau terapi yang diberikan pada siswa dengan cara seperti berikut: organ bicara dan sekitarnya (oral peripheral mechanism), yang sifatnya fungsional, maka terapis wicara akan mengikut sertakan latihan-latihan oral peripheral mechanism exercises maupun oral-motor activities sesuai dengan organ bicara yang mengalami kesulitan.

Artikulasi menjadi kurang sempurna karena adanya gangguan, latihan untuk pengucapan diikutsertakan cara dan tempat pengucapan. Kesulitan pengucapan dibagi menjadi substitution (penggantian), misalnya rumah menjadi lumah; omission (penghilangan), misalnya sapu menjadi apu, indistinct (pelafalan tidak jelas), dan addition (penambahan).⁶

Keuntungan dari terapi ini tentunya membantu anak memahami instruksi serta mampu menyatakan idenya dengan Bahasa verbal.

c. Sosialisasi dengan menghilangkan perilaku yang tidak wajar

Untuk menghilangkan perilaku yang tidak dapat diterima oleh umum, perlu dimulai dari kepatuhan dan kontak mata. Kemudian diberikan pengenalan konsep atau kognitif melalui Bahasa yang dapat

⁶ Y. Handoyo, *Autisma: petunjuk praktis...*, hal. 30

dipahami anak seperti yang dilakukan oleh Guru membantu anak dijelaskan dengan tatakrama. Agar perilaku asosial dapat ditekan, maka guru selalu menemani secara interaktif dalam setiap kegiatan siswa. Dan tidak lupa guru selalu memberikan imbalan yang efektif.

2. Menggunakan Pendekatan Farmakologi

Di sekolah Cahaya Hati Center juga menerapkan Terapi Biomedik (obat, vitamin, mineral, dan food supplements). Untuk obat-obatan dosis dan jenisnya diserahkan kepada dokter spesialis yang sudah dikenal oleh orang tua siswa. Jenis obat vitamin maupun suplemen yang pernah dipakai siswa adalah Ritalin, TMG, Omega-3, Omega-6. AG juga melakukan terapi makanan.

Umumnya terapi makanan dilakukan dengan cara diet begitupun siswa diet sesuai dengan gejala utama yang timbul. Diet yang diberikan pada siswa adalah Diet tanpa *gluten* dan tanpa kasein. Jadi siswa mengurangi makan yang mengandung terigu seperti roti, mie, kue kering dan biscuit. Juga produk-produk minuman yang bersoda, saus tomat dan saus lainnya. Serta makanan sumber kasein yaitu susu, es krim, keju, yogurt. Dan juga daging maupun ikan yang diawetkan seperti kornet, nugget, dan ikan asap.

Sedangkan makanan yang dianjurkan dimakan oleh siswa adalah makanan sumber karbohidrat yang tidak mengandung *gluten* misalnya beras, ubi, jagung, tepung beras, bihun dan sebagainya. Makanan sumber proteinnya dari kacang hijau, susu kedelai telur dan ikan segar. Sayuran segar seperti wortel, bayam, brokoli, dan labu siam serta buah-buahan segar.

Kesalahpahaman yang umum tentang terapi farmakologi adalah bahwa terapi ini akan menghilangkan semua gejala hiperaktif dan impulsive bermasalah, terapi farmakologi ADHD memiliki sejarah panjang, dengan laporan dari obat-obatan yang digunakan mengobati gangguan setidaknya sejak 1937. Obat yang paling umum digunakan orang yang didiagnosis mengalami ADHD adalah *methylphenidate*, *dexapethamine*, *atmoxetine*.⁷ Penggunaan obat dalam jangka waktu panjang nanti akan berdampak pada anak-anak. Untuk itu harus konsultasi ke dokter jiwa anak

B. Strategi Guru Menangani Anak Hiperaktif ADHD dalam Interaksi Sosial dengan Temannya di Sekolah Khusus Cahaya Hati Center Tulungagung

Lingkungan yang mempengaruhi interaksi sosial anak adalah lingkungan sekolah. Sekolah merupakan lingkungan kedua setelah keluarga, karena disekolah anak dalam tahap belajar bersosialisasi dengan teman-teman yang baru dikenal sekolah mengharuskan anak mampu berkomunikasi atau berinteraksi dengan baik didalam maupun diluar kelas, tetapi tidak semua anak bisa melakukannya. Anak-anak yang demikian mengalami gangguan perkembangan sosial yang bisa menghambat komunikasi seperti siswa ADHD.⁸

Seperti tingkah laku AG dia bersikap acuh tak acuh kepada orang, sulit diajak komunikasi, dan seolah hidup dalam dunianya sendiri. Gangguan interaksi siswa antara lain: kontak mata sangat kurang, tidak bisa bermain dengan teman sebaya, dan kurang mampu mengadakan hubungan emosional-sosial timbal balik.

⁷ Jennifer dkk, ADHD: Implications for School Counselors. *Georgia School Counselors Association Journal*. 21 (1), EJ1084428

⁸ Zuyina Luklukaningsih, *Sinopsis Fisioterapi untuk Terapi Latihan*. (Yogyakarta: Mitra Cendika Offset, 2009), hal 36

Ketidakmampuan dalam menjalin interaksi social merupakan masalah utama dalam ADHD, karena itu dalam sekolah khusus Cahaya Hati Center ini menekankan pada pentingnya pelatihan ketrampilan social (*social skills training*). Teknik yang sering digunakan dalam mengajarkan perilaku social positif antara lain, *modelling* (pemberian contoh), *role playing* (bermain peran), dan *rehearsal* (latihan pengulangan). Pendekatan belajar social mengkaji perilaku dalam hal konteks sosial dan implikasinya dalam fungsi personal.

Salah satu bentuk modifikasi yang diterapkan di Cahaya Hati Center adalah teknik modifikasi tatalaksana perilaku oleh Ivar Lovaas. Terapi ini menggunakan prinsip belajar-mengajar untuk mengajarkan sesuatu yang kurang atau tidak dimiliki anak. Misalnya anak diajar memperhatikan sesuatu, meniru suara, menggunakan kata-kata dan bagaimana bermain dengan temannya. Semua keterampilan yang diajarkan kepada siswa diberikan secara berulang-ulang.

Kemudian strategi yang digunakan Guru agar anak mampu berinteraksi dengan temannya sebagai berikut:

- 1. Memfokuskan kembali Perhatian Siswa hiperaktif/ADHD ketika sedang Mengganggu Teman**

Berdasarkan hasil obsevasi yang dilakukan peneliti. Selama proses pembelajaran sikap yang ditunjukkan siswa selalu berubah-ubah, siswa tidak bisa duduk dengan tenang mendengarkan penjelasan dari guru. Karena itu sering memperingatkan siswa untuk kembali memfokuskan perhatiannya ketika guru sedang menjelaskan materi. Banyak hal yang dilakukan guru dalam mengalihkan perhatian siswa untuk fokus kembali. Seperti yang dilakukan guru

dengan memanggil nama siswa kemudian memberikan pertanyaan, sering memanggil nama siswa dan menanyakan kepada siswa mengapa tidak memperhatikan ke depan. Atau dengan mendekatinya secara langsung dan membenarkan posisi duduk siswa yang benar sambil diberikan peringatan.

Model latihan perhatian yang digunakan mengacu pada konsep Sohlberg dan Mahteer (1987) yang dikutip dalam bukunya Marlina menyatakan bahwa ada 5 sub tipe perhatian yaitu memfokuskan perhatian, memperhatikan perhatian, memilih perhatian, mengganti perhatian dan membagi perhatian.⁹ Dalam proses pembelajaran, siswa ADHD akan cepat bosan pada situasi yang membuatnya tidak tenang dan membosankan menurutnya. Hal ini biasanya ditunjukkan dengan aktivitasnya yang sering menggerak-gerakkan kaki atau tangan, berjalan-jalan di kelas, ramai sendiri, suka mengganggu teman dan lain sebagainya. Selain itu, konsentrasi dalam memusatkan perhatian pada materi yang sedang dijelaskan juga kurang baik. Oleh karena itu dalam hal perhatian ini, guru berusaha memberikan strategi dengan berusaha memfokuskan kembali perhatian siswa ADHD ketika sedang hiperaktif, impulsif dan kurang konsentrasi.

2. Pemberian Kegiatan dengan Melibatkan Teman Sebaya

Kegiatan bersama teman dapat meningkatkan interaksi yang baik dengan temannya, biasanya guru menggunakan ajang diskusi berkelompok atau bermain peran sebagai cara melatih komunikasi siswa dengan temannya. Semakin sering dia bermain dengan temannya maka

⁹ Marlina. *Asesmen dan Strategi Intervensi Anak ADHD*. (Jakarta:Depdiknas, 2007), hal 110

semakin terasah kemampuan interaksinya. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dinyatakan oleh Guevremont yang dikutip dalam Marlina yang menjelaskan bahwa teman sebaya hendaknya dilibatkan dalam semua tahap intervensi keterampilan sosial.¹⁰

¹⁰ *Ibid*, hal 105