

## **HIPERAKTIF, CARA PENGOBATAN DAN PERAN GURU DALAM MENANGANI SISWA HIPERAKTIF**

**Wenny Widyaningtyas**

Sekolah Tinggi Agama Islam Badrus Sholeh Kediri

Email: [wen.wenny17@gmail.com](mailto:wen.wenny17@gmail.com)

### **ABSTRACT**

It is the nature of a child to be born active and that is their characteristic. But parents must be careful if the baby shows a condition that makes it unable to control his behavior. Children's activities also exceed the average age of friends. It could be that the child is showing hyperactivity characteristics. Hyperactive students are more likely to be more active in class than other students, always bothering other friends. This article tries to review the relationship between hyperactive children, how to treat and the role of teachers in dealing with hyperactive children taken from the results of a case study of a student in class B RA Oro-oro Ombo Kandangan Kediri

**Keywords:** *Hyperactivity, Treat Hyperactivity, The Role of Teachers*

## PENDAHULUAN

Anak-anak butuh ruang lebih banyak untuk bergerak aktif, itu dikarenakan mereka punya energi luar biasa untuk mengeksplorasi lingkungan sekitarnya. Terlebih lagi anak usia 4-5 tahun sedang berada dalam fase otonomi, merasa dirinya punya kemampuan untuk melakukan banyak hal. Itulah kenapa aktivitas gerak mereka luar biasa, seolah tidak mengenal rasa lelah. Namun orang tua harus berhati-hati apabila sang buah hati menunjukkan suatu kondisi yang membuat ia tidak mampu mengendalikan perilakunya. Aktivitas anak pun melebihi rata-rata teman seusianya. Bisa jadi anak tersebut menunjukkan ciri-ciri hiperaktif. Tak cuma pada anak-anak, rupanya hiperaktif adalah gangguan yang juga dialami orang dewasa. Untuk itu, penting bagi para orangtua untuk mengetahui lebih jauh seluk-beluk dari hiperaktivitas.

Anak hiperaktif biasanya susah memusatkan perhatian, bereaksi cepat tanpa pikir panjang dan beraktivitas fisik yang berlebihan, tampak mudah gelisah, emosi meledak-ledak, sulit duduk tenang, banyak bicara. Banyak orangtua yang kadang menyerah memiliki anak hiperaktif. Anak hiperaktif menunjuk pada ketidakmampuan untuk mengontrol perilaku, sehingga aktivitas melebihi rata-rata anak pada umumnya.

Perilaku hiperaktif ini dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain sebab kadangkala anak tidak bisa memperkirakan dampak akibat dari perilakunya.

Murid hiperaktif lebih cenderung lebih aktif didalam kelas dibandingkan murid lainnya, selalu mengganggu teman yang lain, tidak mau untuk saling bekerja sama. Oleh karena itu guru harus mempunyai teknik pengajaran yang tepat dalam membuat bahan pelajaran agar tercapai tujuan pembelajaran.

## METODE PENELITIAN

Subjek penelitian ini adalah Ahmad Azzam, umur pada saat penelitian ini dilaksanakan adalah enam tahun tiga bulan dan sedang duduk di kelas B. Azzam adalah salah satu anak didik peneliti yang memiliki aktifitas gerak yang luar biasa aktif. Tingkah lakunya berlebihan dibanding temannya, suka jahil, gampang berbuat onar. Berbuat sesuka hatinya dan sering mengacuhkan gurunya terutama jika ada pelajaran yang dia tidak sukai Azzam akan berlari keluar meninggalkan kelas. Sehingga menurut peneliti Ahmad Azzam ini bisa dikategorikan anak yang hiperaktif. Menurut guru kelasnya, tingkah laku azzam ini sudah berkurang dibandingkan saat masih duduk di kelas A. Sebenarnya Azzam adalah anak yang cerdas, terbukti dengan

cepat menanggapi apa yang diajarkan guru. Dan ketika disuruh mengajarkan soal selalu menyelesaikan dengan cepat dan benar.

Adalah tugas guru untuk mengajar dan mendidik siswa-siswanya dengan baik agar mereka dapat mandiri suatu saat nanti. Guru adalah orangtua kedua bagi siswa yang diharapkan mampu untuk memotivasi hidup siswa, terutama dalam hal belajar. Siswa yang hiperaktif memiliki hak yang sama dengan siswa lain yaitu untuk memperoleh pendidikan agar dapat menyongsong masa depan. Oleh karena itu, diharapkan guru juga mampu untuk mengajar dan mendidik siswa yang berkebutuhan khusus ini, sama halnya seperti siswa lain.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan yang terdiri dari tiga tahap pengajaran, yaitu tahap perencanaan (*planning*), tahap pemberian tindakan (*instruction*) dan tahap evaluasi (*evaluation*). Masing-masing tahap terdiri dari 3 siklus yang sama yaitu siklus *look, think and act*. *Look* artinya mengumpulkan informasi baik dari orangtua si subjek maupun dari lingkungan sekitar, sedangkan *think* artinya merefleksikan dan menganalisis informasi yang diperoleh sebelumnya dan terakhir *act* artinya merencanakan, menerapkan dan mengevaluasi hasil pembelajaran. Tahap pertama yaitu perencanaan, dalam hal ini peneliti mereview informasi dan sumber informasi,

menyeleksi dan mengelola informasi kemudian merumuskannya dalam bentuk rencana pembelajaran yang diaplikasikan selama beberapa minggu. Tahap kedua yaitu pemberian tindakan yang dalam hal ini peneliti membuat kegiatan dan mengamati tanggapan si subyek, merefleksikannya kedalam proses dan kegiatan pembelajaran dan memberikan tanggapan dan informasi tambahan terkait kegiatan pembelajaran yang diterapkan kepada si subjek. Tahap terakhir yaitu evaluasi, dalam tahap ini peneliti mereview hasil akhir dari tindakan yang diberikan ke subyek. Peneliti mereview perubahan tingkah laku si subyek dan mengidentifikasi tingkat kesuksesan, kekuatan, kelemahan dan tantangan dari pemberian tindakan ini. Merencanakan tindakan selanjutnya apabila dinilai gagal dan atau merencanakan program selanjutnya untuk mengoptimalkan perkembangan kemampuan si subyek.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Anak tergolong hiperaktif apabila ia menjadi aktif secara tidak lazim, misalnya pada situasi yang tidak tepat atau anak tidak mengindahkan kata-kata orangtuanya sama sekali untuk bersikap tenang. Hiperaktivitas dapat ditunjukkan dengan tanda-tanda seperti:

- Terus bergerak secara berlebihan, seolah tidak pernah lelah
- Agresif (bersikap atau berkata-kata kasar)
- Impulsif (tak berpikir panjang sebelum bertindak), misalnya merusak mainan favoritnya sendiri baru kemudian menyesal
- Tidak bisa fokus, selalu mengganti aktivitas dan susah diajak bicara

Hiperaktivitas menyebabkan banyak masalah karena seseorang yang hiperaktif tidak dapat berkonsentrasi, bisa mengalami kecelakaan, dan cedera, begitu juga dengan penurunan akademis. Hiperaktivitas juga bisa menyebabkan masalah dalam hubungannya dengan orang-orang sekitar seperti teman, keluarga, guru, dan rekan kerja. Lambat laun, orang yang hiperaktif berisiko mengalami gangguan kecemasan atau depresi karena kondisi tersebut serta reaksi dari orang lain terhadap dirinya.

Setelah melihat sikap Azzam yang sangat aktif dan jahil, peneliti penasaran apakah memang dia juga terlalu aktif dirumah, apakah sulit dikendalikan seperti disekolah, apakah dia merasa tidak nyaman disekolah, lalu peneliti mencoba menanyakan kebiasaan ananda Azzam dirumah kepada ibunya. Dari hasil wawancara ditemukan fakta bahwa ternyata ketika di rumah subjek seringkali berbuat

ulah namun menjadi pendiam ketika berada di lingkungan baru dan bertemu orang banyak. Subjek hanya mempunyai dua orang teman di lingkungan rumah dan tidak mau berteman dengan tetangga yang lainnya. Dia hanya merasa nyaman bermain dengan kedua temannya. Dia juga tidak mau pergi mengaji sore seperti teman-temannya yang lain.

Selain itu, dari hasil wawancara dengan orangtua ananda Azzam juga ditemukan bahwa ananda Azzam sering sekali meluapkan emosinya dengan kasar kepada neneknya, apabila sedang marah atau bosan kerap kali si nenek yang akan dihajar sebagai pelampiasan emosinya. Peneliti berkesempatan untuk mewawancarai sang nenek, beliau berkata sikap Azzam yang suka meluapkan emosi berlebihan kepadanya sudah dilakukan sejak Azzam masih kecil. Karena memang yang mengasuh adalah neneknya, orang tua Azzam sama-sama sibuk bekerja. Namun si nenek tidak bisa berbuat apapun karena cinta dan kasih sayangnya, sehingga hanya pasrah apabila fisiknya dilukai oleh Azzam. Peneliti juga mendapati pola asuh orang tuanya yang diterapkan kepada Azzam adalah salah, yaitu ketika mendapati subjek sedang emosi justru akan dimarai dan dipukul, biar menimbulkan efek jera. Namun yang terjadi justru subjek bukannya takut malah semakin menjadi emosi, lalu akan meluapkan emosinya kepada

sang nenek ketika orang tuanya tidak ada. Disekolah pun, para guru juga tidak bisa berbuat banyak, karena tingkahnya yang susah diatur dan selalu jahil mengganggu temannya, apabila ditegur malah keluar kelas dan berlarian kesana kemari.

Dari hasil wawancara tersebut, peneliti kemudian mencoba menawarkan solusi agar orangtua ananda Azzam lebih terlibat dalam perkembangan sosialisasi dilingkungan keluarga juga sekolah dan juga ikut aktif memantau lingkungan bermain ananda Azzam misalnya dengan menemani ananda bermain bersama teman-teman. Dan juga lebih sabar dan bijak dalam menghadapi tingkah laku dan emosinya. Kebiasaan bertindak kasar dan bersuara keras pada anak sebaiknya dihindarkan. Peneliti juga memberi saran untuk membawa ananda Azzam berobat ke psikolog, karena anak hiperaktif perlu terapi konseling dan juga obat-obatan. Untuk sekolah peneliti memberikan saran yang perlu guru lakukan yaitu harus lebih sabar dan menggunakan teknik yang berbeda dalam menangani anak hiperaktif dibandingkan menangani murid yang lain serta mengadakan program khusus untuk anak hiperaktif, memberikan media yang menarik serta mengatur keadaan kelas senyaman mungkin karena perilaku anak hiperaktif yang berbeda dengan yang lainnya, mereka mudah bosan saat

berada dikelas dan konsentrasinya sering terpecah.

## ANALISIS

Dalam menangani masalah hambatan berkomunikasi pada ananda naura ini, peneliti menggunakan dua model pendekatan yaitu pendekatan umum dan pendekatan khusus.

### 1) Pendekatan Umum

Yang peneliti lakukan adalah meminta ijin guru kelas untuk :

- a. *menempatkan posisi duduk anak hiperaktif di depan sendiri dan menghindari subjek untuk duduk di dekat jendela*

Dengan pengamatan selama 2 minggu, peneliti menemukan bahwa solusi untuk menempatkan posisi duduk anak hiperaktif di bangku paling depan sendiri adalah teknik yang sangat tepat, karena dengan begitu guru akan lebih mudah untuk menjangkau mereka tersebut sehingga akan lebih mudah pula dalam penangannya. Mereka akan lebih berhati-hati dalam bertingkah di dalam kelas. Teknik ini sudah sesuai dengan teori yang telah dipaparkan oleh Geoff Kewley dan Pauline Latham yakni teknik penataan ruang kelas, hal ini disebabkan karna anak hiperaktif mudah teralihkan perhatiannya dan mudah bosan. Dengan mendudukan anak hiperaktif menghadap kedepan dalam posisi yang aman dari gangguan dan dekat dengan guru. Teknik tidak menempatkan anak hiperaktif di dekat

jendela maka anak tersebut akan lebih berkonsentrasi dalam proses pembelajaran. Anak hiperaktif adalah anak yang kurang mampu untuk memusatkan perhatiannya sehingga mereka akan sulit untuk berkonsentrasi di dalam kelas. Teknik ini diharapkan anak hiperaktif mampu untuk mengikuti proses belajar mengajar dengan baik dan dapat memahami apa yang telah disampaikan oleh guru.

*b. tidak memberikan hukuman yang terlalu berat*

Tidak memberikan hukuman yang tidak berlebihan dirasa cukup efisien, karena dengan begitu anak hiperaktif akan merasa lebih bertanggung jawab terhadap apa yang akan ia lakukan. Anak yang mengalami hiperaktif akan bertingkah semakin menjadi-jadi apabila ia mendapatkan hukuman yang terlalu berat. Teknik ini juga sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Geoff Kewley dan Pauline Latham yakni memberikan penghargaan dan hukuman, hal ini bertujuan agar anak lebih bersemangat dalam proses pembelajaran, penghargaan yang menguatkan dan bermakna akan lebih efektif daripada mungkin akan berhenti mencoba menjadi baik, guru harus lebih hati-hati dalam memberikan hukuman kepada siswa. Misalkan apabila subjek berkata kotor dan kasar maka dia harus beristighfar selama 10 kali dan apabila dia mengulangi perbuatannya

maka hukumannya untuk beristighfar akan ditambah kelipatannya, begitu seterusnya.

*c. melakukan perjanjian diawal pembelajaran*

Perjanjian diawal pembelajaran memberikan dampak yang baik, karena dengan begitu anak hiperaktif akan lebih dapat mengontrol setiap tindakan yang anak mereka lakukan, dengan begitu mereka akan dapat memposisikan dirinya dengan baik. Menurut Geoff Kewley dan Pauline Latham teknik ini disebut sebagai teknik kontrak, hal ini dapat menjadi strategi yang bermanfaat untuk digunakan dengan murid hiperaktif, kesepakatan yang ditulis oleh guru dan murid yang berhubungan dengan tingkah laku yang bermasalah. Kontrak ini akan menjelaskan bagaimana si murid akan bertidak dan bertingkah laku berbeda, apa yang akan diterima sebagai ganjarannya. Misalkan apabila subjek menjahili temannya lagi maka dia harus bernyanyi 5 buah lagu sambil berjoged di depan kelas.

*d. melakukan kontak fisik dengan subjek tersebut.*

Kontak fisik dengan anak hiperaktif sesekali harus dilakukan oleh guru. Dengan kontak fisik ini guru dapat sesekali menegur dengan sopan atas apa yang dilakukan anak hiperaktif. Kontak fisik ini bisa dilakukan dengan sesekali menepuk bahu, bisa dengan kontak mata dan

menyapanya dengan lembut. Teknik ini dikemukakan oleh Dayu, yakni dengan membuat isyarat khusus dengan anak hiperaktif berupa sentuhan di bahu atau menempelkan pesan dibangku untuk mengingatkan siswa agar tetap fokus.

## 2) Pendekatan Khusus

Yang peneliti lakukan adalah mencoba mendekati subjek dan mengamati tingkah lakunya. Peneliti mencoba untuk menjadi salah satu teman yang bisa dia percaya, teman yang menyenangkan ketika bermain, sehingga dia bisa menenangkan diri ketika bersama peneliti. Ketika ada gelagat marah yang berlebihan, peneliti segera memintanya menarik napas yang panjang, mengeluarkan dengan perlahan sampai dia menunjukkan sikap tenang. Peneliti juga memberi pengertian teman satu kelas untuk tidak antipati terhadapnya. Bahkan mereka bisa berperan membantu si anak hiperaktif agar bersikap normal kembali dengan cara memberikan petunjuk yang jelas kapan harus mendekat dan mengajaknya bermain, dan kapan harus menjaga jarak.

Peneliti juga melakukan pendekatan kepada orang tua subjek. Peneliti meminta kepada orang tuanya untuk mengatur makanan apa saja yang sebaiknya dia konsumsi. Makanan yang mengandung banyak gula, bahan pengawet, pewarna, perasa, pengawet, dan minuman dingin sangat tidak baik bagi anak hiperaktif karena bisa

mengakibatkan agitasi. Peneliti menyarankan untuk mendorong dia untuk aktif berolahraga tidak hanya saat pelajaran di sekolah namun juga di rumah. Olahraga merupakan aktivitas yang membutuhkan energi ekstra, sehingga bila anak menyadarinya, dia akan tahu aktivitas apa yang bisa mengalihkannya dari rasa frustrasi dan marah yang berlebih. Untuk mencegah anak jadi hiperaktif, orangtua disarankan untuk selalu menghargai anak apa adanya. Salah satu cara adalah habiskan waktu lebih banyak dengan anak. Selalu berbicara lembut dan gunakan bahasa yang positif, perlakuan kasar sangat tidak dibenarkan.

Peneliti juga menyarankan untuk membawa subjek ke psikolog guna mengkonsultasikan permasalahan yang dihadapi dan juga membawa subjek ke dokter. Karena dokter akan menganalisis tentang gejala hiperaktivitas dengan mengajukan pertanyaan mengenai gejala-gejala yang timbul dan akan memberikan obat yang sesuai dengan tipe hiperaktivitas yang dialami. Dan apakah kondisi ini baru atau kondisi yang memburuk, atau hanyalah efek samping dari pengobatan.

Setelah melakukan pendekatan khusus selama 2 minggu, peneliti bisa menyampaikan bahwa usaha yang dilakukan dengan bekerjasama dengan orang tua subjek menghasilkan hal yang positif. Subjek sudah bisa lebih

tenang dalam mengontrol emosinya, dia juga bisa menghargai teman dengan tidak menjahili mereka. Subjek sudah bisa berkomunikasi dengan baik dengan keluarga, teman dan guru disekolah. Dengan melakukan pendekatan khusus ini, peneliti bisa menarik kesimpulan bahwa anak hiperaktif tidak bisa sembuh hanya dengan cara diobati. Namun butuh terapi dari psikolog, dokter anak, dukungan keluarga dan guru sekolah yang baik. Dengan perawatan yang terintegrasi maka anak hiperaktif bisa dikendalikan.

#### KESIMPULAN

Ada sejumlah kriteria yang menunjukkan ciri khas anak hiperaktif. Semua tanda atau simptom ini sudah punya landasan medis sendiri. Anak hiperaktif biasanya menunjukkan suatu kondisi yang membuat ia tidak mampu mengendalikan perilakunya. Aktivitas anak pun melebihi rata-rata teman seusianya. Kesulitan yang kerap dialami anak hiperaktif antara lain:

- Kesulitan memusatkan perhatian
- Sulit duduk tenang, banyak bicara
- Aktivitas fisik berlebihan
- Bereaksi cepat tanpa pikir panjang atau impulsif
- Tampak mudah gelisah, emosi yang meledak-ledak

Diperlukan kesadaran dan kerjasama yang baik antara orang tua

dirumah dan guru disekolah. Mereka harus tepat dalam menentukan perawatan yang diberikan kepada si hiperaktif. Dengan konsultasi ke psikolog juga meminta obat kepada dokter adalah usaha yang dianjurkan agar si hiperaktif bisa melakukan kegiatan sehari-hari seperti anak yang normal. Dengan perawatan yang terintegrasi maka anak hiperaktif bisa dikendalikan

.....

**BIBLIOGRAPHY**

- Hanur, B. S. (2011). Improving the Quality in Writing Descriptive Texts of Madrasah Aliyah Students through Directed Writing Activity Strategy.(Thesis). *DISERTASI dan TESIS Program Pascasarjana UM*.
- Hanur, B. S. (2019, November). Children for Future: Gaining Our Children Success Through Smart School of Early Childhood Education. In *Proceedings of Annual Conference for Muslim Scholars* (Vol. 3, No. 1, pp. 644-653).
- Hanur, B. S. A., & Fatimah, F. (2017, May). Dari Pesantren untuk PIAUD. In *Proceedings of Annual Conference for Muslim Scholars* (No. Seri 2, pp. 898-908).
- Hanur, B. S. A., & Widayati, T. (2019). Character Building Di Abad 12 Masehi: Kajian Dan Analisis Pendidikan Akhlak dalam Kitab Ta'lim Muta'Alim. *Journal of Childhood Education*, 2(1).
- Hanur, B. S., & Avif, S. (2019). MELAYANI DENGAN HATI: Menghapus Diskriminasi dan Segregasi antara Anak Reguler dengan Anak Berkebutuhan Khusus melalui Sekolah inklusif YBPK Kota Kediri. *Jurnal Al-Hikmah*, 6(2), 27-40.
- Muliati, B., & Umam, M. K. (2019). Phenomenon Of Changes In Increasing Development Of Students In Basic School. *MIDA: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 2(1), 96-105.
- Umam, M. K. (2017). Analisis Lingkungan Strategik Dalam Corak Penyelenggaraan Pendidikan Islam. *Jurnal Al-Hikmah*, 5(1), 1-8.
- Umam, M. K. (2017, May). Strategi Alternatif Memajukan Lembaga Pendidikan Islam di Pedesaan Berbasis Sekolah Excellent Perspektif Kompetitif Kotemporor. In *Proceedings of Annual Conference for Muslim Scholars* (No. Seri 2, pp. 769-776).
- Umam, M. K. (2018). Imam Para Nabi: Menelusur Jejak Kepemimpinan dan Manajerial Nabi Muhammad saw. *Jurnal Al-Hikmah*, 6(1), 59-74.
- Umam, M. K. (2018). Rekonstruksi Pendidikan Islam Integrasi Dalam Kerangka Pendidikan Profetik Transformatif.
- Umam, M. K. (2018). STRATEGI INTELEKTUALISASI PROGESIFITAS MANHAJUL AL FIKR KADER AN-NAHDLIYAH.
- Umam, M. K. (2018, April). Reconstruction of Integrative Islamic Education in The Transformative Profetical Education Framework. In *Proceedings of Annual Conference for Muslim Scholars* (No. Series 1, pp. 511-520).
- Umam, M. K. (2018, February). Paradigma Pendidikan Profetik dalam Pendekatan Pembelajaran Tematik di Madrasah Ibtida'iyah. In *PROCEEDING: The Annual International Conference on Islamic Education* (Vol. 3, No. 1, pp. 120-132).

- Umam, M. K. (2019). DIMENSI KEPEMIMPINAN TRANSFORMATIF ERA DISRUPSI PERSPEKTIF MANAJERIAL BIROKRASI. *AL-WIJDĀ N: Journal of Islamic Education Studies*, 4(2), 127-146.
- Umam, M. K. (2019). KOMITE MADRASAH DALAM KONTEKS MANAJEMEN MUTU TERPADU PENDIDIKAN ISLAM. *Jurnal Al-Hikmah*, 7(1), 39-56.
- Umam, M. K. (2019). Lembaga Pendidikan Islam Dalam Telaah Lingkungan Strategik. *Jurnal Tinta*, 1(2), 16-29.
- Umam, M. K. (2019). Penggunaan Metode Jaritmatika Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. *Awwaliyah: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 2(1), 45-68.
- Umam, M. K. (2019). Peningkatan Mutu Pendidikan Melalui Manajemen Peserta Didik. *Jurnal Al-Hikmah*, 6(2), 62-76.
- Umam, M. K. (2019). SCHOOL HEAD STRATEGY IN INCREASING THE QUALITY OF EDUCATION IN SDIT AL-ARIF FROM THE PRASARANA MEANS STANDARD. *el-Mubtada: Journal of Elementary Islamic Education*, 1(1).
- Umam, M. K. (2019). STUDI KOMPARATIF PARADIGMA TEORI BELAJAR KONVENSIONAL BARAT DENGAN TEORI BELAJAR ISLAM. *Jurnal Al-Hikmah*, 7(2), 57-80.
- Umam, M. K. (2020). DINAMISASI MANAJEMEN MUTU PERSFEKTIF PENDIDIKAN ISLAM. *Jurnal Al-Hikmah*, 8(1), 61-74.
- Umam, M. K. INNOVATION OF TRANSFORMATIVE ISLAMIC EDUCATION STRATEGY.
- Yuliana, Yayuk. Skripsi : "Teknik Guru Dalam Menangani Anak Hiperaktif ( Studi Kasus di Kelas V Madrasah Ibtidaiyah Islamiyah Sukopuro Jabung Malang )." Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. 2017

\*\*\*\*\*