

**PENDEKATAN PENDIDIKAN INKLUSIF UNTUK ANAK DENGAN ADHD:
STRATEGI EFEKTIF DALAM MENINGKATKAN KONSENTRASI DAN
PERILAKU**

Annisa Feby Yani¹, Nuke Rosiana Dewi², Cony Kapitalia³, Nur Alya Tiara⁴, Siti Mutiah⁵, Yulia Siregar⁶

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Pelita Bangsa

annisafeby06@gmail.com¹, nukerd97@gmail.com², conykap315@gmail.com³,
alyaaatr@gmail.com⁴, sitimutiah890@gmail.com⁵, yuliasiregar@gmail.com⁶

Abstrak

Pendidikan inklusif merupakan pendidikan yang ramah untuk semua individu tanpa membedakan keragaman karakteristik seseorang. Pendidikan inklusif sebagai suatu sistem layanan pendidikan yang mengikutsertakan anak berkebutuhan khusus untuk belajar bersama dengan anak sebayanya di sekolah reguler yang terdekat dari jarak tempat tinggalnya.. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif untuk menganalisis berbagai strategi yang diterapkan dalam konteks pendidikan inklusif. Data yang dikumpulkan melalui studi literatur, wawancara, dan observasi. Penulis melakukan penelitian di SDI Ibnu Abbas Cikarang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi seperti lingkungan kelas yang mendukung, metode pembelajaran interaktif, serta pemberian dukungan emosional dan sosial dapat meningkatkan konsentrasi dan perilaku positif pada anak dengan ADHD. Selain itu, kolaborasi antara guru, orang tua, dan profesional menjadi salah satu kunci dalam keberhasilan penerapan pendekatan ini. Artikel ini menegaskan pentingnya pendidikan inklusif yang responsif terhadap kebutuhan individu mampu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan anak dengan ADHD secara optimal.

Kata Kunci: Pendidikan Inklusif, ADHD, Konsentrasi dan Perilaku

Abstract

Inclusive education is education that is friendly to all individuals without discriminating against a person's diverse characteristics. Inclusive education is an educational service system that includes children with special needs to study together with children their age in regular schools closest to where they live. This research uses qualitative methods with a descriptive approach to analyze various strategies implemented in the context of inclusive education. Data collected through literature studies, interviews and observations. The author conducted research at SDI Ibnu Abbas Cikarang. The results of this study show that strategies such as a supportive classroom environment, interactive learning methods, and providing emotional and social support can increase concentration and positive behavior in children with ADHD. Apart from that, collaboration between teachers, parents and professionals is one of the keys to the successful implementation of this approach. This article emphasizes the importance of inclusive education that is responsive to

individual needs and is able to create a learning environment that supports the optimal development of children with ADHD.

Keywords: *Inclusive Education, ADHD, Concentration and Behavior*

PENDAHULUAN

Pendidikan inklusif merupakan kata atau istilah yang dikumandangkan UNESCO yang berasal dari kata *Education for All* artinya pendidikan yang ramah untuk semua, dengan pendekatan pendidikan yang berusaha menjangkau semua orang tanpa terkecuali. Setiap seseorang memiliki hak dan kesempatan yang sama untuk memperoleh manfaat yang maksimal dari pendidikan. Hak dan kesempatan ini tidak dibedakan oleh keragaman karakteristik seseorang baik secara fisik, mental, sosial, emosional, serta status sosial ekonomi. Pendidikan inklusif merupakan sistem layanan pendidikan yang mensyaratkan anak berkebutuhan khusus belajar di sekolah-sekolah terdekat di kelas biasa bersama teman-teman seusianya (Meka et al., 2023). Sekolah penyelenggara pendidikan inklusif adalah sekolah yang menampung semua siswa dikelas yang sama. Pendidikan inklusif sebagai suatu sistem layanan pendidikan yang mengikutsertakan anak berkebutuhan khusus untuk belajar bersama dengan anak sebayanya di sekolah reguler yang terdekat dari jarak tempat tinggalnya. Pendidikan inklusif memberikan akses yang seluas-luasnya kepada semua anak untuk memperoleh pendidikan yang bermutu dan sesuai dengan kebutuhan individu siswa tanpa diskriminasi.

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah gangguan neurodevelopmental yang ditandai dengan gejala inatensi, hiperaktivitas, dan impulsivitas. Anak-anak dengan ADHD sering menghadapi tantangan dalam lingkungan pendidikan konvensional, seperti kesulitan mempertahankan konsentrasi, mengikuti instruksi, dan mengendalikan perilaku impulsif. Hal ini dapat menghambat proses belajar dan interaksi sosial mereka di sekolah. Pendidikan inklusif, yang mengintegrasikan anak-anak dengan kebutuhan khusus ke dalam kelas reguler, telah diakui sebagai pendekatan efektif untuk mendukung perkembangan akademik dan sosial anak dengan ADHD. Melalui pendidikan inklusif, anak-anak dengan ADHD mendapatkan kesempatan untuk belajar bersama teman sebaya mereka dalam lingkungan yang mendukung dan adaptif. Penelitian menunjukkan bahwa anak ADHD di sekolah inklusi dapat meningkatkan keterampilan, konsentrasi, komunikasi, dan pengendalian diri (Megaputri & Rusmawan, 2023). Strategi pembelajaran yang disesuaikan dengan

kebutuhan individu anak ADHD sangat penting dalam konteks pendidikan inklusif. Salah satu pendekatan yang telah terbukti efektif adalah strategi "tiered task" atau tugas berjenjang, di mana tugas diberikan sesuai dengan tingkat kesiapan dan kemampuan siswa. Penerapan strategi ini dapat meningkatkan fokus dan konsentrasi belajar anak dengan ADHD (Maulidazani et al., 2024). Selain itu, penggunaan alat bantu seperti "fidget toys" dalam proses pembelajaran dapat membantu anak-anak dengan ADHD meningkatkan konsentrasi dan mengurangi perilaku yang mengganggu. Pendekatan perilaku lainnya, seperti terapi wicara dan terapi blok, juga dapat diterapkan untuk mendukung perkembangan anak dengan ADHD dalam setting pendidikan inklusif (Alfirah & Gustiana, 2024). Dengan demikian, implementasi strategi pendidikan inklusif yang tepat dapat menjadi solusi efektif dalam meningkatkan konsentrasi dan perilaku anak dengan ADHD, sehingga mereka dapat mencapai potensi penuh dalam lingkungan pendidikan (Wijaya et al., n.d.).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan menggunakan studi kasus untuk mengumpulkan data. Informan dalam penelitian diwawancarai secara langsung dan mendapatkan persetujuan langsung dari mereka. Informan sebelum wawancara. Studi tersebut dilakukan di SDI Ibnu Abbas Cikarang. Penulis menggunakan satu subjek sebagai sumber data dari wawancara dengan beberapa informan guru wali kelas dari seorang anak laki-laki yang berusia 8 tahun dengan gejala ADHD.

Strategi yang digunakan orang tua terhadap anak dengan ADHD adalah tidak terlalu membedakan anaknya dengan anak lain, berkonsultasi dengan terapis secara teratur, memahami dan sabar, dan melakukan aktivitas yang cukup. Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui teknik wawancara, observasi, dan studi dokumentasi (gambar 1). Karena tujuan utama pengumpulan data dalam penelitian adalah untuk mendapatkan data, peneliti tidak akan dapat memenuhi standar data yang telah ditetapkan jika mereka tidak mengetahui teknik pengumpulan data yang tepat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

ADHD atau attention deficit hyperactivity disorder merupakan gangguan yang dialami pada perkembangan saraf anak yang dapat dilihat dengan perbedaan perilaku yang hiperaktif, impulsive, dan masalah perhatian. Gangguan ini berkaitan dengan perkembangan otak. anak

yang mengalami ADHD memiliki kesulitan dalam mengendalikan perilaku serta memiliki kemampuan daya kognitif yang sesuai dengan usianya. Gangguan ini dapat dilihat sejak anak usia dini. Para ahli mengatakan bahwa setidaknya 3 dari 100 anak usia 4-14 tahun menderita gangguan ADHD. Jika dibiarkan berkelanjutan tanpa adanya perhatian dari orangtua dan juga bantuan ahli, gangguan ini akan terus dibawa hingga anak beranjak dewasa, yang pada akhirnya gangguan ADHD menyebabkan si penderita mengalami kesulitan serius dalam keluarga, lingkungan dan juga masyarakat di sekitarnya. Menurut para ahli ada tiga jenis ADHD yaitu:

- Predominantly inattentive, yaitu anak yang tidak bisa memfokuskan perhatian namun mereka tidak hiperaktif melainkan sering melamun sehingga sulit untuk diajak berkomunikasi.
- Predominantly hyperactive-impulsive, yaitu anak yang memiliki keaktifan tinggi serta mudah terbawa oleh sesuatu hal yang membuatnya penasaran.
- Gabungan antara keduanya yaitu anak yang sulit untuk memusatkan perhatian namun juga sangat aktif

Strategi Pembelajaran Anak ADHD

Sebagai pendidik, akan dengan sangat mudah memberikan strategi pembelajaran kepada anak-anak terutama yang mengalami gangguan ADHD dengan lebih dahulu mengenali kondisi anak. Mengenal anak ADHD dengan baik akan membantu guru kapan harus memberikan aturan kepada anak sehingga anak-anak akan menghargai konsistensi, mereka akan menghormati guru karena menjadi 'manusia' dan membuat kelonggaran yang menjadi kebutuhan anak. Proses pengenalan anak ini dapat dilakukan melalui pendekatan non-konfrontatif, dimana guru memberikan kesempatan mendengarkan anak, mendengarkan dan memberikan sedikit waktu, hal tersebut akan membantu meredakan energi yang meningkat akibat perilaku buruk dan kehilangan kendali, sehingga menciptakan hubungan yang lebih positif dan membantu guru baik waktu dan energi dalam jangka panjang. Sehingga dengan demikian dibutuhkan berbagai strategi dalam menangani konsentrasi anak ADHD. Proses pembelajaran anak dengan ADHD di sekolah ini melibatkan berbagai pendekatan dan strategi yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan khusus mereka. Berikut metode yang telah dilakukan oleh guru di sekolah tersebut yakni:

1. Metode Pembelajaran yang Interaktif Guru di sekolah dapat menggunakan metode pembelajaran yang interaktif dan lebih berbasis permainan. Pendekatan ini membantu anak-anak dengan ADHD untuk terlibat secara langsung dan termotivasi. Misalnya, guru sering menggunakan aktivitas kelompok yang melibatkan kolaborasi antara siswa dengan kebutuhan khusus dan siswa reguler. Ini tidak hanya membantu anak-anak dengan ADHD untuk belajar dari teman-teman mereka, tetapi juga menanamkan rasa solidaritas dan empati di antara semua siswa
2. Lingkungan Pembelajaran yang Mendukung Di sekolah ini, guru berusaha menciptakan suasana yang ramah dan inklusif, di mana anak-anak merasa aman untuk berpartisipasi. Ini termasuk penggunaan ruang kelas yang fleksibel, yang memungkinkan pembelajaran tidak hanya di dalam ruangan tetapi juga di luar ruangan, sehingga anak-anak dapat mengasah konsentrasi mereka.
3. Akomodasi dan Dukungan Khusus Proses pembelajaran juga mencakup akomodasi khusus untuk anak-anak dengan ADHD. Ini bisa berupa instruksi yang jelas dan singkat, serta pengulangan materi untuk memastikan pemahaman. Selain itu, guru sering melakukan kesepakatan bersama dengan siswa untuk menetapkan aturan dan harapan dalam proses belajar, yang membantu anak-anak dengan ADHD untuk memahami dan mengendalikan perilaku mereka.

Strategi meningkatkan konsentrasi anak ADHD melalui permainan dapat dengan melakukan beberapa permainan, sebagai berikut:

Strategi yang dapat dilakukan oleh pendidik dalam meningkatkan konsentrasi anak yang memiliki gangguan ADHD dengan berbagai tipe pada proses pembelajaran salah satunya adalah dengan menggunakan permainan yang diterapkan dalam terapi sensori integrasi yaitu, play therapy, bermain jangka pendek, tebak isi gelas, permainan sosialisasi, bowling, game edukasi, playdough, PECS (Picture Exchange Communication System), labirin, engklek, flashcard, musik dan menulis. Dalam 2 jurnal yang membahas pengaruh permainan tersebut yang diteliti oleh Nuligar Hatiningsih, serta Nahed Saied El-Nagger. Peneliti menyimpulkan Play therapy sangat membantu anak untuk meningkatkan konsentrasi karena dalam permainan anak belajar untuk melatih perkembangan motorik, sensori, kognitif dan konsentrasi. Bermain dapat dilakukan dengan teman bahkan dengan media permainan. Puzzle adalah salah satu media yang bisa digunakan dalam

bermain Permainan puzzle dapat meningkatkan daya pikir dan perhatian anak sehingga melalui permainan puzzle anak dapat mempelajari sesuatu yang rumit serta anak akan berpikir bagaimana permainan puzzle ini dapat tersusun, sehingga membuat rentang perhatian anak menjadi meningkat (S.D. Targum & Adler, 2014)



Gambar 1. *Menstimulasi daya konsentrasi dan mengembangkan motorik halus*

Anak ADHD yang melakukan permainan dengan menggunakan puzzle untuk meningkatkan perhatiannya. Construction puzzle adalah puzzle yang digunakan dalam penelitian ini. Puzzle ini memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi dibandingkan puzzle yang lain. Jika anak ADHD bermain puzzle maka akan membantu meningkatkan perhatiannya, sehingga anak mudah dalam melakukan kegiatannya. Sejalan dengan pendapat (Munizzi, 2013), Jika perhatian anak tinggi, tentu akan berguna bagi anak dalam menyelesaikan tugasnya. Beberapa penelitian yang dilakukan untuk meningkatkan konsentrasi anak ADHD menggunakan permainan yang salah satunya adalah permainan puzzle menunjukkan hasil yang meningkat. Dari hasil penelitian ini penggunaan media puzzle dapat digunakan sesuai dengan langkah-langkah penelitian sehingga telah menunjukkan hasil yang positif. Jadi dapat disimpulkan bahwa bermain puzzle dapat meningkatkan perhatian bagi anak ADHD.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pendidikan inklusif sebagai suatu sistem layanan pendidikan yang mengikutsertakan anak berkebutuhan khusus untuk belajar bersama dengan anak sebayanya di sekolah reguler yang terdekat dari jarak tempat tinggalnya. Pendidikan inklusif memberikan pendekatan yang efektif untuk mendukung anak dengan ADHD dalam meningkatkan konsentrasi dan perilaku

mereka. Dengan menggunakan strategi yang tepat, seperti lingkungan pembelajaran yang mendukung, metode pengajaran interaktif, akomodasi dan dukungan khusus serta perhatian pada kebutuhan individu, anak dengan ADHD mampu belajar lebih fokus dan menunjukkan perilaku yang lebih positif. Kolaborasi dan hubungan antara guru, orang tua, dan profesional kesehatan menjadi salah satu kunci keberhasilan dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan anak secara menyeluruh. Dengan melalui pendekatan ini tidak hanya meningkatkan konsentrasi dan perilaku anak dengan ADHD tetapi juga mendorong terciptanya budaya pendidikan yang inklusif serta memperkuat prinsip kesetaraan dalam dunia pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfirah, A., & Gustiana, Z. (2024). Pemanfaatan Literasi Digital Dalam Meningkatkan Kreativitas Motorik Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). *Bakti Budaya*, 7(2), 140–154. <https://doi.org/10.22146/bakti.9809>
- Arta Anenda, D., Maisurah, D., Adila Rahma, I., Fitri, R., & Marhadi, H. (2024). *Karakteristik Siswa dengan Pelaku Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dan Upaya Penanganannya*. 2(3), 123–134. <https://doi.org/10.51903/bersatu.v2i3.718>
- Handayani MPd, A., Rahmawati, D., Dasar, P., & Pasca Sarjana, F. (n.d.). *5508 LITERATURE REVIEW: STRATEGI GURU DALAM MENANGANI ANAK HIPERAKIF*.
- Karlenata, H., & Mutiara, Z. T. (2024). Pembelajaran Pada Anak ADHD. *Educational Journal of Innovation and Publication (EJIP)*, 3(1), 2024. <https://scholar.google.com/>
- Khairani Tuzahara, N., Andriani, O., Putri Hania, A., Muhammadiyah Muara Bungo, U., Keguruan dan Ilmu Pendidikan, F., & Guru Sekolah Dasar, P. (n.d.). *Volume 2 No 2 Tahun 2024 PENDEKATAN LAYANAN PENDIDIKAN BAGI ANAK ABK (ADHD RINGAN)*.
- Krisania Tauhida, O., & Pribadi, F. (2022). *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial dilisensikan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-NonKomersial 4.0 Internasional. (CC BY-NC 4.0) POLA TINDAKAN GURU DALAM MENDIDIK ANAK PENYANDANG ADHD DI SD ISLAM PERMATA MOJOSARI*. <https://doi.org/10.38043/jids.v6i1.3484>
- Maharani, L., & Kunci, K. (2023). THE EFFECT OF APPLIED BEHAVIOR-BASED BEHAVIOR COUNSELING TO REGULATE EMOTIONS IN ATTENTION DEFICIT

HYPERACTIVITY DISORDER CHILDREN IN PAUD PKK HANDAYANI WAY LIMA INFO ARTIKEL ABSTRAK. *Journal of Sciencetech Research and Development*, 5(1). <https://idm.or.id/JSCR/index.php/JSCR>

Maulidazani, F., Susetyo, B., & Marlina, M. (2024). Peningkatan Konsentrasi Belajar Menggunakan Strategi Tiered Task pada Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 6(3), 2404–2411. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i3.5598>

Ni Luh Putu Ika Sintya Devi, & Ni Ketut Suarni. (2024). Analisis Kemampuan Kognitif Dan Perilaku Sosial Pada Anak ADHD Di Sekolah Inklusi. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 673–682. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5664>

Oktari, W., Harmi, H., & Wanto, D. (2020). STRATEGI GURU DALAM PEMBELAJARAN PAI PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS. In *Strategi Guru dalam Pembelajaran PAI... | (Vol. 13, Issue 2)*.

Sahara, N. S., & Karnita, R. (n.d.). *PERANCANGAN BUKU ANIMASI FLIPBOOK SEBAGAI TEKNOLOGI ASISTIF UNTUK ANAK DENGAN GEJALA ADHD*.

Sekolah, M., Islam, T., & Surakarta, A.-M. (2020). *Jurnal Thulabuna EVALUASI STRATEGI KOMUNIKASI VISUAL TERHADAP KEMAMPUAN MENGHAFAL MUFRODAT PADA ANAK ADHD (ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVE DISORDER) DI LPPA AR ROJA' SURAKARTA*. 2(02).

Sugihartatik. (n.d.). *Prosiding SEMINALU (Seminar Nasional LPPM UNIPAR Jember) Meningkatkan Konsentrasi Belajar Anak ADHD dengan Strategi Intervensi Manajemen Diri Melalui Permainan Bola Sepak*. <http://prosiding.unipar.ac.id/index.php/seminalu>

Ummah, R., Rahman, M. E., Lumajang, M. M., & Jember, U. K. (2024). PENDEKATAN MULTISENSORI DALAM MODEL PEMBELAJARAN UNTUK SISWA BERKEBUTUHAN KHUSUS. In *Joedu : Journal of Basic Education (Vol. 03, Issue 01)*.

Watari, G., Bertilova Carmelita, A., Sasmitae, L., Raya, P., Tengah Indonesia, K., Fisiologi, D., Kedokteran, F., Palangka Raya, U., & Ilmu Penyakit Dalam, D. (n.d.). *LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN TERAPI SENSORI INTEGRASI TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU DAN KONSENTRASI ANAK ADHD (ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVE DISORDER) Literature Review : Relationship Integrated Sensory*

- Therapy To Changes In Behavior And Concentration Of Adhd Children (Attention Deficit Hyperactive Disorder)*. <https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx>
- Wijaya, S., Fathul, M., Masruriyah, M., & Felix, M. (n.d.). *ANAK DENGAN GANGGUAN PRILAKU ATAU ADHD*. <https://journalpedia.com/1/index.php/jip/index>
- Wulandari, A., & Yunitasari, S. E. (n.d.). *Pengaruh E-Modul Deteksi Dini dan Layanan Intervensi ADHD Terhadap Kemampuan Guru Taman Kanan-Kanak*. <https://doi.org/10.30605/jsgp.7.3.2024.4167>
- (Silitonga, 2023)Andriza, R., & Mahdi, A. (2022). Pengaruh Bermain Puzzle Untuk Meningkatkan Perhatian pada Anak ADHD di SLB N 1 Harau. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 3128–3134. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/5996>
- Silitonga, K. (2023). Pola Asuh Orang Tua dalam Penanganan ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 2(3), 11345–11356. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Tarigan, D. F., Abisah, W., Ginting, B., Febrianti, V., Christy, V., Sigalingging, C. R., Marito, Y., & Medan, U. N. (2024). *Cendekia pendidikan*. 8(9).
- Wallen, L. J. (1975). 5944. *The American Mathematical Monthly*, 82(3), 309. <https://doi.org/10.2307/2319873>
- Watari, G., Carmelita, A. B., & Sasmitae, L. (2021). Literature Review: Hubungan Terapi Sensori Integrasi terhadap Perubahan Perilaku dan Konsentrasi Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactive Disorder). *Jurnal Surya Medika*, 6(2), 130–140. <https://doi.org/10.33084/jsm.v6i2.2130>
- Meka, F. A. Dhoka, F. Poang, K. A. Dhey, and M. Y. Lajo, “JURNAL PENDIDIKAN INKLUSI Citra Bakti PERMASALAHAN SOSIAL ANAK BERKEBUTUHAN KUSUS,” *J. Pendidik. Inklusi*, vol. 1, no. 1, pp. 20–30, 2023, [Online]. Available: <https://jurnalilmiahcitrabakti.ac.id/jil/index.php/jpicb/article/download/2109/604/>.