

The background features abstract green geometric shapes, including triangles and overlapping polygons, in various shades of green, creating a modern and dynamic look.

ADHD

(Attention Deficit Hyperactivity Disorder)

Kuliah 8

Adriatik Ivanti, M.Psi, Psi

DEFINISI ADHD

- ▶ ialah : anak yang memiliki kesulitan memusatkan perhatian dan mempertahankan fokus pada tugas yang sedang dikerjakan
- ▶ Mereka cenderung bergerak terus secara konstan dan tidak bisa tenang.
- ▶ Akibatnya : mereka sering kesulitan belajar di sekolah, mendengar dan mengikuti instruksi OT, dan bersosialisasi dengan teman sebaya.

KARAKTERISTIK ADHD

► Berdasarkan DSM IV :

1. Kurang perhatian

- Tdk bisa memusatkan perhatian atau banyak membuat kesalahan dalam kegiatan
- Kesulitan m'p'tahan'k perhatian pd tugas atau kegiatan bermain
- Tdk menyelesaikan tugas
- Menghindari tugas2 yg menuntut usaha mental
- Sering kehilangan benda2 penting (alat tulis, tugas sekolah, dll)

KARAKTERISTIK ADHD (cont)

2. Hiperaktivitas

- Tangan & kaki tidak bisa diam
- Tdk bisa duduk diam dan sering meninggalk kursi
- Berjalan kemana-mana, memanjati segala macam benda sec berlebihan
- Kesulitan bermain dengan tenang
- Penuh energi dan bergerak sec konstan
- Banyak berbicara

KARAKTERISTIK ADHD (cont)

3. Impulsivitas

- Menjawab tanpa berpikir sebelum pertanyaan selesai
- Kesulitan menunggu giliran
- Menginterupsi percakapan orang lain

MASALAH LAIN ANAK ADHD

- ▶ Masalah yg dihadapi o/ mereka : kesulitan akademik, masalah dalam berteman dan menjaga persahabatan, perilaku melawan thdp orang dewasa
- ▶ Penelitian menunjukkan bhw ADHD terdapat pada 3-5% populasi
- ▶ Biasanya yg mengalami ADHD lebih banyak anak laki2 drpd perempuan

PENYEBAB ADHD

1. Keturunan/Faktor genetik
 - banyak anak ADHD memiliki kerabat dekat yang memiliki gejala yang serupa
2. Defisit Neurotransmitter
 - didalam otak ada yg namanya neurotransmitter yg berperan dlm regulasi perhatian dan konsentrasi. ADHD = defisit pd neurotransmitter tsb.

PENYEBAB ADHD (cont)

3. Kelambanan perkembangan sistem pembangkit di otak

→ kelambanan pembangkitan ini membuat mereka tidak sensitif terhadap rangsangan yg datang

→ jadi hiperaktivitas yg mrk alami mencerminkan pencarian rangsangan dan bukan krn adanya rangsangan yg berlebihan

PENYEBAB ADHD (cont)

4. Perkembangan otak yang abnormal
 - yaitu : tidak berfungsinya lobus frontal, yi area pd otak yg mengumpulkan input auditori dan visual. Pada ADHD, input ini berlebihan shg byk inf yg tidak tersaring dan tidak sesuai, jadinya si anak itu tidak bisa diam.

DIAGNOSA ADHD

Langkah Pertama : Mengenali gejala2

- ▶ Ada 2 daftar gejala : pertama untuk problem yg berhub dgn perhatian, kedua untuk hiperaktivitas & impulsiveness.
- ▶ Bila si anak menampakkan 6 atau lebih gejala2 tsb dari satu atau dua daftar tsb dan bila gejala2 ini sering tampak dan terus bertahan selama 6 bln, maka dpt ditegakkan diagnosa ADHD

DIAGNOSA ADHD (cont)

Langkah kedua : Menentukan kapan gejala pertama muncul

- ▶ Bila gejala-gejala tsb muncul sebelum anak berusia 11 thn, maka ADHD mungkin saja terjadi

Langkah ketiga : Menentukan dimana gejala2 tsb terjadi

- ▶ Apakah perilaku anak menjadi mslh hanya ketika ia berada di sekolah, di rumah, atau tempat lainnya. bila bmslh dlam dua setting atau lebih mungkin itu memang ADHD

DIAGNOSA ADHD (cont)

Langkah keempat : Menilai tingkat keparahan gejala2 tsb

- ▶ Apk perilaku anak semata-mata hanya mengganggu atau menyebabkan problem nyata bagi anak ketika di sekolah atau dlm situasu sosial?

Langkah kelima : tegakkan diagnosa banding

- ▶ Ahli hrs memastikan bhw apa yg tjd bukan disebabkan masalah lain, spt perkembangan yg terlambat, atau problem2 psikiatrik.

TIGA BENTUK ADHD

- ▶ American Psychiatric Association mengidentifikasi tiga jenis ADHD, yaitu :
 1. ADHD yg meliputi tiga gejala : inattentiveness (sikap tidak memperhatikan), impulsiveness (menuruti kata hati), dan hiperaktivitas
 2. ADHD dimana karakteristik utama adl inattentiveness
 3. ADHD dimana karakteristik utama adl impulsiveness & hiperaktivitas

MASALAH AKADEMIK ANAK ADHD

- ▶ Banyak masalah2 yg berkaitan dengan belajar yg dialami oleh anak2 ADHD, seperti kesulitan belajar membaca, mtk, menulis, dll
- ▶ Tapi ternyata ada beberapa masalah mendasar sehingga si anak ADHD tsb tidak dpt belajar spt yg disebutkan di atas
- ▶ Masalah tsb meliputi kesulitan berbicara, gangg motorik, konsentrasi.

KESULITAN BERBICARA

- ▶ Banyak anak pengidap ADHD mengalami keterlambatan perkembangan bicara, yi kesulitan dgn keterampilan bhs ekspresif & reseptif.
- ▶ Keterampilan ekspresif adl mpbaiki artikulasi anak, dgn cara latihan oral yg melibatkan lidah, bibir, dan langit2 mulut
- ▶ Diawali dgn : mis. Menjilati es krim atau selai dari bibir, menggerak2 lidah, permainan meniup & mhisap.

KESULITAN BERBICARA (cont)

- ▶ Berbicara berkaitan jg dgn pengembangan kosa kata, penggunaan kalimat, pemahaman yg menyeluruh thd kata/kalimat.
- ▶ Jadi treatment harus meliputi hal2 tsb di atas.

MENGATASI GANGGUAN MOTORIK HALUS

- ▶ Treatment harus melibatkan latihan koordinasi mata-tangan, krn motorik halus sgt berkaitan dgn koordinasi tsb
- ▶ Kebanyakan anak ADHD bermasalah dalam menangkap bola, melepaskan kancing baju, membuka tutup botol, menggunakan gunting, dan memegang pensil.
- ▶ Contoh latihan motorik halus spt belajar meremas bola, meronce manik2, memasang pasak kayu pd busa, memotong pola di kertas dgn gunting,

MENGATASI GANGGUAN MOTORIK HALUS (cont)

- ▶ Untuk melatih koordinasi mata-tangan dibutuhkan latihan spt menghubungkan titik2, menggambar garis, mencontoh gambar, memberi banyak latihan menulis

MEMBANTU ANAK ADHD MEMPERTAHANKAN KONSENTRASI

1. Memberi kerangka waktu yg jelas agar anak mengetahui sec pasti brp lama ia hrs menyelesaikan tugas
2. Membatasi pilihan u/ mencegah anak cepat berpindah satu tugas ke tugas lain
3. Mengurangi jumlah gangguan di ruangan
4. Memberikan umpan balik secepatnya u/ memotivasi anak
5. Merencanakan tugas yg lbh kecil drpn sesi panjg

CONTINUE

6. Menetapkan tujuan dan hadiah untuk memotivasi agar tetap bekerja
7. Mendudukan anak di tengah baris kedua atau ketiga di kelas dan di sebelah anak yg lebih pendiam agar ia memiliki contoh yg baik

PENANGANAN ANAK ADHD

1. Medikasi = obat2an
 - Ada tiga obat yg dipakai untuk anak2 ADHD, tapi ketiganya itu obat perangsang syaraf otak
 - 80% anak2 ADHD mendapatkan manfaat dari obat ini, dimana obat2an ini membuat anak menjadi tidak mudah terganggu dan lebih tidak overreactive

PENANGANAN ANAK ADHD (cont)

2. Modifikasi perilaku

- = manajemen perilaku.
- Ada 3 elemen penting :
 - Anak mengetahui sec pasti ttg perilaku mana yg dpt diterima or tdk dan konsekuensi dari tiap perilaku tsb
 - Penguatan atau hadiah hrs bermakna bagi anak
 - Konsisten dlm melatih perilaku anak.

Modifikasi Perilaku (cont)

- ▶ Sulit dilakukan krn butuh tenaga profesional, kekuatan hati u/ melakukan modifikasi pl dgn konsisten, reinforcement yg bermakna u anak sulit dicari.
- ▶ Efektivitas modifikasi perilaku ini kurang bagus bila dibandingkan dengan teknik medikasi

PENANGANAN ANAK ADHD (cont)

3. Teknik biofeedback

- Ide teknik ini adl : krn ADHD dihub dgn aktivitas otak yg berlebihan, mk anak2 mlkk kontrol lbh besar thdp aktivitas otak.
- Dlm biofeedbac, elektrode2 ditempelkan di kepala anak untuk mendeteksi gelombang otak. Informasi ini ditampakan kepada anak yg kmd belajar u melakukan berbagai latihan yg mengubah gel otak tsb.

Biofeedback (cont)

- ▶ Dgn berjalannya waktu, anak diharapkan mendapatkan kemamp untuk sec sadar mengubah pola2 negatif - yi, pola2 yg dikaitkan dgn hiperaktif, impulsif dan inattentive - menjadi lebih positif - yg berhub dgn konsentrasi, fokus, dan pl yg lbh tenang.
- ▶ Sesi ini sangat mahal dan belum ada penelitian mengenai efektivitas teknik biofeedback.

PENANGANAN ANAK ADHD (cont)

4. Teknik diet khusus

- Semua jenis diet khusus telah diajukan untuk mengurangi gejala2 ADHD.
- Tidak ada bukti yg m'hub ADHD dgn diet khusus dan efektivitas belum terlihat.