



Implementasi Terapi Behavior terhadap Perilaku Hiperaktif Anak Usia Dini

Yuliana Ernawati¹, dan Diana²

^{1,2} Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Semarang

ABSTRAK. Terapi ini berfokus pada pembentukan perilaku adaptif melalui pemberian stimulus dan konsekuensi yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan anak. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu anak mengembangkan kemampuan dalam mengendalikan diri dan berperilaku sesuai dengan harapan lingkungan sosialnya. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan tujuan untuk mengkaji secara mendalam pelaksanaan, strategi, hambatan, serta solusi dalam penerapan terapi perilaku pada anak berkebutuhan khusus usia dini, khususnya anak dengan perilaku hiperaktif di lingkungan pendidikan inklusif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku hiperaktif umumnya ditandai dengan kurangnya kemampuan anak dalam memusatkan perhatian, bertahan dalam satu aktivitas, serta kesulitan dalam mengendalikan impuls atau dorongan tiba-tiba. Oleh karena itu, strategi yang digunakan dalam terapi meliputi pengendalian aktivitas anak dengan pendekatan yang tepat, seperti merancang kegiatan terstruktur, menetapkan rutinitas yang konsisten, memberikan instruksi sederhana namun berulang, melibatkan anak dalam aktivitas fisik yang terkontrol, serta memberikan penguatan positif secara konsisten. Semua strategi ini telah diterapkan di PAUD Inklusi Saymara sebagai bentuk intervensi yang terarah dan berkelanjutan untuk membantu anak hiperaktif mengembangkan perilaku yang lebih positif, fokus, dan adaptif dalam lingkungan belajar.

Kata Kunci : Implementasi; Terapi Behavior; Perilaku Hiperaktif; Anak Usia Dini

ABSTRACT. This therapy focuses on shaping adaptive behavior through the provision of stimuli and consequences that are appropriate to the characteristics and needs of each child. The approach aims to help children develop self-regulation skills and behave in accordance with the expectations of their social environment. This study employed a descriptive qualitative method to explore in depth the implementation, strategies, challenges, and solutions in the application of behavior therapy for young children with special needs, particularly those with hyperactive behavior in inclusive educational settings. The findings reveal that hyperactive behavior is generally characterized by difficulties in maintaining attention, sustaining engagement in a single activity, and controlling sudden impulses. Therefore, the therapeutic strategies used involve managing children's activities through appropriate approaches, such as designing structured tasks, establishing consistent routines, giving simple yet repetitive instructions, involving children in controlled physical activities, and applying positive reinforcement consistently. These strategies have been implemented at Saymara Inclusive Early Childhood Education Center as a focused and continuous intervention to help hyperactive children develop more positive, attentive, and adaptive behaviors in the learning environment.

Keyword : Implementation; Behavioural Therapy; Hyperactive Behaviour; Early Childhood

Copyright (c) 2025 Yuliana Ernawati dkk.

✉ Corresponding author : Yuliana Ernawati

Email Address : yulianaernawati@students.unnes.ac.id

Received 24 Juni 2025, Accepted 31 Juli 2025, Published 31 Juli 2025

PENDAHULUAN

Anak hiperaktif, terutama pada anak yang memiliki usia lima sampai enam tahun sering menunjukkan perilaku yang sulit di kendalikan sehingga dapat berdampak pada interaksi sosial dan proses belajar anak [1]. Anak hiperaktif adalah anak yang menderita gangguan pemusatan perhatian, bergerak secara terus menerus. Kondisi anak hiperaktif menunjukkan pola perilaku yang diidentifikasi dengan perilaku yang tidak bisa diam, sulit berkonsentrasi dan melakukan sesuka hatinya atau impulsif [2]. Urgensi penanganan anak usia dini dengan hiperaktif sangat mendesak karena jika tidak ditangani, kondisi ini dapat menyebabkan berbagai masalah jangka panjang. Masalah ini termasuk gangguan belajar, kesulitan bersosialisasi, dan potensi masalah psikologis lebih lanjut. Penanganan yang tepat, termasuk intervensi dini, dapat membantu anak mengembangkan potensi penuh mereka dan mengatasi tantangan yang mungkin timbul [3].

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi perilaku hiperaktif pada anak usia dini adalah terapi perilaku (*behavior therapy*) [4]. Terapi perilaku berfokus pada pembentukan perilaku baru dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan melalui teknik-teknik seperti penguatan positif, penghapusan respon negatif dan pembentukan perilaku yang lebih baik. Pemberian terapi dilakukan oleh terapis. Implementasi terapi perilaku pada anak usia dini memerlukan kerja sama antara pendidik, orang tua dan terapis. Hal ini dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan perilaku anak, meningkatkan fokus dan menurunkan gejala hiperaktif [5]. Teori yang dapat digunakan dalam penelitian yaitu teori *behaviorisme* pada teori ini berfokus pada perubahan perilaku melalui penguatan dan hukuman, dalam terapi perilaku pendekatan yang dilakukan melibatkan penggunaan teknik secara sistematis untuk mengubah perilaku anak [6]. Behaviorisme berakar pada prinsip-prinsip pembelajaran yang dikembangkan oleh tokoh-tokoh seperti Ivan Pavlov dan B.F Skinner menekankan bahwa semua perilaku adalah hasil pembelajaran dan dapat diubah melalui pengalaman [7].

Upaya penanganan anak dengan identifikasi anak hiperaktif dengan mengikuti sekolah inklusi yang memiliki tenaga pendidik yang tepat untuk melatih fokus anak. Permasalahan yang sering dihadapi orang tua dan guru terhadap anak usia dini dengan hiperaktif, seringkali menghadapi masalah dalam hal konsentrasi, perilaku impulsif, dan kesulitan berinteraksi sosial. Mereka mungkin kesulitan mengikuti instruksi, mudah teralih, dan cenderung melakukan tindakan tanpa berpikir panjang. Selain itu, anak hiperaktif juga bisa mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas, mengatur waktu, dan beradaptasi dengan rutinitas.

PAUD inklusi "Saymara" merupakan lembaga pendidikan bagi anak usia dini yang memiliki juga melayani anak kebutuhan khusus seperti anak disabilitas, gangguan pendengaran, dan anak dengan gangguan ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*). Setelah melakukan observasi langsung dan melihat sosial media Lembaga ini dipilih karena PAUD inklusi "Saymara" memiliki kelas khusus yang beranggotakan siswa berkebutuhan khusus terfokus pada perilaku hiperaktif. Sekolah Saymara memiliki banyak prestasi diantaranya, memiliki fasilitas sarana prasarana yang baik, serta biaya

pendidikan yang cukup terjangkau. Selain itu sekolah juga memiliki fasilitas yang cukup lengkap, seperti taman bermain, dan kebutuhan permainan anak-anak di suatu ruangan khusus untuk anak bermain. Tenaga pengajar khusus terapis perilaku hiperaktif di sekolah ini juga memiliki lebih dari 1 orang, dan jumlah siswa sebanyak lebih dari 10 siswa yang tersebar di setiap kelasnya.

Anak usia dini dalam sekolah tersebut, menurut hasil wawancara pra survey mendapatkan temuan sebagian besar merupakan gangguan dengan pemusatan perhatian (hiperaktivitas) dengan berbagai latar belakang penyebab. Namun lingkup penelitian lebih dipentingkan dalam pelaksanaan kuratif melalui metode *behaviour therapy*. Berdasarkan bimbingan dan pelatihan yang dilakukan oleh ahli terapis di sekolah yang disebut terapis okupasi. Hal tersebut untuk mengkaji pelaksanaan, strategi, hambatan, dan solusi dalam pelaksanaan terapi perilaku hiperaktivitas dari penilaian terapis sekolah, dan guru pembimbing. Sehingga memungkinkan hasilnya bermanfaat sebagai kontribusi dalam literatur studi terkait, dan pemahaman orang tua dalam mengarahkan perkembangan anak usia dini.

Anak yang menunjukkan perilaku hiperaktif dengan kecenderungan kurang fokus biasanya ditandai dengan perilaku yang sembarangan saat beraktivitas, mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas, tidak mampu mempertahankan perhatian dalam satu kegiatan untuk waktu yang lama, serta sering mengabaikan instruksi dari orang lain. Sementara itu, jenis hiperaktif yang disertai dengan perilaku impulsif ditunjukkan melalui tindakan yang dilakukan secara spontan tanpa mempertimbangkan risiko bagi diri sendiri maupun dampaknya terhadap orang lain [8].

Penelitian [9] menyebutkan bahwa *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) adalah gangguan perkembangan neurologis yang ditandai dengan kesulitan dalam memusatkan perhatian, serta disertai perilaku hiperaktif dan impulsif. Gangguan ini biasanya mulai terlihat sebelum anak berusia 12 tahun dan terjadi setidaknya di dua lingkungan berbeda, seperti di rumah dan sekolah. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penerapan terapi perilaku memberikan dampak positif dalam mengurangi gejala emosional pada anak dengan ADHD. Salah satu pendekatan yang digunakan dalam terapi ini adalah metode token ekonomi. Token ekonomi merupakan salah satu teknik dalam terapi perilaku yang digunakan untuk tatalaksana ADHD. Keunggulan token ekonomi dari modifikasi perilaku lainnya adalah terdapat reward yang dapat menyenangkan anak, dapat merangsang perkembangan moral anak usia dini, sudah banyak digunakan di berbagai lingkup seperti di bangsal psikiatrik, penjara, rumah sakit, dan di beberapa jenjang pendidikan, serta token ekonomi dapat membentuk perilaku yang diinginkan.

Hasil penelitian [10] Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam diri anak (faktor internal) maupun dari lingkungan sekitarnya (faktor eksternal). Perkembangan yang terjadi pada tahap usia dini ini sangat menentukan perkembangan anak pada tahap selanjutnya. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami proses perkembangan anak serta memberikan pendampingan dalam menghadapi berbagai permasalahan, hambatan, maupun gangguan yang mungkin muncul. Setiap permasalahan tentu

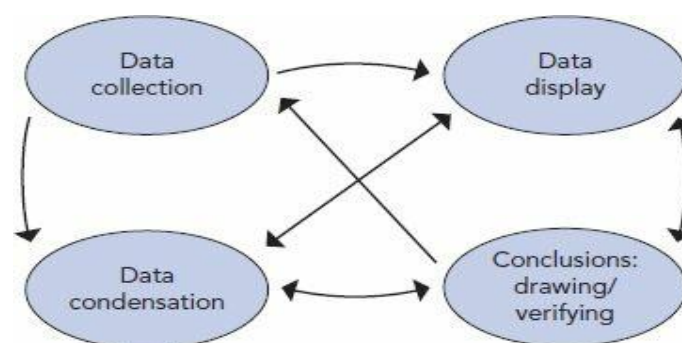
memiliki jalan keluar, dan di sinilah pentingnya kolaborasi antara pendidik dan orang tua untuk terus bekerja sama dalam mencari solusi dan mendukung tumbuh kembang anak, khususnya anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus.

Solusi dalam penanganan anak hiperaktif menurut [2] yaitu dengan permainan anak yang dapat meningkatkan fokus dan pengembangan keterampilan sosial anak. Selain itu juga untuk menangani anak hiperaktif guru diharapkan dapat menerapkan metode yang menyenangkan, seperti memberikan pujian, melakukan kontak fisik, mengajarkan untuk merawat benda sekitar, mencontohkan tindakan positif, memberikan nasihat, serta meningkatkan perhatian dan kerjasama dengan orang tua.

Untuk itu dalam penelitian ini akan dibahas mengenai pelaksanaan, strategi, hambatan, dan solusi dalam menangani anak hiperaktif yang dilaksanakan oleh terapi okupasi di sekolah PAUD Saymara. Berdasarkan data awal terkait masalah penelitian di lokasi penelitian yaitu mengenai teknik atau penatalaksanaan proses pelatihan disebut pelatihan karena dalam hal ini ditangani oleh seorang trainer khusus dalam sistem pendidikan atau pengajaran di sekolah selain guru yang mengajar. Dimana teknis pelaksanaan ini disebut terapi perilaku anak hiperaktif yang dilakukan oleh terapis okupasi setiap seminggu sekali atau menurut kebutuhan sesuai evaluasi yang dilakukan oleh guru maupun terapis itu sendiri. Jadi bagaimana pelaksanaan atau implementasi dalam menangani anak hiperaktif selain menjadi pertanyaan penelitian juga merupakan data awal dari permasalahan yang akan dikemukakan yang telah dipaparkan menjadi tujuan penelitian ini yaitu 1) bagaimana pelaksanaan terapi, 2) bagaimana strategi terapi, dan 3) bagaimana solusi apabila ada hambatan dari pelaksanaan terapi behaviour yang dilakukan oleh terapis di sekolah tersebut.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Melalui penelitian kualitatif peneliti dapat mengenali subjek, merasakan apa yang dialami subjek dalam kehidupan sehari-hari [11]. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif. Menurut Bogdan dan Taylor penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif tentang orang melalui tulisan atau kata-kata yang diucapkan dan perilaku yang dapat diamati [12]. Teknik analisis data dilakukan dengan metode interaktif dari Miles dan Huberman, [13] sesuai bagan sebagai berikut ini.



Gambar 1. Analisis Data Model Interaktif dari Miles et.al

Lokasi penelitian di PAUD “Saymara”, lokasi ini dipilih karena secara teknis mampu memenuhi kebutuhan penelitian dengan pertimbangan bahwa terdapat subjek yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu anak usia dini yang berumur 4-6 tahun memiliki gangguan hiperaktif. Selain itu, di sekolah ini terdapat terapis okupasi dan terapis perilaku khusus anak, dan fasilitas di sekolah baik fisik maupun non-fisik terbilang lengkap. Dalam penelitian ini terdapat 3 informen yaitu guru, terapis, dan orang tua wali.

Penelitian berfokus pada analisis proses terhadap implementasi terapi behavior yang terdokumentasikan oleh terapis terhadap perilaku hiperaktif dengan subjek anak usia dini di “PAUD Saymara”. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa data primer hasil wawancara pada kepala sekolah, guru dan terapis terhadap proses pelaksanaan pembelajaran pada anak hiperaktif, dan pelaksanaan terapi perilaku psikologi yang dilakukan oleh terapis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

PAUD Saymara di Kartasura merupakan sekolah inklusif dengan jumlah siswa saat penelitian dilakukan dalam satu sekolah terdapat 10 siswa untuk tahun ajaran 2024-2025. Seluruh anak merupakan anak yang menurut orang tuanya susah diatur sebagaimana hasil temuan dari wawancara salah satu wali murid ibu Riya yang menyatakan bahwa sejak kecil anaknya susah diam, susah fokus, dan susah diatur atau berlarian sibuk kesana-kemari. Demikian pula menurut pendapat orang tua wali yang lain hampir mirip dan senada. Jadi anak yang sekolah di PAUD Inklusi Saymara mereka rata-rata merupakan bawaan yang terlihat sejak mampu berjalan mandiri, dan berbicara lancar (sejak kecil).

Menurut ibu Riya dan ibu-ibu lain di sekolah ini, PAUD Saymara dipilih karena biayanya cukup terjangkau meskipun tidak bisa dibilang murah, karena memang memiliki fasilitas yang lengkap serta tenaga terapis yang cukup dikenal kalangan orang tua anak yang sekolah di PAUS Saymara. Guru pendamping bernama ibu wstik, membantu untuk mengidentifikasi anak dan membantu anak bisa mengikuti kegiatan belajar dengan melatih fokus anak. dan selalu memantau perkembangan kemampuannya untuk lebih fokus.

Pelaksanaan terapi itu sendiri yang dilakukan oleh terapis di sekolah yaitu ibu Ambar. Seorang terapis dan satu-satunya di sekolah tersebut. Peranan terapis di sekolah yaitu untuk mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari, seperti bermain, belajar, dan bersosialisasi [14]. Penerapan terapi perilaku pada anak usia dini dengan hiperaktif (ADHD) melibatkan berbagai strategi yang bertujuan untuk membantu anak mengelola perilakunya dan meningkatkan fokus serta kemampuan belajar. Terapi perilaku, khususnya pelatihan orang tua dalam manajemen perilaku, adalah rekomendasi utama untuk anak di bawah usia 6 tahun dengan ADHD.

Perencanaan yang dilakukan oleh sekolah dikoordinasikan oleh kepala sekolah dengan kolaborasi terapis dan guru kelas, guru pendamping dan orang tua. Adapun penyusunan rencana meliputi yang pertama identifikasi masalah dan kebutuhan anak,

lalu menentukan perubahan perilaku yang diinginkan lalu memberikan strategi yang tepat untuk menangani anak hiperaktif tersebut. Guru membantu identifikasi permasalahan perilaku, memberikan penguatan positif, mencatat perkembangan anak. Orang tua membantu memberikan dukungan sosial emosional anak di rumah, membantu anak terapis di luar sekolah, menjaga pola makan anak dengan mengurangi gula dan gandum.

Strategi secara teknis yang dilakukan di sekolah yaitu dengan memberikan terapi okupasi kepada setiap anak berkebutuhan khusus satu per satu di ruangan terapis untuk memberikan ruang tersendiri dan kefokuskan anak. Penerapan bimbingan dan pelatihan secara satu persatu ini merupakan salah satu cara yang efektif dalam memberikan bimbingan kepada anak sehingga hanya fokus pada pelajaran yang diberikan guru. Terapi dilakukan seperti berikut.



Gambar 2. Foto Pelaksanaan Terapi di Ruang Terapi PAUD Inklusi Sasymara

Metodenya terdiri dari *Applied Behavior Analysis* (ABA), penguatan positif, modeling, pembentukan perilaku. metode yang paling efektif untuk anak yaitu ABA, karena sangat tepat untuk menangani perilaku anak berkebutuhan khusus khususnya hiperaktif. Seperti anak sulit untuk duduk diam dan selalu ingin berjalan-jalan. Maka yang diharapkan melalui perubahan perilakunya yaitu untuk duduk diam dan mendengarkan arahan.

Evaluasi yang diberikan dalam setiap perkembangan terapi dicatat oleh terapis setiap harinya, dan disampaikan langsung kepada wali murid/orang tua untuk progres yang telah tercapai, dan ada catatan setiap 6 bulan sekali atau setiap semester. Hambatan khusus yang dijumpai hampir tidak ada tetapi pada umumnya, karena anak hiperaktif diperlukan kesabaran dan ketegasan serta kedisiplinan yang tinggi untuk dapat mengendalikan anak. Sebab anak susah dikendalikan karena keinginannya untuk terus bergerak dan susah untuk diam dan terkadang tidak mau mendengarkan arahan yang diberikan. Solusi yang dilakukan dengan memberikan perhatian dan mengupayakan anak untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Gangguan Pemusatan Perhatian/ Hiperaktivitas (ADHD) adalah suatu gangguan perkembangan neurobiologis yang ditandai oleh kurang-mampuan memusatkan perhatian, dan/ atau hiperaktivitas-impulsivitas yang lebih berat dibandingkan dengan

anak-anak sebayanya [15]. Konsentrasi atau pemusatan perhatian merupakan kondisi mental yang mencakup kewaspadaan tinggi, minat yang besar, kemampuan untuk memilih stimulus tertentu (selektivitas), menjaga fokus dalam jangka waktu tertentu (perhatian yang berkelanjutan), serta durasi seseorang dapat mempertahankan fokusnya (rentang perhatian). Individu dengan gangguan pemusatan perhatian menunjukkan kesulitan dalam kemampuan-kemampuan tersebut. Akan tetapi keunikannya adalah mereka mampu mempertahankan perhatian (sangat fokus) apabila mengerjakan hal-hal yang diminatinya [16].

Masalah ini bersifat menetap dan cenderung menimbulkan kesulitan dalam kehidupan anak, baik di lingkungan rumah, sekolah, maupun dalam interaksi sosialnya. Gejala yang muncul dapat bervariasi pada setiap anak, sehingga tantangan yang dihadapi pun berbeda-beda. Ada anak yang lebih dominan menunjukkan perilaku hiperaktif dan impulsif, sementara yang lain lebih menonjol dalam kesulitan memusatkan perhatian. Beberapa anak bahkan menunjukkan gabungan dari kedua jenis gejala tersebut. Taraf keparahannya bervariasi, mulai dari ringan, sedang sampai berat [17].

Hasil temuan di lapangan menunjukkan bahwa taraf keparahan ini tingkat keparahan anak tidak diukur secara spesifik dalam pelaksanaannya di sekolah PAUD Saymara. Adapun ukurannya hanya dicirikan pada a) Anak tidak bisa duduk tenang, b) Anak selalu bergerak tanpa tujuan dan tidak mengenal lelah, dan c) Perubahan suasana hati yang mendadak/impulsif. Karena kondisi tersebut anak di asumsikan sebagai kurang perhatian pada fokus bimbingan guru saat mengajar dan susah diatur.

Sekolah menerapkan metode behaviour terapi dengan metode perencanaan penanganan anak hiperaktif dengan metode ABA (*Applied Behavior Analysis*) diharapkan bisa mengurangi perilaku anak yang berlebihan. Penerapan yang dilakukan di sekolah melalui metode ini secara rutin setiap hari, disamping itu juga terdapat metode klinis (sebagaimana diungkapkan salah satu informan penelitian dari wali murid di luar sekolah) yang digunakan namun di luar jangkauan penelitian ini.

Perencanaan meliputi tindakan yang dilakukan menurut materi kurikulum sekolah [18]. Salah satu upaya yang dilakukan adalah memberikan edukasi kepada orang tua mengenai kondisi anak serta faktor-faktor penyebabnya, agar mereka dapat terlibat secara aktif dalam penanganan anak di lingkungan rumah. Contohnya, orang tua dapat memberikan pelukan, hadiah, atau sistem poin sebagai bentuk apresiasi atas perilaku positif anak. Sebaliknya, jika anak menunjukkan perilaku yang kurang baik, dapat diterapkan konsekuensi ringan seperti melarang anak bermain sepeda atau menonton televisi. Selain itu, orang tua juga memiliki tanggung jawab untuk memantau dan mengamati perkembangan anak, kemudian melaporkannya kepada pihak sekolah. Hal ini sesuai dengan langkah-langkah yang pernah diterapkan dalam penelitian [17]. Pengamatan anak dengan gangguan hiperaktivitas berupa: anak sering melamun, kurang konsentrasi, sering kehilangan barang-barang untuk mengerjakan tugas (contohnya pensil, setip, penggaris), perhatian mudah beralih, lambat dalam menyelesaikan tugas, tidak teliti, kalau belajar harus ditunggu, sering bengong, mudah beralih dari satu kegiatan ke kegiatan yang lain.

Adapun pengendalian anak hiperaktif dalam terapi meliputi beberapa metode dan strategi antara lain [19]. 1). Pahami Karakteristik Perilaku Anak. Sering bergerak tanpa henti, melompat, berlari di tempat yang tidak semestinya. Susah fokus pada satu kegiatan, cepat berpindah-pindah aktivitas. Sering menyela saat orang bicara, sulit menunggu giliran. Sering bertindak impulsif tanpa memikirkan konsekuensi. 2). Buat Rutinitas yang Konsisten. Anak hiperaktif membutuhkan struktur. Buat jadwal harian tetap (bangun, makan, bermain, tidur). 3). Beri Instruksi yang Sederhana dan Spesifik. Gunakan kalimat singkat dan jelas, misalnya: “Sekarang duduk, ya” atau “Simpan mainannya di tempatnya.” Ulangi instruksi dengan tenang bila anak tidak merespons pertama kali. 4). Berikan Aktivitas Fisik yang Terkontrol. Anak hiperaktif perlu menyalurkan energi. Sediakan kegiatan fisik seperti berlari di luar, senam, lompat-lompatan yang terstruktur [20]. Kegiatan seperti yoga anak atau permainan sensorik juga membantu mengurangi ketegangan dan meningkatkan fokus. 5). Gunakan Sistem Penguatan Positif. Puji dan beri penghargaan (tidak harus materi) setiap kali anak menunjukkan perilaku yang baik atau mengikuti aturan. Gunakan stiker atau sistem poin untuk memperkuat kebiasaan baik. 6). Batasi Stimulus Berlebihan. Kurangi distraksi seperti suara TV keras, mainan yang terlalu banyak, atau lingkungan terlalu ramai. Ciptakan sudut tenang (“calming corner”) dengan bantal, boneka, atau musik lembut jika anak mulai terlalu aktif. 7). Latih Anak dengan Teknik Regulasi Diri. Ajarkan anak mengenali perasaan marah, senang, lelah, dan bagaimana cara meresponsnya (bernapas dalam-dalam, memeluk boneka, dll.).

Aspek interaksi sosial merupakan tantangan signifikan dalam penanganan anak-anak dengan perilaku hiperaktif. Anak-anak dengan kondisi ini umumnya mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan interpersonal yang sehat dengan rekan sebaya, disebabkan oleh kecenderungan perilaku impulsif dan ketidakmampuan dalam mengendalikan diri [21]. Namun demikian, terapis dan guru di sekolah PAUD Saymara mampu memfasilitasi interaksi sosial yang konstruktif melalui penyusunan aktivitas kelompok yang secara khusus dirancang untuk meningkatkan partisipasi anak-anak hiperaktif.

Guru secara konsisten menginisiasi kegiatan yang mendorong kerja sama antara anak hiperaktif dan teman-teman sekelasnya, seperti permainan berkelompok dan tugas-tugas berbasis kolaborasi. Pendekatan ini tidak hanya berkontribusi dalam pembelajaran mengenai pentingnya kerja sama, tetapi juga berperan dalam pengembangan keterampilan sosial yang esensial. Melalui penciptaan lingkungan pembelajaran yang inklusif dan suportif, guru berhasil meminimalisasi kecenderungan isolasi sosial yang kerap dialami oleh anak-anak dengan hiperaktivitas [22].

KESIMPULAN

Pelaksanaan, strategi, hambatan, dan solusi dalam terapi behaviour anak hiperaktif ditemukan bahwa kondisi anak hiperaktif merupakan anak dengan kekurangan pemusatan perhatian untuk melakukan semua aktifitasnya. Sehingga dalam bimbingan dan pelatihan digunakan metode yang sesuai yaitu dengan pengendalian anak

hiperaktif seperti kegiatan atau aktivitas anak tertentu yang perlu diperhatikan, buat rutinitas yang konsisten, beri instruksi yang sederhana namun berulang untuk mencegah tindakan berlebihan, berikan aktivitas fisik terkontrol, menggunakan penguatan positif, dan lain-lain sebagaimana telah diterapkan di PAUD Inklusif Saymara. Bagi orang tua, dan para guru dalam pelaksanaan pembelajaran anak hiperaktif untuk dapat melakukan dengan tekun dan kesabaran serta kedisiplinan yang tinggi. Karena Pengendalian anak dengan hiperaktivitas, terutama pada anak usia dini (di bawah 6 tahun), membutuhkan pendekatan yang holistik dan konsisten, mengingat masa ini merupakan fase krusial perkembangan otak, emosi, dan perilaku anak. jika perilaku mereka sangat berlebihan, sulit dikendalikan, dan mengganggu aktivitas sehari-hari, maka perlu pendekatan yang tepat. Keterbaruan hasil penelitian ini dibandingkan dengan penelitian-penelitian sejenis yang sudah ada bahwa selain guru dan terapis di sekolah, peran yang sangat penting adalah peran orang tua, yaitu bagaimana metode pengasuhan orang tua di rumah terhadap putra atau putri mereka yang memiliki kondisi khusus seperti hiperaktif, kesulitan konsentrasi, mudah teralihkan perhatiannya, tidak suka duduk diam, mudah marah atau rewel hal-hal tersebut lebih mudah ditangani oleh salah satu orang tua baik ayah maupun ibunya dengan demikian hal ini lebih ke model pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua di rumah. Dimana orang tua dalam membimbing anak untuk belajar dan bermain di rumah sangat membantu dalam meningkatkan perilaku anak yang bersifat positif sesuai perlakuan orang tua di rumah bersama orang tuanya.

PENGHARGAAN

Terimakasih penulis ucapkan kepada Allah SWT, orang tua, keluarga dan teman-teman yang sudah mendukung saya hingga dapat menyelesaikan artikel tentang “Implementasi Terapi Behavior Terhadap Perilaku Hiperaktif Anak Usia Dini Di PAUD Inklusi Saymara”. Penulis ingin berterima kasih kepada dosen pembimbing yang sudah memberikan bimbingan, dukungan, serta motivasi. Serta terima kasih kepada PAUD Inklusi Saymara di Kartasura atas dukungan dan fasilitas yang telah diberikan selama penelitian berjalan dengan lancar.

REFERENSI

- [1] J. N. A. Rambe and N. Nasriah, ‘Perilaku Anti Sosial Anak Usia 5-6 Tahun dan Cara Guru Menangani di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Perdagangan’, *Didakt. J. Pendidik. Dan Ilmu Pengetah.*, vol. 21, no. 2, pp. 142–151, 2021, doi: 10.30651/didaktis.v21i2.7506.
- [2] N. Sabaniyah and M. Mustakimah, ‘Penanganan Anak Hiperaktif Dalam Kegiatan Bermain Usia 5-6 Tahun di Sekolah’, *J. Pendidik. Anak*, vol. 14, no. 1, 2025, doi: 10.21831/jpa.v14i1.644.
- [3] F. Apriliani, N. N. Puadah, S. Aryanti, and A. Dedah, ‘Peran Guru dalam Penanganan Anak Hiperaktif di TK Kenanga Parigi’, *Edu Happiness J. Ilm. Perkemb. Anak Usia Dini*, vol. 3, no. 1, pp. 48–56, 2024, doi: 10.62515/eduhappiness.v3i1.314.

- [4] Healthychildren.org, 'Behavior Therapy for Children with ADHD', 2025. <https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/adhd/Pages/Behavior-Therapy-Parent-Training.aspx>
- [5] R. Amalia, 'Intervensi terhadap Anak Usia Dini yang Mengalami Gangguan ADHD Melalui Pendekatan Kognitif Perilaku dan Alderian Play Therapy', *J. Obsesi J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 2, no. 1, p. 27, 2018, doi: 10.31004/obsesi.v2i1.4.
- [6] D. Mutiah, 'Pengembangan Model Modifikasi Perilaku untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak (Penelitian Pengembangan Di Kelas 1 Madrasah Ibtidaiyah Dan Sd Islam Anak-anak tersebut mungkin dianggap cukup SALMAN dan Kelompok Bermain Avicenna kehendak , tidak menden', *J. Pendidik. Usia Dini*, vol. 10, pp. 1–20, 2016, Doi : 10.21009/JPUUD.102.10.
- [7] E. Triwahyuni, R. Lolongan, R. Riswan, and S. Suli', 'Peranan Konsep Teori Behavioristik B. F. Skinner terhadap Motivasi dalam Menghadiri Persekutuan Ibadah', *Filsafat Theol. Jaffray*, p. 10, 2019, <https://osf.io/preprints/kunsh>.
- [8] R. Rosilawati, S. Suhendar, and A. Sudrajat, 'Perilaku Hiperaktif Anak Disabilitas Mental (Studi Kasus Di SLB BC Kurnia Kersamanah , Garut Jawa Barat)', *J. Ilm. Rehabil. Sos.*, vol. 01, no. 1, pp. 111–136, 2019, <https://jurnal.poltekesos.ac.id/index.php/rehsos/article/view/178>.
- [9] S. Humaiya and A. Zulaikha, 'Terapi Modifikasi Perilaku untuk Menurunkan Impulsivitas dan Hiperaktivitas pada Anak dengan ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)', *Galen. J. Kedokt. Dan Kesehat. Mhs. Malikussaleh*, vol. 2, no. 2, p. 92, 2023, doi: 10.29103/jkkmm.v2i2.9313.
- [10] N. Purwati, 'Gangguan Dan Hambatan Perkembangan Pada Anak Usia Dini', *GUAU J. Pendidik. Profesi Guru Agama Islam*, vol. 2, no. 1, pp. 451–468, 2022, <http://studentjournal.iaincurup.ac.id/index.php/guau>
- [11] M. R. Fadli, 'Memahami desain metode penelitian kualitatif', *Humanika*, vol. 21, no. 1, pp. 33–54, 2021, doi: 10.21831/hum.v21i1.38075.
- [12] L. J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2017, <https://books.google.co.id/books?id=YXsknQEACAAJ>.
- [13] M. B. Miles, A. M. Huberman, and J. Saldaña, *Qualitative data analysis: a methods sourcebook*, Third edition. Thousand Oaks, California: SAGE Publications, Inc, 2018, <https://books.google.co.id/books?id=p0wXBAAQBAJ>.
- [14] D. Noor, R. , and H. Wulandari, 'Peran Guru dalam Mengelola Anak Hiperaktivitas Pada Proses Pembelajaran', *J. Homepage*, vol. 7, no. 1, pp. 6–14, 2024, <http://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/ceria/article/view/21646>.
- [15] M. F. H. Nurdyanto, 'Giving Positive Reinforcement to Reduce Aggressiveness in Children with ADD', *Proc. ICECRS*, vol. 8, pp. 1–5, 2021, doi: 10.21070/icecrs2020588.
- [16] R. G. Apriliyani, E. Juniastuti, and N. Marliati, 'Tata Rias Karakter: Anala', *Pros. Pendidik. Tek. Boga Busana*, vol. 14, no. 1, pp. 1–11, 2019, <https://jurnal.uny.ac.id/index.php/ptbb>.
- [17] I. Trisanti, I. Indanah, and T. I. Prasetyo, 'Kejadian Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktivitas (Gpph) Pada Anak Pra Sekolah Di Rsud Dr Loekmonohadi Kudus', *Indones. J. Kebidanan*, vol. 4, no. 1, p. 23, 2020, doi: 10.26751/ijb.v4i1.1001.
- [18] A. Saufi and H. Hambali, 'Menggagas Perencanaan Kurikulum Menuju Sekolah Unggul', *Al-Tanzim J. Manaj. Pendidik. Islam*, vol. 3, no. 1, pp. 29–54, 2019, doi: 10.33650/al-tanzim.v3i1.497.

- [19] M. Abidin, 'Analysis of Hyperactive Child Behavior and Handling Efforts in Education', *Al-Iltizam J. Pendidik. Agama Islam*, vol. 8, no. 1, pp. 25–46, 2023, doi: 10.33477/alt.v8i1.4489.
- [20] A. R. Sapiie, 'Program Daring Bermain untuk Mengembangkan Kecerdasan Anak , Sebuah Preliminary Study', pp. 1–13, 2021, Doi : 10.33476/kenpk.v4i1.5191
- [21] F. Arriani, 'Kebijakan Layanan Pendidikan Untuk Anak Berkebutuhan Khusus (Abk) Di Satuan Pendidikan Anak Usia Dini (Paud)', *AWLADY J. Pendidik. Anak*, vol. 3, no. 1, 2017, doi: 10.24235/awlad.v3i1.1217.
- [22] D. Afriyani, F. Maulida, and M. Mubin, 'Peran Guru dalam Menciptakan Lingkungan Belajar yang Inklusif pada Pendidikan Multikultural', *J. Pendidik. Multikultural Indones.*, vol. 9, no. 1, pp. 45–46, 2025, Doi: 10.32699/paramurobi.v7i1.6357.