

IMPLEMENTASI METODE VISUAL DAN PENDAMPINGAN KHUSUS UNTUK MENINGKATKAN KONSENTRASI ANAK ABK (ADHD) DI SEKOLAH DASAR

Adinda Putri Septia Ningsih¹),(Nova Estu Harsiwi²

¹PGSD FKIP Universitas Trunojoyo Madura

²PGSD FKIP Universitas Trunojoyo Madura

1220611100031@student.trunojoyo.ac.id, nova.harsiwi@trunojoyo.ac.id,

ABSTRACT

This study aims to describe the implementation of visual methods and special assistance to improve concentration in children with special needs (ADHD) in elementary schools. A qualitative case study approach was employed, with data collected through observation, interviews, and document analysis at SDN Tarik 1 Sidoarjo. The results indicate that the combination of visual aids (images, color cards, videos) and individualized teacher guidance significantly enhanced ADHD children's ability to focus, follow instructions, and complete tasks. Collaboration between teachers, parents, and psychologists was identified as a critical success factor. The findings offer practical recommendations for inclusive education strategies for ADHD children.

Keywords: ADHD Children, Visual Methods, Inclusive Schools

ABSTRAK

Pelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi metode visual dan pendampingan khusus dalam meningkatkan konsentrasi anak berkebutuhan khusus (ABK) dengan ADHD di Sekolah Dasar. Metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus digunakan, dengan data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan analisis dokumen di SDN Tarik 1 Sidoarjo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi alat bantu visual (gambar, kartu warna, video) dan pendampingan individual oleh guru secara signifikan meningkatkan kemampuan anak ADHD dalam memfokuskan perhatian, memahami instruksi, dan menyelesaikan tugas. Kolaborasi antara guru, orang tua, dan psikolog terbukti sebagai faktor kunci keberhasilan. Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi pengembangan strategi pembelajaran inklusif bagi anak ADHD.

Kata Kunci: Anak ADHD, Metode Visual, Sekolah Inklusif

Catatan :. Adinda Putri Septia Ningsih (081239390560)

A. Pendahuluan

Menurut Efendi (2006) "Istilah berkebutuhan khusus secara eksplisit ditujukan kepada anak yang dianggap mempunyai kelainan/penyimpangan dari kondisi rata-rata anak normal umumnya, dalam hal fisik, mental maupun karakteristik perilaku sosialnya" Berdasarkan pengertian tersebut anak yang dikategorikan berkebutuhan dalam aspek fisik meliputi kelainan dalam indra penglihatan (tunanetra) kelainan indra pendengaran (tuna rungu) kelainan kemampuan berbicara (tuna wicara) dan kelainan fungsi anggota tubuh (tuna daksa). Anak yang memiliki kebutuhan dalam aspek mental meliputi anak yang memiliki kemampuan mental lebih (super normal) yang dikenal sebagai anak berbakat atau anak unggul dan yang memiliki kemampuan mental sangat rendah (abnormal) yang dikenal sebagai tuna grahita. Anak yang memiliki kelainan dalam aspek sosial adalah anak yang memiliki kesulitan dalam menyesuaikan perilakunya terhadap lingkungan sekitarnya. Anak yang termasuk dalam kelompok ini dikenal dengan sebutan tunalaras.

Konsentrasi dalam belajar sangat penting ketika pembelajaran

berlangsung , siswa dikatakan berkonsentrasi dalam belajar seperti itu siswa mampu memperhatikan guru ketika sedang menjelaskan , menyimak , bertanya etika belajar , merespon, memahami materi , menhawab soal-soal dengan benar , menginformasikan kembali pengetahuan apa yang didapat kepada orang lain (Arpawong et al., 2023).

Anak dengan ADHD seperti Allaya di SDN Tarik 1 Sidoarjo menghadapi tantangan kompleks dalam proses belajarnya. Berdasarkan observasi, Allaya hanya mampu mempertahankan fokus selama 2.3 menit pada tugas akademik sebelum beralih perhatian. Hasil pemeriksaan psikologis menunjukkan karakteristik khas ADHD, termasuk impulsivitas (mengerjakan soal tanpa memahami instruksi) dan hiperaktivitas verbal (sering bertanya di luar konteks). Kapasitas kognitifnya berada di kategori borderline (IQ Grade V), dengan kelemahan mencolok dalam pemrosesan informasi verbal dan matematika dasar. Namun, Allaya memiliki kelebihan dalam adaptasi sosial yang bisa menjadi modal penting untuk pendekatan pembelajaran kolaboratif. Tantangan

utama guru adalah bagaimana memanfaatkan kekuatan sosial ini sambil mengatasi keterbatasan akademiknya.

Implementasi pembelajaran inklusif di sekolah ini telah mencoba beberapa adaptasi, tetapi hasilnya belum optimal. Observasi menunjukkan bahwa strategi instruksi verbal keras yang sering digunakan guru justru meningkatkan kecemasan Allaya tanpa memperbaiki pemahamannya. Sebaliknya, ketika guru beralih ke media visual sederhana (seperti kartu warna atau gambar urutan kegiatan), Allaya menunjukkan peningkatan signifikan - dari hanya menyelesaikan 20% tugas menjadi 65%. Wawancara dengan guru mengungkap tiga masalah sistemik: (1) pelatihan guru untuk menangani ADHD masih terbatas meski ada rotasi bulanan, (2) rasio guru-murid tidak ideal (2 guru untuk 6 ABK dengan kebutuhan berbeda), dan (3) kesenjangan antara intervensi sekolah dengan terapi di rumah. Data ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih terintegrasi dan berbasis bukti.

Penelitian ini akan mengembangkan model intervensi

terstruktur yang memadukan pendekatan visual, pendampingan behavioral, dan kolaborasi multidisiplin. Rencana intervensi difokuskan pada: (1) toolkit visual (video instruksional, social stories) yang disesuaikan dengan profil kognitif Allaya; (2) pelatihan guru dalam teknik scaffolding untuk mengurangi ketergantungan pada instruksi verbal; dan (3) sistem monitoring tripartit digital antara guru, orang tua, dan psikolog. Data awal menunjukkan bahwa dengan durasi fokus dasar 2.3 menit, intervensi konsisten selama 8-12 minggu berpotensi meningkatkan ketahanan fokus hingga 40-60%. Temuan ini tidak hanya membantu Allaya, tetapi juga bisa menjadi prototip praktis untuk penanganan ADHD di sekolah inklusi dengan sumber daya terbatas, sekaligus memberikan dasar untuk kebijakan alokasi guru pendamping khusus ABK di tingkat Sd.

Data awal menunjukkan bahwa dengan durasi fokus dasar 2.3 menit, intervensi konsisten selama 2-5 minggu berpotensi meningkatkan ketahanan fokus hingga 40-60%. Temuan ini sejalan dengan studi meta-analisis oleh DuPaul et al. (2022) yang menyatakan intervensi

multimodal (visual + behavioral) lebih efektif untuk ADHD dibanding pendekatan tunggal. Temuan ini tidak hanya membantu Allaya, tetapi juga bisa menjadi prototip praktis untuk penanganan ADHD di sekolah inklusi dengan sumber daya terbatas.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi kasus untuk mengevaluasi efektivitas metode visual dan pendampingan khusus bagi Allaya, siswa ADHD di SDN Tarik 1 Sidoarjo. Studi kasus dipilih karena mampu memberikan pemahaman mendalam tentang perubahan perilaku dan prestasi belajar Allaya yang memiliki durasi fokus awal hanya 2.3 menit dan kesulitan memahami instruksi verbal. Penelitian berfokus pada penggunaan alat bantu visual (gambar, kartu warna, video) dan pendampingan individual oleh guru dalam meningkatkan konsentrasi dan hasil belajar Allaya.

Pengumpulan data dilakukan selama 2 minggu melalui tiga teknik utama. Pertama, observasi partisipatif untuk mengamati langsung respons Allaya terhadap berbagai metode pembelajaran di kelas inklusi dan

reguler. Kedua, wawancara mendalam dengan dua guru kelas (Ibu Anna dan Ibu Yeni), orang tua Allaya, dan psikolog pendamping untuk memahami strategi pembelajaran yang telah dilakukan. Ketiga, analisis dokumen meliputi laporan psikolog, rencana pembelajaran individual, dan catatan perkembangan anak untuk melengkapi data observasi dan wawancara. Analisis data dilakukan secara tematik dengan tiga fokus utama. Efektivitas metode visual dievaluasi melalui peningkatan penyelesaian tugas (dari 20% menjadi 65%) dan perubahan durasi konsentrasi Allaya. Peran pendampingan guru dianalisis dari perkembangan kemandirian belajar dan kendala yang dihadapi dalam rasio guru-murid 2:6. Kolaborasi multidisiplin antara guru, orang tua, dan psikolog diteliti untuk mengidentifikasi kesenjangan dan solusi dalam penerapan intervensi di sekolah dan rumah.

Penelitian dilaksanakan dalam dua fase selama 2 minggu. Fase pertama (minggu 1) berupa observasi awal dan implementasi alat bantu visual dasar. Fase kedua (minggu 2) meliputi peningkatan penggunaan media visual, evaluasi perkembangan, dan

penyusunan rekomendasi. Temuan penelitian diharapkan dapat memberikan model praktis untuk menangani anak ADHD di sekolah inklusi dengan sumber daya terbatas, sekaligus memperkuat kolaborasi antara sekolah, orang tua, dan tenaga profesional.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Temuan penelitian ini secara komprehensif mengungkap dampak signifikan penggunaan metode visual terhadap peningkatan konsentrasi dan pemahaman belajar Allaya. Dalam konteks pembelajaran matematika dasar, penggunaan kartu bergambar buah-buahan yang sebelumnya dianggap sederhana ternyata mampu meningkatkan pemahaman Allaya tentang konsep penjumlahan dari tingkat 0% menjadi mampu menyelesaikan 5 soal penjumlahan sederhana secara mandiri.

Perubahan ini tidak hanya terlihat pada hasil akhir, tetapi juga dalam proses belajarnya. Observasi mendetail menunjukkan bahwa Allaya mulai mampu mempertahankan kontak mata dengan guru selama 15-20 detik lebih lama ketika menggunakan media visual

dibandingkan metode verbal tradisional. Video instruksional pendek berdurasi 2-3 menit yang menampilkan rutinitas kelas menghasilkan dampak yang lebih besar dari perkiraan. Allaya tidak hanya mampu mempertahankan fokus selama 7 menit penuh (peningkatan 204% dari baseline), tetapi juga menunjukkan kemampuan meniru perilaku positif dari video tersebut dalam situasi nyata. Misalnya, setelah menonton video tentang menyiapkan buku pelajaran, Allaya mulai melakukan rutinitas tersebut secara spontan selama 3 hari berturut-turut tanpa diingatkan. Diagram warna dengan sistem kode merah-kuning-hijau memberikan manfaat ganda. Selain membantu pemahaman instruksi (mengurangi kebingungan sebesar 40%), sistem ini juga berfungsi sebagai alat self-regulation bagi Allaya. Dalam satu observasi menarik, Allaya terlihat mengingatkan dirinya sendiri dengan berkata "merah berarti berhenti" ketika hampir melakukan perilaku impulsive.

Pendekatan pendampingan individual yang dikembangkan dalam penelitian ini menunjukkan beberapa prinsip kunci yang terbukti efektif.

Instruksi mikro yang dibagi dalam langkah-langkah kecil (misalnya "Ambil buku merah", jeda 30 detik, "buka halaman 5") meningkatkan tingkat pemahaman instruksi multistep dari 20% menjadi 70%. Efek ini semakin kuat ketika instruksi verbal dipadukan dengan isyarat visual. Penggunaan timer visual berupa jam pasir menghasilkan temuan yang menarik.

Tidak hanya membantu manajemen waktu (Allaya bisa tetap duduk tenang selama 10 menit penuh), alat ini juga mengurangi kecemasan Allaya terhadap transisi aktivitas. Data kualitatif dari wawancara guru mengungkap bahwa Allaya mulai mengembangkan kesadaran waktu yang lebih baik, suatu keterampilan yang biasanya sangat sulit bagi anak ADHD. Namun, pendampingan intensif ini menghadapi tantangan nyata dalam implementasinya. Analisis waktu menunjukkan bahwa guru membutuhkan rata-rata 15 menit tambahan setiap hari untuk mempersiapkan materi individual Allaya. Dalam konteks kelas inklusi dengan rasio guru-murid 1:6 dan beragam kebutuhan khusus lainnya,

hal ini menimbulkan dilema praktis yang membutuhkan solusi sistemik.

Kolaborasi tiga pihak (guru-orang tua-psikolog) dalam penelitian ini menghasilkan temuan penting tentang faktor pendukung dan penghambat intervensi ADHD. Sistem reward berbasis stiker yang dikembangkan psikolog dan diimplementasikan konsisten oleh guru di sekolah berhasil mengurangi 25% perilaku impulsif Allaya. Mekanisme ini bekerja optimal ketika: (1) kriteria penghargaan jelas dan spesifik, (2) waktu pemberian reward konsisten, dan (3) ada variasi jenis reward untuk menjaga minat. Di rumah, penggunaan kartu rutinitas bergambar tidak hanya meningkatkan kemampuan bercerita Allaya sebesar 30%, tetapi juga mengurangi konflik pagi hari seputar aktivitas persiapan sekolah. Orang tua melaporkan penurunan frekuensi tantrum pagi hari dari 4-5 kali per minggu menjadi 1-2 kali setelah intervensi.

Observasi lingkungan belajar memberikan wawasan mendalam tentang interaksi antara karakteristik ADHD dan setting kelas. Data menunjukkan korelasi kuat antara tingkat kebisingan kelas dan penurunan performa Allaya. Dalam

kondisi kelas ramai (≥ 65 desibel), durasi fokus Allaya merosot dari 7 menit menjadi hanya 1-2 menit, disertai peningkatan 35% perilaku impulsif.

Solusi sederhana seperti penempatan strategis (pojok ruangan) dan penggunaan headphone peredam suara berhasil mengurangi dampak negatif kebisingan hingga 60%. Efek ini bahkan lebih signifikan ketika dikombinasikan dengan modifikasi visual lingkungan, seperti pembatas meja berwarna netral dan penanda area pribadi. Temuan ini memiliki implikasi penting untuk desain kelas inklusi, khususnya dalam hal seperti pengaturan tata ruang yang mempertimbangkan kebutuhan sensorik anak ADHD, kebijakan tingkat kebisingan kelas yang lebih ketat dan ketersediaan alat bantu modifikasi lingkungan sederhana.

Berdasarkan temuan menyeluruh ini, penelitian merumuskan rekomendasi operasional yang dapat diimplementasikan di berbagai tingkat seperti untuk praktisi Pendidikan yang Pertama yaitu pengembangan alat visual tematik dengan prinsip universal design, modul pelatihan micro-teaching untuk pendampingan

individual, protokol observasi perilaku harian yang terstandarisasi.

D. Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan bahwa pendekatan multimodal gabungan metode visual, pendampingan behavioral, dan kolaborasi multidisiplin—efektif meningkatkan konsentrasi dan hasil belajar anak ADHD seperti Allaya. Alat visual yang terpersonalisasi dan pendampingan terstruktur berhasil meningkatkan durasi fokus 7 menit dan penyelesaian tugas mandiri 70%, sekaligus mengurangi perilaku impulsif. Namun, keberhasilan intervensi bergantung pada konsistensi metode di sekolah dan rumah, serta dukungan kebijakan seperti pelatihan guru dan sarana inklusif. Keterbatasan penelitian seperti durasi singkat (2 minggu) dan cakupan subjek tunggal membuka peluang penelitian lanjutan, termasuk uji coba alat digital interaktif dan studi longitudinal dengan lebih banyak partisipan.

DAFTAR PUSTAKA

Nurfadhillah, Septy, et al. "Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD) pada Siswa Kelas 3 di SD Negeri Larangan 1." *Pensa: Jurnal*

- Pendidikan dan Ilmu Sosial, vol. 3, no. 3, 2021, pp. 453–462
- Hasanah, H. W., Fatmawati, & Marlina. (2018). Peningkatan ketahanan duduk dan pengurangan perilaku meninggalkan tempat duduk melalui teknik time out pada anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 2(1).
- Suvita, Y., Manullang, T. I. B., Sunardi, & Supriatna, M. (2022). Sarana dan prasarana sekolah dalam mendukung penyelenggaraan pendidikan inklusif. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 6(2).
- Sholikhin, A., Nurjanah, S., & Nopiyanti. (2024). Implementasi direct instruction melalui pendekatan perilaku dalam mengembangkan kecerdasan linguistik siswa ADHD perspektif tasawuf. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(1), 3057-3069.