



Merawat Anak dengan **Gangguan Pemusatkan Perhatian**

dan Hiperaktivitas pada Anak di Komunitas



Ns. Mahathir, M.Kep.Sp.Kep.Kom.

Merawat Anak dengan **Gangguan Pemusatkan Perhatian**

dan Hiperaktivitas pada Anak di Komunitas

Menenangkan anak-anak ADHD membutuhkan perhatian khusus, dan ada cara untuk melakukannya. Cari tahu apa yang dapat Anda lakukan untuk menenangkan anak Anda dan bagaimana membantu ketika stres yang terkait dengan kekhawatiran ini memengaruhi rumah tangga atau kesehatan mental Anda. Meskipun menjadi orang tua dari anak penderita ADHD terkadang menantang dan membuat stres, bersikap positif akan sangat bermanfaat. Banyak yang berfokus pada dampak negatif ADHD, namun sebenarnya ada beberapa manfaat penting dari ADHD juga. Dan mengetahui manfaat ini dapat membantu orang tua fokus dalam memanfaatkan kekuatan dibandingkan tantangan yang ditimbulkan oleh gangguan ini.



eureka
media aksara
Anggota IKAPI
No. 225/JTE/2021

④ 0858 5343 1992
✉ eurekamediaaksara@gmail.com
📍 Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362

ISBN 978-623-120-359-5



9 78623 1203595

MERAWAT ANAK DENGAN GANGGUAN PEMUSATAN PERHATIAN DAN HIPERAKTIVITAS PADA ANAK DI KOMUNITAS

Ns. Mahathir, M.Kep., Sp.Kep.Kom



PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

**MERAWAT ANAK DENGAN GANGGUAN PEMUSATAN
PERHATIAN DAN HIPERAKTIVITAS PADA ANAK
DI KOMUNITAS**

Penulis : Ns. Mahathir, M.Kep., Sp.Kep.Kom

Desain Sampul : Ardyan Arya Hayuwaskita

Tata Letak : Estri Tusmiantika Tama

ISBN : 978-623-120-359-5

Diterbitkan oleh: **EUREKA MEDIA AKSARA, FEBRUARI 2024**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi :

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekamediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2024

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh
isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun,
termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman
lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah kami panjatkan ke hadirat Allah Ta’alaa, yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga buku ini dapat terwujud. Buku ini berjudul “**Merawat Anak dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas pada Anak di Komunitas**”.

Penulis berharap bahwa buku ini akan menjadi sumber pengetahuan yang berharga bagi perawat, tenaga medis, kader pendamping, dan semua pihak yang terlibat dalam penanganan pada anak ADHD. Akhir kata, semoga buku ini dapat memberikan wawasan dan inspirasi kepada para pembaca untuk terus berperan aktif dalam memberikan dukungan dan pemberdayaan kepada keluarga ADHD.

Padang, 10 Februari 2024

Ns. Mahathir, M.Kep., Sp.Kep.Kom

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB 1 MERAWAT ANAK DENGAN GANGGUAN PEMUSATAN PERHATIAN DENGAN HIPERAKTIVITAS PADA ANAK DI KOMUNITAS.....	1
A. Pola Makan Anak ADHD	1
BAB 2 PENDIDIKAN UNTUK ANAK ADHD	11
A. Pendidikan Anak.....	11
B. Akomodasi Kelas Untuk Siswa Dengan ADHD	15
C. Teknik Pengajaran Untuk Siswa Dengan ADHD.....	16
BAB 3 TERAPI UNTUK ANAK ADHD	30
A. Terapi Anak ADHD	30
B. Jenis Anak ADHD	33
C. Terapi Perilaku Anak ADHD	37
BAB 4 KINERJA OTAK ANAK ADHD	40
A. Diagnosis.....	40
B. Pengaruh Lingkungan Terhadap Anak ADHD.....	47
C. Aturan Konsisten Untuk Anak ADHD	52
D. Menggunakan Imbalan Dan Konsekuensi	64
BAB 5 POTENSI PADA ANAK ADHD	66
A. Potensi Bakat Yang Ada Pada Anak ADHD.....	66
B. Anak ADHD Yang Cenderung Diremehkan	74
C. Interaksi Sosial Anak ADHD	75
D. Kelebihan dan Aspek Positif Anak dengan ADHD	79
DAFTAR PUSTAKA.....	103
TENTANG PENULIS.....	107

BAB

1

MERAWAT ANAK DENGAN GANGGUAN PEMUSATAN PERHATIAN DAN HIPERAKTIVITAS PADA ANAK DI KOMUNITAS

A. Pola Makan Anak ADHD

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah salah satu gangguan perkembangan saraf yang paling umum terjadi pada masa kanak-kanak, mempengaruhi ~7% anak-anak dan remaja. Mengingat dampak buruknya terhadap kesehatan dan tingginya biaya layanan kesehatan dan masyarakat, pilihan pengobatan lain di luar farmakoterapi telah dieksplorasi. Studi kasus-kontrol menunjukkan bahwa pola makan dapat mempengaruhi risiko ADHD, dan intervensi diet khusus telah diusulkan sebagai pengobatan koadjuvan (bantuan) pada gangguan ini. Ini termasuk suplemen nutrisi, intervensi yang menargetkan mikrobioma usus dengan biotik, dan diet eliminasi. Diet eliminasi memiliki sedikit bukti dan menyebabkan kekurangan nutrisi, jadi disarankan untuk berhati-hati. Secara keseluruhan, diperlukan bukti ilmiah yang lebih kuat agar intervensi pola makan ini dapat diterapkan sebagai bagian dari terapi ADHD.

Etiologi ADHD bergantung pada faktor genetik dan lingkungan. Pola makan, sebagai faktor lingkungan yang dapat dimodifikasi, telah diteliti sebagai pilihan terapi potensial pada ADHD. Penelitian telah menunjukkan bahwa anak-anak dengan ADHD menunjukkan lebih sedikit kepatuhan terhadap pola makan sehat dibandingkan anak-anak tanpa gangguan ini. Selain itu, pola makan dapat mempengaruhi risiko ADHD, karena pola makan yang digambarkan sebagai Makanan

BAB

2 | PENDIDIKAN UNTUK ANAK ADHD

A. Pendidikan Anak

Banyak anak dengan gangguan pemuatan perhatian/hiperaktivitas (ADHD) kesulitan bersekolah. Sekolah bisa dilakukan secara tatap muka, di rumah, atau mengikuti kelas virtual. Jenis sekolah yang berbeda memiliki peraturan yang berbeda, dan membiasakan diri dengan lingkungan baru bisa jadi sulit bagi anak-anak dengan ADHD. Untuk membantu anak Anda dengan ADHD menyesuaikan diri dengan perubahan ini, pelajari sumber daya yang tersedia untuk orang tua.

Anak-anak dengan ADHD mungkin mengalami lebih banyak hambatan dalam perjalanan mereka menuju kesuksesan dibandingkan siswa pada umumnya. Kebanyakan anak-anak dengan ADHD menerima beberapa layanan sekolah. Hal ini dapat berarti layanan pendidikan khusus, seperti pengajaran individu atau kelompok kecil dengan guru pendidikan khusus; atau akomodasi, seperti mengubah cara tugas, tugas, dan ujian diselesaikan, bantuan ekstra dalam mengingat dan mengatur pekerjaan, dan komunikasi yang sering. Bersama-sama, guru dan orang tua dapat membantu anak-anak penderita ADHD agar berhasil di sekolah. Banyak anak mengalami lebih dari satu lingkungan belajar, misalnya berpindah dari satu sekolah ke sekolah lain seiring bertambahnya usia.

BAB

3

TERAPI UNTUK ANAK ADHD

A. Terapi Anak ADHD

Terapi perilaku merupakan pengobatan efektif untuk gangguan pemuatan perhatian/hiperaktivitas (ADHD) yang dapat meningkatkan perilaku, pengendalian diri, dan harga diri anak. Hal ini paling efektif pada anak kecil bila disampaikan oleh orang tua. Para ahli merekomendasikan agar penyedia layanan kesehatan merujuk orang tua yang memiliki anak di bawah 12 tahun untuk mengikuti pelatihan terapi perilaku. Untuk anak-anak di bawah usia 6 tahun, pelatihan orang tua dalam manajemen perilaku harus dicoba sebelum meresepkan obat ADHD. Beberapa terapis mungkin menggunakan terapi bermain atau terapi bicara untuk mengobati anak kecil penderita ADHD. Terapi bermain memberikan cara bagi anak untuk mengomunikasikan pengalaman dan perasaannya melalui bermain. Terapi bicara menggunakan komunikasi verbal antara anak dan terapis untuk mengatasi gangguan mental dan emosional. Tak satu pun dari pengobatan ini terbukti memperbaiki gejala pada anak kecil dengan ADHD. Mempelajari dan mempraktikkan terapi perilaku memerlukan waktu dan usaha, namun memiliki manfaat jangka panjang bagi anak.. (Parent Training in Behavior Management for ADHD, 2023)

Pengobatan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) pada anak-anak dan remaja merupakan suatu tantangan dan melibatkan kombinasi pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Pedoman praktik klinis

BAB

4

KINERJA OTAK ANAK ADHD

A. Diagnosis

Diagnosis gangguan pemuatan perhatian dan hiperaktif (ADHD) telah menimbulkan kontroversi selama satu abad terakhir. Namun, selama 30 tahun terakhir, sebuah konsensus telah dikembangkan mengenai keberadaan gangguan pemuatan perhatian dan hiperaktif serta gejala dan tanda yang mendefinisikannya. Selain itu, penelitian telah meningkatkan pengetahuan tentang penyebab neurokimia dan fisiologis dari gangguan pemuatan perhatian dan hiperaktivitas. Hal ini mengarah pada pengembangan teknik untuk pengelolaan kondisi yang efektif.

Meskipun dulu ada dua diagnosis berbeda antara Attention Deficit Disorder vs. Attention Deficit Hyperactivity Disorder, DSM IV menggabungkannya menjadi satu kelainan dengan tiga subtipe: tipe dominan lalai, dominan hiperaktif, atau tipe gabungan.

Gejalanya dimulai pada usia muda dan biasanya berupa kurang perhatian, kurang konsentrasi, disorganisasi, sulit menyelesaikan tugas, pelupa, dan kehilangan barang. Gejala-gejala ini seharusnya muncul sebelum usia 12 tahun, telah berlangsung selama enam bulan, dan mengganggu aktivitas kehidupan sehari-hari hingga dapat diberi label sebagai 'ADHD'.

BAB

5

POTENSI PADA ANAK ADHD

A. Potensi Bakat Yang Ada Pada Anak ADHD

Orang dengan ADHD memiliki karakteristik fisik di otaknya yang menyebabkan gejala gangguan tersebut, termasuk perilaku impulsif dan kesulitan dalam memperhatikan.

Namun, karakteristik ini juga mempunyai manfaat. Misalnya, meskipun tidak bisa duduk diam (hiperaktif) bisa membuat frustasi, penelitian menunjukkan bahwa hal ini juga berarti orang yang menderita ADHD memiliki tingkat energi yang lebih tinggi dibandingkan orang yang tidak memiliki kondisi tersebut.

Manfaat lain dari ADHD pada anak:

1. **Energi** : Sebuah penelitian kecil menemukan bahwa beberapa orang yang hidup dengan ADHD menyukai memiliki lebih banyak energi dibandingkan orang lain.
2. **Kesadaran diri** : Perawatan untuk ADHD sering kali mencakup terapi yang membantu orang belajar mengelola emosi dan perilaku (regulasi diri). Penderita ADHD sering kali mempelajari pemicu dan polanya, serta cara mengendalikannya. Seiring berjalaninya waktu, mereka mungkin menjadi lebih terampil dalam mengatur diri sendiri dibandingkan orang-orang neurotipikal.
3. **Kemandirian** : Beberapa orang dengan ADHD belajar bagaimana menenangkan dan mengatur diri mereka sendiri (suatu keterampilan yang sulit dimiliki oleh banyak orang neurotipikal) sebagai bagian dari rencana pengobatan

DAFTAR PUSTAKA

- "None of Us Were Trained How to Be Good Parents:" An ADHD Guide to Behavior Therapy.* Editors, ADDitude. 2019. 2019.
- 10 Surprising Benefits of Having ADHD.* Burch, Kelly. 2023. 2023.
- 5 Metode Belajar di Sekolah yang Sesuai untuk Anak ADHD.* Anisya, <https://www.popmama.com/Ninda>. 2021. s.l. : <https://www.popmama.com/>, 2021.
- 6 Environmental Factors Contributing to ADHD Symptoms.* Thomas Armstrong, Ph.D. dan www.institute4learning.com .
- 8 Discipline Strategies for Kids With ADHD.* Amy Morin, LCSW. 2023. 2023.
- ADHD and Giftedness: Are Kids Being Misdiagnosed?* Maker, Azmaira. 2016. 2016.
- ADHD Parenting Tips.* Melinda Smith, M.A. and Jeanne Segal, Ph.D. s.l. : helpguide.org. *Anak ADHD dan Sekolah. Mental, Tim Redaksi Solusi Sehat.* August 9, 2022. August 9, 2022.
- Behavioral Treatments for Kids With ADHD.* Miller, Caroline. 2023. 2023.
- Children's Inattention and Hyperactivity, Mother's Parenting, and Risk Behaviors in Adolescence: A 10-Year Longitudinal Study of Chilean Children.* Pediatr, J Dev Behav. 2020. 2020.
- . Pediatr., J Dev Behav. 2020. 2020.
- Correlation between brain function and ADHD symptom changes in children with ADHD following a few-foods diet: an open-label intervention trial.* Rep, Sci. 2021. 2021.
- . Sains, Rep. 2021. 2021.
- Do Lifestyle Factors Influence the Onset of ADHD in Children?* Peralta, Gabriela P. 2018. 2018.
- Does the Environment Have an Enduring Effect on ADHD? A Longitudinal Study of Monozygotic Twin Differences in Children.* Luisa T Livingstone, 1 Dr. William L Coventry, 1 Dr. Robin P

Corley,² Dr. Erik G Willcutt,² Dr. Stefan Samuelsson,^{3,4} Dr. Richard K Olson,² and Dr. Brian Byrne¹. 2016. 2016.

Eating Patterns and Dietary Interventions in ADHD: A Narrative Review.

Sofia Pinto,¹ Teresa Correia-de-Sá,^{2, 3, 4} Benedita Sampaio-Maia,^{3, 4, 5} Carla Vasconcelos,^{1, 6} Pedro Moreira,^{1, 7,*} dan

Joana Ferreira-Gomes 2, 4, 8. 2022. 2022.

Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy and Methylphenidate in the Treatment of Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents: A Systematic Review. **Cureus.** 2022 Dec; 14. 2022 Dec; 14.

Eric Mick, Sc.D., Stephen V. Faraone, Ph.D., Ellen Braaten, Ph.D., Alysa Doyle, Ph.D., Thomas Spencer, M.D., Timothy E. Wilens, M.D., Elizabeth Frazier, B.A., and Mary Ann Johnson, R.N., M.S., C.S. Joseph Biederman, M.D.; the american journal of psychiatry.

Exploring the Links Between ADHD and Environmental Factors. Clinic, The ADHD CentreLeading U.K. Private ADHD Assessment and Treatment. 2023. 2023.

Frolli A, Cerciello F, Esposito C, Ricci MC, Laccone RP, Bisogni F. Universal Design for Learning for Children with ADHD. Children (Basel). 2023 Aug 4, 37628349, 10(8):1350. doi: 10.3390/children10081350. PMID: dan PMC10453933., PMCID:.

House Rules that Supervise and Support. **Williams, Penny.** 2021. 2021.

Influence of Gender on Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Children Referred to a Psychiatric Clinic. **Joseph Biederman, M.D., Eric Mick, Sc.D., Stephen V. Faraone, Ph.D., Ellen Braaten, Ph.D., Alysa Doyle, Ph.D., Thomas Spencer, M.D., Timothy E. Wilens, M.D., Elizabeth Frazier, B.A., and Mary Ann Johnson, R.N., M.S., C.S.** 2002. 2002, the american journal of psychiatry.

Not-So-Quick Fix: ADHD Behavioral Therapy May Be More Effective Than Drugs in Long Run.

SCICURIOUS. 2012. 2012.

Parent Training in Behavior Management for ADHD. prevention, CENTERS of disease control and. 2023. 2023.

Processed Food-Sweets Patterns and Related Behaviors with Attention Deficit Hyperactivity Disorder among Children: A Case-Control Study. Wu Yan, Conceptualization, Methodology, Software, Formal analysis, Writing - original draft, Writing - review & editing, Visualization, Funding acquisition,1 Shuang Lin, Investigation, Data curation,1 Dandan Wu, Investigation, Resources, Data curation,1 Y. 2023. 2023.

Relationship between Parenting Style and Risk of Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Elementary School Children. Sci., Malays J Med. 2022. 2022.

Some Communication Strategies for Parents of Kids with ADHD. Centre, The ADHD. 2019. 2019.

Teaching Students with ADHD. helpguide.org. 2023. 2023.

*The Emerging Neurobiology of Attention Deficit Hyperactivity Disorder: The Key Role of the Prefrontal Association Cortex. J Pediatr. Author manuscript, Arnsten AF*Author+.* 2010. 2010.

Universal Design for Learning for Children with ADHD. (Basel),. Children. 2023. s.l. : Published online 2023 Aug 4., 2023.

What Strengths Do Students with ADHD Have? Centre, The ADHD. 2023. 2023.

Saad Nazir , W. M., C.Anilkumar , A. and , K. S., (2023). Attention Deficit Hyperactivity Disorder . StatPearls

2021. *Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): What can help children and teenagers who have ADHD? . InformedHealth.org [Internet]*Laurence Jerome, D. J., (2020). *Approach to diagnosis and management of childhood attention deficit hyperactivity disorder*

Shirin Hasan,MD. "ADHD," Nemours kidshealth, 2022

Symptoms-Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) .||

Www.nhs.uk. 24 Dec. 2021

Kapil Sayal et al. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol.

"Identification of children at risk of Attention Deficit/Hyperactivity Disorder: a school-based intervention ." National library of medicine , 2006

K.Sayal, B.French, and D.Daley . —*Barriers and facilitators to understanding of ADHD in primary care: a mixed-method systematic review ,|| 2019*

Tim Medis Siloam Hospital . "ADHD -Definisi, Penyebab, Gejala, dan Langkah Penanganannya ." Siloam hospital . 31 Jan. 2024

Saad Nazir, Warren Magnus ; and Arayamaparambil C. Anilkumar Kamleh Shaban. —*Attention Deficit Hyperactivity Disorder ,|| 2023*

J Child Adolesc Psychopharmacol. "Diagnosis and Treatment Options for Preschoolers with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder ,"
Journal of child and adolescent, 2020

Diagnosis and Treatment Options for Preschoolers with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder ,"

Journal of child and adolescent, 2020

Thomas E. Brown, PhD. —*Possible causes of ADHD.|| Understood.org*

Carl Sherman, Ph.D. —*Apa Penyebab ADHD? Budaya Vs. Biologi ,|| Tes ADHD & Gejala, 2019.*

Attention-deficit/hyperactifity disorder.|| Cdc.gov. 27 Dec. 2023

Thomas E. Brown, PhD. —*Possible causes of ADHD.|| Understood.org*
Debra Fulghum Bruce, PhD. Webmd.com. 13 Sep. 2023

TENTANG PENULIS

Ns. Mahathir, M.Kep., Sp.Kep.Kom adalah seorang pengajar pada Departemen Keperawatan Jiwa Komunitas pada Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Bekerja pada Fakultas Keperawatan Sejak Tahun 2013. Pada tahun 2011 menyelesaikan Studi Sarjana Keperawatan dan pada Tahun 2012 menyelesaikan program profesi Ners di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Kemudian meyelesaikan Studi Magister Keperawatan pada Tahun 2015 pada Fakultas Keperawatan Universitas Indonesia.