

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Kontrol Diri

Calhoun dan Acocella dalam Ghufron dan Risnawita menjelaskan kontrol diri adalah serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri, dengan proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang. Adapun individu diharuskan mempunyai kontrol diri. Pertama individu bersama kelompok untuk memuaskan keinginannya maka harus memiliki kontrol perilaku agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntunan, dikaitkan mengontrol diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.³¹

Lazarus mengatakan bahwa kontrol diri menggambarkan suatu keputusan seseorang melalui pertimbangan kognitif, untuk menyatukan perilaku yang disusun guna meningkatkan hasil dan tujuan tertentu sebagai mana yang diinginkan, atau bagai mana individu dalam penilaian kognitif saat mengatasi suatu kejadian.³²

Gleitman dalam Thalib mendefinisikan bahwa kontrol diri merujuk pada kemampuan individu, untuk melakukan sesuatu yang ingin dilakukan

³¹ Muhammad Nur Ghufon and Rini risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010) 22.

³² Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Fajar Interpretama Offset, 2010) 107.

tanpa terhalangi baik oleh rintangan maupun kekuatan, yang berasal dari dalam diri sendiri, yaitu kemampuan seseorang untuk mengendalikan stimulus atau emosi dari dalam diri.³³ Oleh karena itu, kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan dorongan-dorongan, baik dalam individu atau luar individu. Seseorang yang memiliki kemampuan kontrol diri akan membuat keputusan dan mengambil langkah tindakan yang efektif untuk memperoleh suatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan.

Paulo Coelho mengatakan “*if you conquer your self, then conquer the world*” (Jika anda bisa menaklukan diri sendiri, maka anda akan bisa menaklukan dunia). Memang benar individu dapat mengubah diri sendiri, caranya dengan mengontrol diri yaitu adanya kemauan, kebiasaan, dan berfikir sebelum mengambil keputusan.³⁴

Kontrol diri merujuk pada kemampuan melakukan kontrol terhadap diri sendiri yang artinya seorang individu mampu mengontrol pikiran dan perilakunya. Lebih jauh, kontrol diri berfungsi sebagai mekanisme penghambat dorongan dalam diri untuk berfikir jauh sebelum bertindak.³⁵ Kontrol diri merupakan usaha yang dilakukan oleh seseorang untuk mengontrol perilaku agar

³³ Syamsul Bachri Thalib, 107.

³⁴ Asti Musman, *10 Ways Being You* (Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2017)52.

³⁵ Intan Rahmawati, *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2022)162.

dapat menekan konsekuensi dari perilaku buruk. Kontrol diri lebih menekankan pada pilihan tindakan dengan cara menunda kepuasan sesaat.³⁶

Kontrol diri adalah Pengendalian diri proteksi dari kemungkinan buruk akibat perilaku diri sendiri. Hal ini antara lain kontrol diri, kehati-hatian, sifat rendah hati, serta pengampunan.³⁷ Kemampuan pengendalian diri sendiri ketika emosi datang secara berlebihan, seperti ketika sedang marah. Kontrol diri juga bisa diartikan dengan kemampuan mengekang kesukaan diri. Dalam pandangan Lickona, kontrol diri membantu kita bermoral bahwa ketika kita tidak ingin bermoral. Kontrol diri juga diperlukan untuk menahan diri agar tidak memanjakan diri kita sendiri.³⁸

Kemampuan seorang individu untuk menentukan sikap dan menempatkan diri sesuai dengan kaidah serta norma-norma yang berlaku di lingkungan tempat individu berada.³⁹ Kontrol diri menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitifnya untuk menyatukan perilaku yang telah disusun agar meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti apa yang dihendaki.⁴⁰

Cara untuk mengontrol diri ialah mengubah stimulus supaya probabilitas terjadinya tingkah laku yang diinginkan, dan ditingkatkan. Skinner mengatakan

³⁶ Danu Septian Ridwan, Novita Dian, *PELATIHAN DAN PENGEMBANGAN DIRI* (Ponorogo: Uwais, 2023) 33.

³⁷ Eka Nova Irawan, *BUKU PINTAR PEMIKIRAN TOKOH-TOKOH PSIKOLOGI DARI KLASIK SAMPAI MODERN* (Yogyakarta: IRCisoD, 2015)295.

³⁸ Amirullah Syarbini, *Model Pendidikan Karakter Dalam Keluarga* (Jakarta: PT. Elek Media Koputindo, 2014)16-17.

³⁹ Jufrizen dan vativa Gita Azmi, *Penerapan Organizational Commitment Dan Cyberloafing Behavior* (Medan: Umsupress, 2023) 31.

⁴⁰ Alvirasari, *Berdamai Dengan Ketakutan* (Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2023)172.

sama seperti kita dapat mengubah variabel-variabel lingkungan orang lain, demikian juga dapat memanipulasi variabel lingkungan kita sendiri.⁴¹

Berdasarkan penjelasan yang sudah di paparkan, bahwasannya kontrol diri adalah kemampuan dari setiap individu dalam mengontrol dirinya terhadap berbagai faktor, yaitu dengan proses fisik, psikologis, dan sebuah perilaku seseorang. Dengan cara membimbing, mengatur emosi ke arah yang positif. Dalam mengambil sebuah keputusan dan mengambil tindakan yang lebih efektif, untuk mencapai sebuah tujuan yang baik.

1. Kontrol Diri dalam Perspektif Islam

Kontrol diri menurut Al-Ghazali adalah pilar utama dalam pengembangan spritualitas. Menyarankan agar setiap orang merencanakan kegiatan dan melatih diri mereka untuk mencapai tujuan hidup yang lebih tinggi. Salah satu yang di ajakan yaitu memanfaatkan waktu untuk berzikir, berdoa, membaca Al-Quran dan mengikuti kajian agama.⁴²

Dalam agama islam, kontrol diri disebut dengan mujahadah nafs, yaitu kontrol diri sama dengan pengendalian emosi, hawa nafsu, dan lain sebagainya yang menimbulkan dampak yang buruk. Adapun mujahadah an nafs berasal dari kata mujahadah artinya sungguh-sungguh, dan nafs artinya diri sendiri, yang berarti pengendalian diri terhadap sesuatu yang buruk.

⁴¹ OFM Yustinus Semiun, *Behavioristik Teori-Teori Kepribadian* (Yogyakarta: PT. Kanisius, 2020) 160.

⁴² Suyarto Surwandi, *HIDAYAH DI JAWA BARAT BOGOR DAN SAYA* (Makasar: Nasmedia, 2024) 196.

Terkait kontrol diri Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surat Ali'Imron ayat 134 yang berbunyi:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالصَّرَّاءِ ۖ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya: (yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu luang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan marah dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan.⁴³

Dari ayat tersebut menjelaskan kontrol diri yang baik akan menimbulkan keseimbangan emosional bagi diri sendiri dan akan memunculkan rasa tenang dan bisa menerima sesuatu dengan baik serta memaafkan dan Allah menyukai orang yang berbuat kebajikan.⁴⁴

2. Aspek-aspek dan Jenis Kontrol Diri

Menurut Averill dalam Gufron dan Rinawita membagi aspek kontrol diri yaitu: kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol kepuasan (*decesial control*)

a. Kontrol perilaku (*behavior control*)

Kontrol perilaku yaitu kesigapan atau modifikasi individu dalam merespons suatu keadaan secara langsung yang tidak menyenangkan, kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu; mengatur pelaksanaan (*regulated admnistration*) yaitu kemampuan diri sendiri untuk menentukan siapa yang akan mengendalikan keadaan

⁴³ QS. Ali'Imron: 134

⁴⁴ Rini Atmajaya, *Menjadi Pemenang Saat Diuji Allah* (Jakarta: Qultummedia, 2010) 23.

atau situasi, apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu menggunakan sumber eksternal. dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*) yaitu bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada berbagai cara yang agar dapat digunakan yakni mencegah atau menjahui stimulus menepatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung dan menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir.

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif adalah seseorang yang memproses informasi yang tidak diinginkan dengan cara menilai, menghubungkan, dan menginterpretasi sebuah kejadian dalam rangka kognitif sebagai adaptasi psikologis. Dalam kontrol kognitif ini terdapat dua komponen yaitu mendapatkan informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*apresial*). Dengan ini informasi yang dimiliki oleh individu mengenai kejadian yang tidak dikehendaki atau tidak menyenangkan, maka individu dapat mengantisipasi dengan berbagai solusi. Lalu melakukan penilaian adalah proses individu menafsirkan suatu kejadian atau peristiwa dengan memerhatikan segi-segi positif secara subjek.

c. Mengontrol keputusan (*decesial control*)

Mengontrol keputusan adalah kemampuan seseorang dalam memilih hasil atau tindakan berdasarkan merupakan kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan yang di yakini benar. Memilih

tindakan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan dalam diri untuk memilih beberapa kemungkinan tindakan.⁴⁵

3. Faktor-faktor Kontrol Diri

- a. Menurut Ghufron dan Risnawita menyatakan bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

- 1) Faktor Internal

Faktor internal dalam kontrol diri adalah usia. Bahwasannya bertambahnya usia seseorang, maka akan semakin baik kemampuan dalam mengontrol dirinya. Oleh karena itu, faktor internal dapat membantu seseorang memantau dan menaati perilakunya sendiri yaitu dengan berfikir dan pola hidup yang lebih baik lagi.

- 2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang ikut andil salah satunya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga yaitu orang tua biasanya didikan orang tua akan mempengaruhi bagaimana kemampuan individu mengontrol diri. Oleh karena itu, orang tua sebaiknya menerapkan kedisiplinan kepada anaknya untuk membentuk kepribadian dan mengendalikan perilaku dengan baik.⁴⁶

⁴⁵ Muhammad Nur Gufron and Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010) 29-31.

⁴⁶ Muhammad Nur Gufron and Rini Risnawita S, 32.

b. Adapun faktor yang mempengaruhi self control menurut (Dayakisni & Hudaimah, 2015) yaitu:

1) Kepribadian.

Kepribadian mempengaruhi kontrol diri dalam konteks bagaimana seseorang dengan tipikal tertentu bereaksi dengan tekanan yang dihadapinya dan berpengaruh pada hasil yang akan diperoleh.

2) Situasi

Situasi merupakan faktor yang berperan penting dalam proses kontrol diri. Setiap orang mempunyai strategi yang berbeda pada situasi tertentu, dimana strategi tersebut memiliki karakteristik yang unik.

3) Etnis

Etnis atau budaya mempengaruhi kontrol diri dalam bentuk keyakinan atau pemikiran, disetiap kebudayaan tertentu memiliki keyakinan atau nilai membentuk seseorang, budaya merupakan salah satu penentu bentuk kepribadian seseorang.

4) Pengalaman

Pengalaman akan membentuk proses pembelajaran pada diri seseorang. Pengalaman diperoleh dari proses lingkungan keluarga, khususnya pada masa anak-anak.

5) Usia

Bertambahnya usia pada dasarnya akan diikuti dengan bertambahnya kematangan dalam berfikir dan bertindak. Hal ini karena pengalaman

hidup yang telah dilalui lebih banyak dan bervariasi, orang yang lebih tua cenderung bisa mengontrol diri dari pada orang yang lebih muda.⁴⁷

4. Indikator-indikator Kontrol Diri

Adapun indikator kontrol diri menurut (Borba, 2008) yaitu:

- a. Tidak menyela pembicaraan.
- b. Sabar dalam menunggu giliran.
- c. Tidak mudah marah.
- d. Tidak perlu diingatkan untuk bersikap baik.
- e. Mampu menyelesaikan situasi yang buruk.
- f. Mampu tenang kembali ketika terlalu gembira, frustrasi, atau marah.
- g. Mampu mengatasi persoalan tanpa orang lain.
- h. Jarang meledak, marah, atau lepas kendali.
- i. Jarang bertindak tanpa berfikir terlebih dahulu.⁴⁸

5. Manfaat Kontrol Diri

Secara umum kontrol diri sangatlah penting, berikut manfaat mengontrol diri:

- a. Memudahkan hubungan dengan orang lain (interaksi sosial).
- b. Memberikan pengaruh nilai bagi seseorang dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Dapat menghindari penyelesaian pada akhirnya.

⁴⁷ Jufrizen dan vativa Gita Azmi, *Penerapan Organizational Commitment Dan Cyberloafing Behavior* 31-32.

⁴⁸ Ester Liwantiani, *Menoptimalkan Karakter Kontrol Diri Anak Dengan Sarana Permainan Tradisional*, 13.

- d. Dapat menciptakan lingkungan yang positif dan membawa kebahagiaan di dalamnya.
- e. Dapat membantu individu dalam mencapai tujuan dan cita-cita.⁴⁹

B. Guru Sekolah Luar Biasa

1. Pengertian Guru Sekolah Luar Biasa

Guru adalah sosok yang sangat dihormati karena memiliki keterlibatan yang besar terhadap keberhasilan pelajaran di sekolah. Guru mempunyai peran untuk membantu perkembangan pendidikan para siswanya agar berjalan dengan optimal. Bahwasanya orang tua mendaftarkan anak mereka ke sekolah dengan harapan kepada guru agar anaknya mendapatkan pendidikan dan pelajaran secara optimal.⁵⁰

Guru adalah seseorang yang mengabdikan diri kepada negara agar anak-anak Indonesia bisa mendapatkan pendidikan yang layak, yang berprofesi sebagai pengajar dan pendidik. Bawasannya guru bisa dikatakan pemegang kendali yang akan menentukan kualitas sumber daya manusia disuatu negara. Guru yang memiliki kualitas dan profesional yang baik, maka akan menghasilkan murid yang berkualitas pula. Demi tujuan tersebut meningkatkan kualitas guru adalah hal yang mutlak dan tidak ditawar-tawar lagi.⁵¹

⁴⁹ Thomas Tan, *The Invisible Character Toolbox* (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2021)280.

⁵⁰ Rusdiana dan Yeti Heryati, *Pendidikan Profesi Keguruan* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2015), 43.

⁵¹ Moh. Noor, *Guru Profesional Dan Berkualitas* (Semarang: Alprin, 2019), 1.

Menurut Frieda Mangusong Sekolah Luar Biasa adalah sekolah khusus dimana layanan pendidikan bagi anak luar biasa diselenggarakan di sekolah luar biasa atau sekolah khusus yang terpisah dari teman sebaya, layanan pendidikan tanpa membedakan perbedaan individual.⁵²

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa Guru Sekolah Luar Biasa adalah seseorang yang mendedikasikan dirinya untuk mengajar, mendidik, melatih, dan lain sebagainya. Untuk murid-murid nya yang berkebutuhan khusus agar mempunyai pengetahuan dan keterampilan yang baik untuk masa depan yang lebih baik.

2. Tugas-tugas Guru

Adapun tugas guru memiliki tugas dan tanggung jawab yaitu mengajar, mendidik, melatih, para siswanya supaya menjadi orang yang berkualitas, baik dari intelektual dan aklaknya. Adapun tugas utama guru adalah sebagai berikut:

a. Mengajar peserta didik

Guru memiliki tanggung jawab untuk memberikan ilmu pengetahuan terhadap siswanya. Dalam hal ini, guru mengutamakan kegiatan belajar mengajar dalam hal intelektual sehingga siswa mengerti tentang beberapa materi disiplin ilmu.

b. Mendidik para murid

⁵² Frieda Mangusong, *Psikologi & Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus (Jilid 1)* (Jakarta: LPSP3 UI, 2009), 20.

Mendidik murid adalah yang berbeda dengan mengajar suatu ilmu pengetahuan, kegiatan mendidik adalah mengubah tingkah laku siswa yang lebih baik. Mendidik murid merupakan hal yang tidak mudah karena guru harus mampu mendidik tingkah laku murid agar tidak melanggar norma yang berlaku. Menjadi guru harus mampu menjadi contoh yang baik kepada para siswanya sehingga dapat memiliki perilaku dan karakter yang baik sesuai norma yang berlaku di masyarakat.

c. Melatih peserta didik

Menjadi guru juga memiliki kewajiban melatih para siswanya bertujuan agar para siswanya memiliki keterampilan dan skil dasar. Pada umumnya sekolah umum hanya melatih siswanya keterampilan dan skil dasar, akan tetapi pada sekolah kejurusan maka guru akan memberikan keterampilan dan skil dasar yang lebih khusus.

d. Membimbing dan mengarahkan

Seorang guru juga bertanggung jawab untuk membimbing dan mengarahkan para siswanya, karena mungkin saja para siswa memiliki kesulitan dalam atau kebingungan dalam proses belajarnya, agar siswa tetap pada jalur yang baik dan tepat saat proses belajar.

e. Memberikan dorongan pada murid

Guru juga memiliki tugas untuk memberikan dorongan kepada muridnya, agar menjadikan semangat muridnya untuk lebih giat

belajar, misalnya dengan memberikan sebuah hadiah ketika siswa telah menyelesaikan tugasnya dengan baik.⁵³

Pada dasarnya menjadi guru semua orang mampu melakukan, akan tetapi menjadi guru yang mempunyai keterampilan dan keahlian yang tinggi adalah hal yang mungkin sulit. Karena guru perlu pelatihan, pendidikan, pengalaman yang banyak. Oleh karena itu, menjadi seorang guru yang berkualitas harus memiliki yaitu: (1) mempunyai kecerdasan yang baik, (2) mampu mengerti visi dan misi pendidikan, (3) mampu mengajarkan kepada siswanya, (4) guru mengerti proses perkembangan anak atau psikologi perkembangan, (5) guru dapat *problem solving*; dan (6) memiliki kreativitas saat mengajar.⁵⁴

C. Hiperaktif

1. Pengertian Hiperaktif

Hiperaktif merupakan nama lain dari GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas) yang berasal dari bahasa Inggris yaitu ADHD merupakan singkatan dari *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*. Digunakan untuk mendefinisikan anak-anak yang memiliki masalah yaitu: perilaku terlalu aktif (hiperaktif), perilaku impulsif, dan kesulitan memperhatikan atau konsentrasi. Mereka yang terlalu aktif dan impulsif, anak ADHD sering sulit diterima di lingkungan sekolah, bermasalah dengan teman, dan biasa berlanjut sampai dewasa.⁵⁵

⁵³ Dewi Safitri, *Menjadi Guru Profesional* (Tembilahan: PT. Indragiri Dot Com, 2019) 10-12.

⁵⁴ Moh Noor, *Guru Profesional Dan Berkualitas* (Semarang: Alprin, 2019) 3.

⁵⁵ Mirnawati dan Dr. H. Amka, *Pendidikan Anak ADHD* (Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2019), 1.

Santrock dalam Marlina menyatakan bahwa GPPH merupakan suatu kelainan yang terjadi pada anak-anak misalnya rentang perhatian pendek, bertingkah secara berlebihan, dan sulit fokus terhadap sesuatu. Dengan demikian, anak-anak yang mengalami kelainan ini sulit untuk menaruh perhatian dan sulit untuk diam.⁵⁶

Eric Taylor dalam Marlina menyatakan bahwa hiperaktif pola perilaku seseorang tidak mau diam, tidak memperhatikan pada suatu situasi atau sulit untuk mempertahankan perhatian dan impulsif yaitu terbiasa berperilaku tanpa berfikir dahulu atau perencanaan.⁵⁷

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa hiperaktif berasal dari kata ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) atau GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas) yaitu diperuntukan anak-anak yang memiliki tiga jenis masalah yaitu: terlalu aktif, perilaku impulsif dan kesulitan dalam berkonsentrasi. Hal ini akan mempengaruhi sosial, komunikasi anak di kelas maupun di luar kelas atau lingkungannya. Jika anak hiperaktif tidak di tangani dengan benar maka akan mempengaruhi anak hingga dewasa.

⁵⁶ Marlina, *Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktifitas Pada Anak*, (Padang: UNP Press, 2008)1-2.

⁵⁷ Marlina, 2.

2. Faktor-faktor Penyebab Anak Hiperaktif

Adapun faktor penyebab anak hiperaktif secara pastinya, tapi ada beberapa dugaan baik secara mandiri ataupun kombinasi. Penyebabnya antara lain yaitu:

a. Faktor neurologi

Faktor *neurologi* bahwasanya terdapat kerusakan proses otak bagian *limbic*, yang mempengaruhi pengendalian emosi, motivasi, yaitu pada sejumlah struktural neural yang membatasi *cerebral cortex* dan beberapa fungsi *visceral*, akan tetapi kerusakan pada otak bukanlah penyebab utama.

b. Faktor genetik atau keturunan

Faktor keturunan merupakan salah satu penyebab munculnya GPPH yaitu dapat dilihat dari keluarga yang mengonsumsi alkohol secara berlebihan, *socipath*, histeris, atau pada orang tua yang mengalami gangguan psikiatri lainnya. Pada bayi-bayi yang sangat aktif setelah lahir (terlihat dari mempunyai tingkat yang sangat aktif, emosinya tidak stabil, jam tidur tidak teratur) merupakan faktor genetik

c. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan merupakan salah satu faktor terjadinya anak hiperaktif yaitu: kurang perhatian dari lingkungan, misalnya anak tidak pernah mengontrol diri, bersikap kasar, tidak memperhatikan perilaku anak dan anggota keluarga yang besar, pola asuh yang kurang tepat.

d. Faktor pranatal, melahirkan dan pascanatal

Pada faktor ini terdapat saat sebelum sampai sesudah hamil, misalnya ibu minum alkohol secara berlebihan akan berkaitan dengan lemahnya perhatian dan pemusatan perhatian. Oleh karena itu pentingnya makanan dan vitamin agar meningkatkan pemusatan perhatian. Adapun kelahiran prematur, berat badan turun, kekurangan oksigen masa kehamilan dapat mempengaruhi kemampuan perhatian anak.

e. Gangguan otak didepan

Pada otak bagian depan disebut *lobus frontalis* yang fungsinya mengontrol proses berfikir dan mempengaruhi perilaku, bila terdapat gangguan maka akan bisa menjadi faktor anak hiperaktif.⁵⁸

3. Gejala-gejala Hiperaktif

Pada dasarnya perilaku aktif anak merupakan hal yang sangat baik untuk masa perkembangan motorik pada anak, akan tetapi ada beberapa aktifitas anak yang berlebihan dan dapat dikategorikan tidak sesuai dengan norma yang berlaku, seperti anak hiperaktif. Berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR)*, gejala Hiperaktif, yaitu:

a. Inattention

Inattention (kurang perhatian) adalah ketika penderita mengalami kesulitan untuk fokus. Anak akan mengalami kesulitan untuk memusatkan perhatian yang telah berlangsung setidaknya 6 bulan dengan ciri-cirinya:

⁵⁸ Marliana, 2-4.

- 1) Seringkali gagal saat memperhatikan dengan cermat atau membuat kesalahan yang ceroboh ketika sekolah, tempat kerja, atau aktivitas lainnya.
- 2) Kesulitan saat mempertahankan perhatian dalam tugas maupun aktivitas lainnya.
- 3) Sering tidak mendengarkan ketika diajak berbicara secara langsung.
- 4) Seringkali tidak menindak lanjuti intruksi tugas sekolah, pekerjaan rumah, atau ditempat kerja yang membutuhkan waktu lama.
- 5) Kesulitan saat mengatur tugas dan aktivitas secara berurutan.
- 6) Sering menghindari tugas.
- 7) Seringkali kehilangan barang.
- 8) Mudah beralih perhatian.
- 9) Sering lupa dalam aktivitas sehari-hari.

b. Hiperaktif dan Impulsif

Hiperaktif dan impulsif adalah anak yang tidak mau atau bisa diam memiliki kecenderungan melakukan suatu aktivitas berlebihan, baik motorik maupun verbal yang berlangsung lebih dari 6 bulan, cirinya yaitu:

- 1) Anak sering menggerakkan tangan ataupun kaki dan menggeliat.
- 2) Sering meninggalkan tempat duduk dalam situasi mengharus diam.
- 3) Sering memanjat dan berlari saat situasi tidak tepat.
- 4) Tidak dapat bermain atau beraktivitas secara tenang.
- 5) Bergerak seolah diatur oleh motor penggerak.

- 6) Berbicara seacara berlebihan.
- 7) Terkadang menjawab pertanyaan yang belum selesai dibacakan.
- 8) Seringkali sulit untuk menunggu giliran.
- 9) Suka memotong pembicaraan orang lain.⁵⁹

Adapun ciri-ciri dari anak hiperaktif menurut Frieda yaitu: sulit untuk diam sejenak, terus-menerus bergerak, memanjat, berlarian, terus bergerak jari tangan atau kaki saat duduk, banyak bicara.⁶⁰

⁵⁹ Bruce J. Tonge, Avril V. Brereton, and Marco O. Bertelli, *Diagnostic and Stratisical Manual of Mental Disorders, Textbook of Psychiatry for Intellectual Disability and Autism Spectrum Disorder*, 2022, 69-70.

⁶⁰ Frieda Mangusong, *Psikologi & Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus (Jilid 1) (Jakarta: LPSP3 UI, 2009) 5.*