



# PSIKOEDUKASI DETEKSI DINI ANAK DENGAN GANGGUAN PEMUSATAN PERHATIAN DAN HIPERAKTIF (GPPH) PADA GURU DAN ORANGTUA

Iriani Indri Hapsari\*, Dewinta Ariani\*, Kahfi Hizbullah\*

\*Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

Alamat Korespondensi:

iriani@unj.ac.id

---

## ABSTRACT

*This community service program aims to enhance early detection skills of teachers and parents in identifying Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) or GPPH in children. ADHD is a neurodevelopmental disorder marked by inattention, hyperactivity, and impulsivity, which can significantly impact a child's academic, social, and emotional development. The main issue identified at SDIT An-Nur, Bandung, was the lack of awareness and knowledge among educators and parents regarding ADHD symptoms and intervention strategies. To address this, a psychoeducation program was conducted involving lectures, interactive discussions, and practical observation training. Participants completed a pre-test and post-test to measure knowledge improvement. The program also introduced a pocket guidebook as a reference for ongoing learning. Results showed a significant increase in understanding and awareness among participants, with active engagement during discussions indicating their motivation to support children with ADHD. This program highlights the importance of early detection through collaborative efforts between schools and families, contributing to inclusive mental health promotion aligned with SDG 3 (Good Health and Well-being).*

## Keywords

*ADHD, psychoeducation, early detection, teacher and parent role, child mental health*

---

## 1. Pendahuluan

### 1.1. Analisis Situasi dan Permasalahan

*Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) atau dalam bahasa Indonesia dikenal dengan istilah GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas) termasuk dalam salah satu neurodevelopmental disorder dalam DSM V (American Psychological Association, 2008). Prevalensi global sekitar 2-7% dengan rata-rata 5% terjadi pada masa kanak-kanak (Sayal dkk, 2018). Berdasarkan DSM V, ADHD memiliki tiga gejala utama sebagai ciri khasnya, yaitu kurangnya fokus, hiperaktif, dan impulsif. Gejala tersebut berbentuk dalam perilaku yang terjadi di berbagai lingkungan seperti rumah dan sekolah yang dapat mempengaruhi performa anak dalam hal sosial, pendidikan, bahkan pekerjaan dan tindakan kriminal yang dilakukan pada usia dewasa jika tidak ditangani dengan baik.*

*Beberapa masalah perilaku yang terjadi pada anak dengan GPPH antara lain disregulasi emosi, gangguan mental seperti melukai diri sendiri, perilaku antisosial, perilaku mengganggu dan menentang, prestasi akademik yang rendah, dan stigma negatif (Sayal dkk, 2018). Masalah perilaku ini dapat membuat anak sulit berinteraksi dengan teman sebaya dan hubungan sosial dengan orang-orang di sekitarnya menjadi buruk, termasuk di sekolah (Lawrence dkk, 2018).*

Dukungan sekolah menjadi bagian penting dalam membantu anak dengan GPPH mengatasi masalah perilaku, namun masih banyak stigma negatif yang diberikan oleh teman sebaya dan orang dewasa termasuk guru di lingkungan sekolah (Lawrence dkk, 2018). Stigma negatif yang diterima oleh anak dengan GPPH dapat berdampak buruk pada kondisi kesehatan mental anak tersebut sehingga membuat mereka memberontak dan melakukan tindakan negatif seperti minum-minuman keras atau menggunakan narkoba dan tindakan kriminal lainnya. Berbagai stigma negatif dan diskriminasi pada anak dengan GPPH akan membuat mereka kurang puas dalam hidupnya, secara mental merasa kurang mampu, tidak memiliki semangat untuk berobat dan tidak percaya diri dengan dirinya sendiri. Sehingga penting untuk dilakukan deteksi dini sejak awal di sekolah maupun di rumah oleh orang tua dan guru untuk membantu anak dengan GPPH agar dapat ditangani secara tepat sejak dini (McDougall, 2011).

SDIT An-Nur merupakan salah satu sekolah yang berada di wilayah Bandung yang peduli pada anak-anak dengan kebutuhan khusus termasuk GPPH, namun guru dan orangtua masih perlu mengoptimalkan pengetahuan dalam deteksi dini ABK termasuk GPPH, agar guru dan orangtua dapat lebih memahami cara untuk mengoptimalkan perkembangan dan kesehatan mental anak dengan GPPH. Melihat kondisi ini tentunya diperlukan upaya-upaya psikoedukasi untuk dapat berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dan kompetensi guru maupun orang tua dalam meningkatkan perkembangan anak dengan GPPH.

SDIT An-nur berada di bawah Yayasan annur harapan ibu yang didirikan pada tanggal 18 Jul 2005 dengan nomor pendirian Yayasan : 421.21/626.101/Disdikpora/2005. Namun SDIT An-Nur baru didirikan pada tanggal 30-01-2023 dengan SK pendirian 421.2/19/SD/DPMPTSP/I/2023 dengan luas tanah 3.000 m<sup>2</sup>. SD yang baru berdiri tentunya membutuhkan dukungan dalam meningkatkan kompetensi para guru dan juga orang tua yang bergabung di sekolah untuk berkolaborasi bersama dalam mengoptimalkan perkembangan siswa didik secara umum maupun yang memiliki kondisi kebutuhan khusus termasuk GPPH.

Berdasarkan informasi dari kepala sekolah SDIT AN-Nur dan salah satu orang tua wali murid di SD tersebut merasa masih minim informasi terkait GPPH dan strategi penanganannya. Ada yang sudah terdiagnosis GPPH namun banyak juga yang belum. Selain itu masih terbatasnya kemampuan untuk deteksi dini dan bagaimana membantu anak dengan GPPH dalam mengelola emosinya agar dapat bersikap lebih adaptif yang mempengaruhi kondisi kesehatan mentalnya. Sehingga diperlukan psikoedukasi deteksi dini pada anak dengan GPPH yang dilakukan oleh guru dan orang tua di sekolah maupun di rumah agar lebih memahami kondisi GPPH dan bisa membantu lebih tepat dalam menangani anak dengan GPPH untuk meningkatkan kesehatan mental GPPH bila terdeteksi GPPH sejak awal.

## **1.2 Tujuan**

Upaya psikoedukasi deteksi dini merupakan kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan keterampilan guru serta orang tua dalam mengenali secara lebih awal gejala-gejala Gangguan Perkembangan Psikososial dan Hubungan (GPPH) pada anak. Deteksi dini memiliki peranan penting dalam proses intervensi, karena semakin cepat gangguan dikenali, maka semakin besar pula peluang anak untuk mendapatkan penanganan yang tepat dan optimal, sehingga dapat mencegah dampak jangka panjang terhadap perkembangan sosial, emosional, dan akademik anak. Program psikoedukasi ini tidak hanya memberikan informasi dasar mengenai tanda dan gejala GPPH, tetapi juga membekali peserta dengan strategi praktis dalam observasi perilaku anak, cara berkomunikasi yang empatik, serta langkah awal dalam merujuk anak ke tenaga profesional yang sesuai. Melalui pendekatan ini, guru dan orang tua didorong untuk menjadi bagian aktif dalam sistem pendukung tumbuh kembang anak. Program psikoedukasi penting dilakukan dan sejalan dengan program pemerintah dalam melaksanakan kegiatan promotif kesehatan jiwa yang sesuai dengan SDG ke 3 yaitu *good health* dan *well-being* khususnya pada poin terkait *disability and inclusion*.

## **2. Solusi Permasalahan**

### **2.1. Gambaran Umum Kegiatan**

Salah satu tantangan signifikan dalam dunia pendidikan dan pengasuhan anak saat ini adalah masih rendahnya pemahaman guru dan orangtua terhadap Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas

(GPPH) atau yang lebih dikenal secara internasional sebagai ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*). Kurangnya pengetahuan ini tidak hanya berdampak pada keterlambatan dalam deteksi dan intervensi, tetapi juga memperbesar kemungkinan munculnya stigma negatif terhadap anak-anak yang mengalami kondisi ini. Anak dengan GPPH sering kali diberi label “nakal”, “tidak bisa diam”, atau “tidak bisa diatur”, tanpa pemahaman bahwa perilaku tersebut memiliki dasar neuropsikologis yang perlu ditangani secara tepat.

Sebagai solusi atas permasalahan ini, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta (UNJ) menginisiasi kegiatan Psikoedukasi Deteksi dini GPPH bagi Guru dan Orang tua. Kegiatan ini melibatkan para dosen, mahasiswa, dan tenaga kependidikan dari Fakultas Psikologi UNJ, dengan menghadirkan narasumber profesional di bidang psikologi anak.

Dalam kegiatan ini, psikoedukasi disampaikan secara langsung oleh para narasumber melalui sesi penyuluhan interaktif yang dirancang khusus untuk memberikan pemahaman yang komprehensif. Para peserta yang terdiri dari orangtua dan guru menerima materi yang membahas secara menyeluruh tentang:

- Apa itu ADHD/GPPH dan bagaimana mengenalinya sejak dini
- Faktor-faktor penyebab dan gejala yang perlu diwaspadai
- Strategi deteksi dini baik di lingkungan rumah maupun sekolah
- Penanganan awal dan pendekatan intervensi perilaku

Selain psikoedukasi secara langsung, kegiatan ini juga memperkenalkan buku saku psikoedukatif yang berisi panduan praktis bagi guru dan orangtua dalam memahami dan mendeteksi anak dengan GPPH. Buku ini dirancang sebagai media pembelajaran berkelanjutan yang bisa digunakan setelah kegiatan berakhir, memperkuat dampak jangka panjang dari psikoedukasi ini.

## **2.2. Target Pencapaian Kegiatan**

Kegiatan Psikoedukasi Deteksi Dini Anak dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktif (GPPH) pada Guru dan Orangtua ini memiliki beberapa target pencapaian yang dirancang secara strategis untuk menjawab kebutuhan lapangan sekaligus memperkuat peran pendidikan dalam mendukung anak-anak dengan kebutuhan khusus. Adapun target-target tersebut meliputi:

### **1. Meningkatkan Literasi Guru dan Orangtua tentang GPPH**

Memberikan pemahaman mendasar mengenai apa itu GPPH/ADHD, ciri-ciri perilaku yang perlu diperhatikan, serta dampak yang dapat ditimbulkan jika kondisi ini tidak terdeteksi sejak dini.

### **2. Meningkatkan Kemampuan Deteksi Dini di Lingkungan Sekolah dan Rumah**

Membekali guru dan orangtua dengan keterampilan untuk mengenali tanda-tanda awal GPPH melalui observasi perilaku anak sehari-hari, baik dalam konteks belajar maupun dalam interaksi sosial.

### **3. Mengembangkan Strategi Penanganan Awal yang Tepat**

Menyediakan panduan praktis mengenai langkah-langkah awal yang dapat dilakukan oleh guru dan orangtua jika menemukan gejala GPPH pada anak, termasuk teknik manajemen perilaku dan pendekatan komunikasi yang suportif.

### **4. Memperkuat Kolaborasi antara Sekolah dan Keluarga**

Membangun kesadaran bahwa deteksi dan intervensi GPPH merupakan tanggung jawab bersama antara guru dan orangtua, sehingga diperlukan komunikasi yang intens dan kerja sama yang berkelanjutan.

## **3. Metode Pelaksanaan**

Psikoedukasi ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas guru dan orang tua dalam mengenali dan menangani Gangguan Perkembangan Psikososial dan Hubungan (GPPH) sejak dini. Pelaksanaannya terdiri dari beberapa tahapan terstruktur sebagai berikut:

### **1. Pretest**

Pretest ini dilakukan dengan tujuan untuk mengukur pengetahuan awal peserta (guru dan/atau orang tua) mengenai GPPH, serta menjadi dasar untuk membandingkan hasil belajar setelah psikoedukasi dilakukan.

### **2. Pengenalan tentang Karakteristik GPPH**

Peserta dibekali dengan pengetahuan mengenai karakteristik GPPH dengan tujuan untuk memberikan pemahaman dasar mengenai berbagai bentuk GPPH yang umum ditemukan di lingkungan pendidikan dan keluarga, dampak GPPH terhadap perkembangan sosial-emosional dan akademik anak, serta mitos dan stigma yang perlu diluruskan.

### **3. Cara Observasi Anak di Sekolah dan Rumah**

Peserta diberikan keterampilan praktis dalam melakukan observasi sistematis terhadap perilaku anak dengan materi sebagai berikut: prinsip dasar observasi perilaku anak; indikator perilaku yang perlu dicermati, seperti konsentrasi, impulsivitas, interaksi sosial, respons emosional; serta bagaimana cara mencatat hasil observasi dengan sistematis dan objektif.

### **4. Deteksi Dini GPPH**

Setelah dibekali dengan cara melakukan observasi, peserta kemudian diberikan pengetahuan bagaimana menyimpulkan hasil observasi dan mengenali tanda-tanda awal GPPH yang memerlukan perhatian lanjutan. Materi yang diberikan yaitu: kriteria deteksi dini GPPH menurut DSM-5 yang sudah disederhanakan untuk pemahaman awam; kapan dan ke mana harus merujuk anak untuk asesmen lebih lanjut; serta peran sekolah dan keluarga dalam proses deteksi dan intervensi dini.

### **5. Post Test**

Posttest dilakukan untuk menilai peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian psikoedukasi.

## **4. Pelaksanaan Kegiatan**

Hasil pelaksanaan memuat pelaksanaan solusi tersebut dibuat secara sistematis. Hasil dan pembahasan berisi hasil-hasil temuan pengabdian Masyarakat dan pembahasannya. Tuliskan temuan-temuan yang diperoleh dari hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan dan harus ditunjang oleh data-data yang memadai. Hasil-hasil pengabdian Masyarakat dan temuan harus bisa menjawab pertanyaan atau analisis masalah yang ada di bagian pendahuluan.

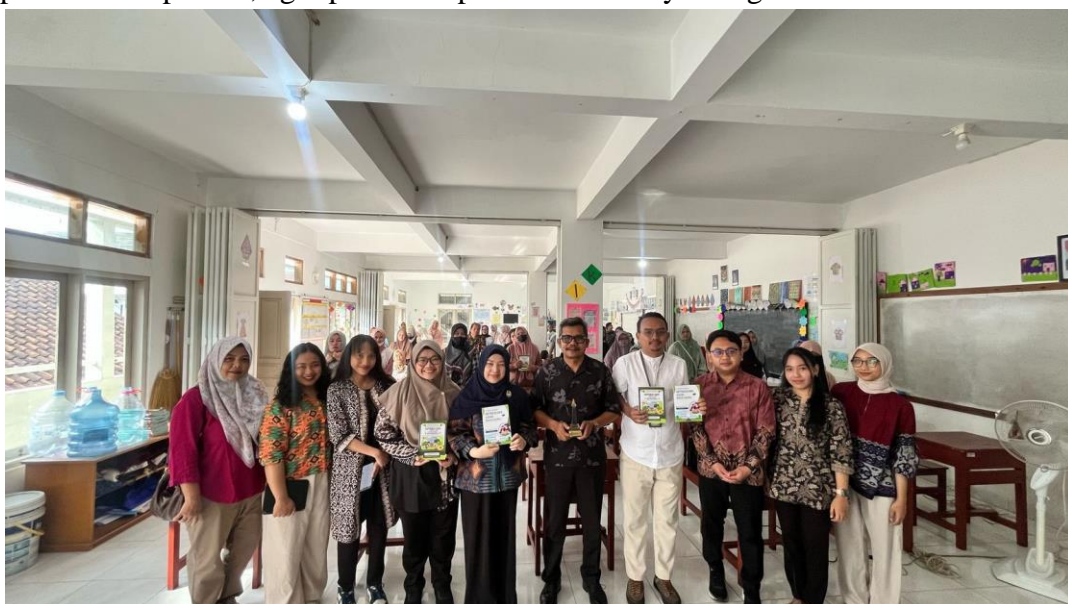
Kegiatan psikoedukasi ini dilaksanakan secara langsung bertempat di SD IT An-Nur, Parongpong, Kabupaten Bandung Barat. Sebelum pelaksanaan kegiatan, panitia mempersiapkan semua kebutuhan seperti booklet panduan, konsumsi, materi presentasi, hingga bingkisan. Kegiatan dimulai pukul 7.30 dimana peserta melakukan registrasi dan mulai masuk ke ruangan kegiatan. Bersamaan dengan registrasi peserta, panitia melakukan briefing terkait rundown acara untuk memastikan semua kebutuhan sudah siap. Setelah semua peserta datang, acara dimulai pada pukul 08.00 dibuka oleh MC dengan melakukan perkenalan dan doa sebelum kegiatan, Kemudian MC memberikan kesempatan kepada Guru, Pihak Yayasan dan Panitia untuk memberikan sambutannya masing-masing.



**Gambar 1. Kegiatan Psikoedukasi**

Setelah melakukan sambutan, MC meminta peserta untuk mengisi form Pre-Test terlebih dahulu sebelum masuk materi. Setelah semua peserta (guru dan orangtua) mengisi form Pre-Test, MC mempersilahkan narasumber yang juga dosen Psikologi UNJ untuk menyampaikan materi sekitar 60 menit. Narasumber yang berjumlah tiga orang secara bergantian memberikan pemaparan terkait materi deteksi dini GPPH, Dr. Iriani Indri Hapsari dalam pemaparannya menekankan pentingnya deteksi dini GPPH agar intervensi yang tepat dapat segera diberikan. "*Semakin awal kita mengenali gejalanya, semakin besar peluang anak untuk mendapatkan dukungan yang sesuai dengan kebutuhannya, sehingga mereka dapat berkembang secara optimal,*" ujarnya. Senada dengan hal tersebut, Dewinta Ariani memberikan wawasan praktis mengenai strategi pengelolaan perilaku anak dengan potensi GPPH di lingkungan rumah dan sekolah. Sementara itu, Kahfi Hizbullah memberikan gambaran terkait alur deteksi dini anak dengan GPPH yang dapat dilakukan oleh guru dan orangtua serta ragam intervensi yang dapat dilakukan.

Setelah pemaparan materi selesai oleh narasumber, MC membuka sesi diskusi tanya jawab dari orangtua dan guru sekitar 30 menit. Proses diskusi berjalan ramai, cukup banyak orangtua dan guru yang bertanya terkait materi yang telah disampaikan. Lalu, pemateri menjawab setiap pertanyaan bukan hanya secara teoritis namun juga pemahaman praktis, agar peserta dapat memahaminya dengan mudah.



**Gambar 2. Kegiatan Psikoedukasi**

Setelah pemaparan materi dan sesi diskusi selesai, MC mempersilahkan peserta untuk mengisi form Post-Test yang telah disediakan secara online. Setelah sekitar 10 menit, MC kemudian menutup kegiatan psikoedukasi ini sekitar pukul 11.30 WIB dengan memberikan apresiasi kepada semua peserta baik guru maupun orangtua siswa yang telah hadir dan terlibat aktif selama kegiatan.

## **5. Kesimpulan dan Saran**

### **5.1. Kesimpulan**

Pelaksanaan psikoedukasi mengenai deteksi dini Gangguan Perkembangan Psikososial dan Hubungan (GPPH) telah memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kapasitas guru dan orang tua di wilayah mitra dalam mengenali gejala awal dan memahami cara penanganan awal anak dengan kebutuhan khusus. Program ini memberikan pengetahuan mendalam mengenai karakteristik GPPH, keterampilan observasi perilaku anak, serta langkah-langkah deteksi dan rujukan yang sesuai. Berdasarkan hasil evaluasi melalui pretest dan posttest, terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan pemahaman peserta setelah mengikuti psikoedukasi. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif dalam membekali mitra dengan keterampilan praktis yang berdampak langsung terhadap kualitas interaksi dan pengasuhan anak di lingkungan rumah maupun sekolah. Dampak dari kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran akan pentingnya deteksi dini, tetapi juga mendorong terciptanya lingkungan belajar dan pengasuhan yang lebih inklusif, responsif, dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Dengan demikian, kualitas hidup masyarakat di wilayah mitra, khususnya anak-anak dengan potensi GPPH, dapat ditingkatkan melalui intervensi yang lebih dini dan tepat sasaran.

### **5.2. Saran**

Untuk mendukung keberlanjutan dan pengembangan program psikoedukasi ini, beberapa hal yang dapat dilakukan antara lain:

1. Pelatihan lanjutan dan pendampingan rutin kepada guru dan orang tua, agar kemampuan observasi dan deteksi dini semakin terasah dan dapat diterapkan secara berkelanjutan.
2. Pengembangan jejaring kolaboratif antara sekolah, orang tua, dan tenaga profesional (psikolog, dokter anak) untuk mempermudah proses asesmen dan intervensi lanjutan bagi anak-anak yang terindikasi memiliki GPPH.
3. Integrasi program serupa dalam kegiatan rutin sekolah dan forum orang tua, sehingga pendekatan preventif dan promotif dalam kesehatan mental anak dapat menjadi bagian dari budaya pengasuhan dan pendidikan di wilayah mitra.

Dengan dukungan yang berkesinambungan, program ini diharapkan tidak hanya menjadi kegiatan satu kali, tetapi berkembang menjadi sistem pendukung berkelanjutan bagi deteksi dan penanganan dini anak dengan GPPH.

## **6. Daftar Pustaka**

- American Psychological Association. (2008) Attention-Deficit Hyperactivity Disorder. <https://www.apa.org> [Internet]. 2008; Available from: <https://www.apa.org/topics/adhd>
- Sayal K, Prasad V, Daley D, Ford T, Coghill D. (2018). ADHD in children and young people: prevalence, care pathways, and service provision. *The Lancet Psychiatry* [Internet]. Feb;5(2):175–86. Available from: [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(17\)30167-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(17)30167-0/fulltext)
- Lawrence K, Estrada RD, McCormick J. (2017) Teachers' Experiences With and Perceptions of Students With Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. *Journal of Pediatric Nursing*. Sep;36(36):141–8
- McDougall, T. (2011). Mental health problems in childhood and adolescence. *Nursing Standard*. Dec 7;26 (14):48–56.