

## Mengatasi Gangguan Fokus Belajar Siswa Hiperaktif menggunakan Metode *Self instruction*

Ismi Karuniahati<sup>1\*</sup>, Nita Agustina Nurlaila Eka Erfiana<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

[hatikaruniaa@gmail.com](mailto:hatikaruniaa@gmail.com),<sup>1\*</sup> [nitaagustina37@gmail.com](mailto:nitaagustina37@gmail.com)<sup>2</sup>

**Abstract:** Delays in the process of teaching and learning activities can be caused by disturbances in students, if these disturbances are not handled immediately they will have a negative impact on the students' future. The type of disorder that is often encountered in elementary school education is hyperactive student disorder. Hyperactivity itself can be said to be a disorder that occurs in the brain's nerves, this will cause students to have difficulty concentrating, find it difficult to stay still, and also make it difficult to regulate. So that the problem of hyperactive students does not get worse, teachers must look for appropriate strategies and methods to use. One of them is that teachers can use the self-instruction method. The self-instruction method is a method that uses an approach in the form of personal interaction between the teacher and students with the aim of making students able to understand their feelings and be able to control themselves. This research uses a qualitative method with a case study type of research. The data collection techniques were taken through observation, interviews and documentation. The data analysis techniques used by the Miles Huberman model are data reduction, data presentation, and drawing conclusions (data verification). Checking the validity of the data uses triangulation techniques. The results of the research show that by using appropriate learning strategies, teachers at Madrasah Ibtidaiyah Nurul Islam can restore the focus on learning of hyperactive students and can understand the material presented by the teacher, besides that the use of the self-instruction method has a positive impact on changing the behavior of hyperactive students into students. who can interact socially well, and can improve their learning outcomes at school.

**Keywords:** *Teacher Strategy, Hyperactive Students, Self instruction Method*

**Abstrak:** Terhambatnya proses kegiatan belajar mengajar dapat disebabkan adanya gangguan pada peserta didik, gangguan tersebut apabila tidak segera ditangani maka akan berdampak buruk bagi masa depan peserta didik. Adapun jenis gangguan yang kerap di temui dalam pendidikan di sekolah dasar adalah gangguan siswa hiperaktif. Hiperaktif sendiri dapat dikatakan seperti gangguan yang terjadi pada syaraf otak, hal tersebut akan menyebabkan siswa sulit memusatkan perhatian, sulit untuk diam, dan juga sulit untuk di atur. Agar

permasalahan siswa hiperaktif tidak semakin parah, maka guru harus mencari strategi dan metode yang tepat digunakan. Salah satunya guru dapat menggunakan metode *self instruction*, metode *self instruction* merupakan metode yang menggunakan pendekatan berupa interaksi secara pribadi antara guru dengan siswa dengan tujuan agar siswa mampu memahami perasaannya dan mampu mengendalikan dirinya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Adapun teknik pengumpulan data diambil melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan model Miles Huberman yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (verifikasi data). Uji keabsahan data yaitu menggunakan teknik triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan strategi pembelajaran yang tepat, maka guru di Madrasah Ibtidaiyah Nurul Islam dapat mengembalikan fokus belajar siswa hiperaktif dan dapat memahami materi yang disampaikan oleh guru, selain itu penggunaan metode *self instruction* memberikan dampak yang positif bagi perubahan tingkah laku siswa hiperaktif menjadi siswa yang dapat berinteraksi sosial dengan baik, dan dapat meningkatkan hasil belajarnya di sekolah.

**Kata Kunci:** Strategi Guru, Siswa Hiperaktif, Metode *Self instruction*.

## PENDAHULUAN

Indonesia termasuk ke dalam negara yang memiliki kondisi wilayah yang beraneka ragam di setiap daerahnya. Hal ini dapat menyebabkan perilaku penduduk setiap daerah baik secara sosial maupun secara individual juga beraneka ragam. Pada masa sekarang ini sering terjadi permasalahan siswa hiperaktif dalam dunia pendidikan. Faktor penyebab siswa hiperaktif pun beraneka ragam bisa dari faktor gizi dan faktor genetik serta faktor pola asuh anak. Dari faktor gizi seperti anak terlalu banyak mengkonsumsi gula yang dapat menyebabkan anak menjadi terlalu aktif, adapun faktor genetik dapat disebabkan oleh turunan secara langsung dari kondisi orang tua anak, sedangkan dari faktor pola asuh anak dapat disebabkan karena kurangnya perhatian dan pendidikan ataupun fasilitas lainnya yang diberikan oleh orang tua kepada anak sehingga menyebabkan kegagalan atau keterhambatan dalam tumbuh kembang anak sehingga tidak menutup kemungkinan akan menyebabkan anak menjadi hiperaktif. Gejala yang ditunjukkan anak hiperaktif berbeda-beda sesuai dengan usianya, hal ini dikarenakan setiap usia mempunyai tingkat pertumbuhan masing-masing. Pada saat memasuki usia sekolah, gejala hiperaktif akan semakin terlihat dikarenakan pada masa ini akan terjadi interaksi sosial yang lebih luas dengan guru dan teman-teman di lingkungan sekolah (Maria Ulfa, 2016).

Salah satu permasalahan yang erat kaitannya dengan pendidikan di Indonesia adalah permasalahan siswa hiperaktif. Hiperaktif sendiri diartikan sebagai gangguan pemusatan perhatian yang disertai dengan tindakan yang berlebihan. Hal itu merupakan suatu keadaan dimana siswa hiperaktif memiliki masalah yang terletak pada pemusatan perhatian terhadap suatu kegiatan. Gangguan tersebut berawal dari masa kanak-kanak dan dapat berlanjut hingga ke masa mendatang apabila tidak segera mendapatkan penanganan yang tepat. Hal ini penting untuk diperhatikan, mengingat masa kanak-kanak adalah masa emas untuk belajar, yang artinya pada masa tersebut, anak akan lebih mudah dalam

mengingat apa yang telah dipelajarainya. Oleh karena itu gangguan pemusatan perhatian harus secepatnya diatasi agar pendidikan anak di masa yang akan datang menjadi lebih baik (Haris C.M., dan Graham, 2006)

Strategi yang efektif dapat memberikan pengaruh atau hasil yang baik dalam menangani permasalahan yang terjadi dalam proses belajar mengajar. Dengan penggunaan strategi yang tepat maka akan mempermudah kegiatan belajar mengajar sehingga dapat mencapai hasil yang optimal. Adapun strategi yang dapat digunakan oleh guru pengajar pada saat menghadapi siswa hiperaktif juga bermacam-macam. Salah satunya guru dapat menggunakan strategi berupa penempatan posisi tempat duduk siswa hiperaktif tidak di dekat jendela agar tidak mengganggu fokus siswa hiperaktif selama proses belajar. Pengawasan juga perlu dilakukan oleh guru selama kegiatan pembelajaran dengan tujuan siswa hiperaktif tidak asyik bermain pada saat jam belajar di dalam kelas. Tanpa penggunaan strategi yang tepat maka proses pembelajaran tidak akan efektif sehingga tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan akan sulit untuk dicapai. Strategi juga dapat diartikan sebagai sebuah tipe atau desain yang digunakan untuk memecahkan suatu permasalahan tertentu (Wina Sanjaya, 2006).

Selain menggunakan strategi pembelajaran, guru juga dapat mencari metode yang sesuai untuk digunakan dalam mengatasi siswa hiperaktif. Salah satu metode yang digunakan oleh guru di MI Nurul Islam Mirigambar yaitu metode *self instruction*, metode ini digunakan untuk melatih siswa hiperaktif dalam mengatur dirinya sendiri agar dapat memusatkan perhatian. Metode *self instruction* dapat diartikan sebagai teknik *self talk* atau kemampuan berbicara secara pribadi yang digunakan oleh siswa hiperaktif dengan tujuan untuk membantu meregulasi dirinya dan membina atau mengontrol perilaku menjadi positif sehingga siswa hiperaktif dapat menyesuaikan keadaan di lingkungan sekitarnya. Dengan begitu seiring berjalannya waktu metode *self instruction* diharapkan dapat memberikan dampak atau perubahan yang positif bagi perkembangan kognitif, afektif, maupun psikomotorik pada siswa hiperaktif. Metode *self instruction* dapat digunakan oleh guru pembimbing konseling di MI Nurul Islam Mirigambar untuk mengatasi permasalahan siswa hiperaktif (Thyagarajan, 2016).

Berdasarkan kajian atas beberapa penelitian terdahulu yang terkait (Sukmawan Rivinaldi, 2020; Yulianti, 2022; Evita Nur Chasanah, 2018) dalam menangani siswa hiperaktif, guru dituntut untuk sabar dan telaten serta kreatif dalam mencari strategi dan juga metode yang akan diterapkan. Pemilihan strategi dan metode yang tepat ialah yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan peserta didik selama kegiatan pembelajaran di sekolah. Pemilihan strategi dan metode yang tepat dimaksudkan agar guru dan peserta didik mampu mencapai keberhasilan dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi terutama dari permasalahan siswa hiperaktif itu sendiri di lingkungan sekolah. Dengan begitu permasalahan siswa hiperaktif dalam dunia pendidikan di negara Indonesia dapat segera tertangani dengan cepat dan maksimal.

Berangkat dari persoalan tersebut, perlu dilakukan kajian tentang *Strategi Guru dalam Mengatasi Gangguan Fokus Belajar Siswa Hiperaktif Menggunakan Metode Self instruction* dengan tujuan untuk mengetahui strategi guru dalam mengatasi permasalahan gangguan fokus belajar siswa hiperaktif serta dampaknya bagi siswa tersebut.

## METODE

Data primer pada penelitian ini meliputi gambaran umum lokasi penelitian, keadaan siswa hiperaktif, proses pelaksanaan metode *self instruction*, dan hasil dari pelaksanaan metode *self instruction* (Saifudin Azwar, 2004). Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga teknik, yaitu teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi (Gabriel Amin Silalahi, 2003).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Strategi Guru dalam Mendampingi Siswa dengan Gangguan Belajar*

Pemilihan strategi dalam pembelajaran dapat mempengaruhi hasil belajar dari peserta didik. Selain itu pemilihan strategi pembelajaran yang tepat akan mempermudah guru dan siswa dalam melaksanakan proses belajar itu sendiri yang berlangsung di sekolah. Di MI Nurul Islam memiliki karakteristik peserta didik yang bermacam-macam. Salah satunya yaitu adanya siswa hiperaktif. Guru di MI Nurul Islam menggunakan beberapa strategi pembelajaran dalam mengatasi permasalahan gangguan fokus belajar siswa hiperaktif.

Guru di MI Nurul Islam memberikan perhatian khusus kepada siswa hiperaktif ketika belajar di dalam kelas, guru juga memberikan pendampingan secara langsung dengan menunggu disamping siswa hiperaktif ketika sedang mengerjakan tugas, guru juga telah mengatur posisi tempat duduk siswa hiperaktif dengan cara menempatkan posisi tempat duduk siswa hiperaktif di depan meja guru agar guru lebih mudah dalam mengawasi siswa hiperaktif selama proses pembelajaran di dalam kelas. Guru telah berusaha semaksimal mungkin dalam mendidik siswa-siswanya, terutama siswa hiperaktif yang dalam penanganannya membutuhkan waktu dan tenaga yang lebih dari pada menangani siswa pada umumnya.

Kendala-kendala yang terjadi selama proses pembelajaran di dalam maupun di luar kelas adalah sesuatu yang biasa ditemui di lingkungan sekolah. Dengan adanya kendala tersebut, maka guru dituntut untuk kreatif dan mencari strategi yang tepat agar dapat mengatasi permasalahan yang terjadi selama proses belajar di dalam maupun di luar kelas. Mengingat siswa hiperaktif memiliki tantangan tersendiri dalam penanganannya, karena siswa hiperaktif cenderung sulit diatur. Salah satu hal yang menyebabkan siswa hiperaktif cenderung sulit untuk di atur adalah karena siswa hiperaktif memiliki karakter impulsif atau bertindak sesuai dengan kehendak dan kemauannya sendiri. Hal tersebut menyebabkan siswa hiperaktif sering melakukan kesalahan baik dengan dirinya sendiri atau pada saat sedang berinteraksi dengan teman sebayanya. Dengan begitu seringkali siswa hiperaktif dijauhi oleh teman-temannya dan tidak diterima di lingkungan sosialnya.



**Gambar Guru Melakukan Pemantauan dan Mengecek Meja Belajar Siswa Hiperaktif.**

Dalam menangani siswa hiperaktif membutuhkan perhatian yang lebih atau ekstra terutama pada saat pembelajaran di dalam kelas, karena apabila siswa hiperaktif tidak diperhatikan secara langsung oleh gurunya maka siswa tersebut akan mengalami kegagalan dalam hal belajar di sekolah. Kegagalan tersebut apabila tidak segera ditangani maka akan terus berlanjut ke jenjang berikutnya. Oleh karena itu guru sebagai tenaga pendidik atau pengajar dituntut untuk mendampingi seluruh siswa di kelasnya tanpa membeda-bedakan terutama kepada siswa hiperaktif. Sebagai seorang guru yang baik dalam menjalankan tugasnya di sekolah adalah perlu untuk memahami karakter, kebutuhan, dan masalah yang terjadi pada peserta didiknya. Hal tersebut dilakukan dengan maksud agar dalam menjalankan proses belajar di kelas, seluruh peserta didik dapat mengikuti dengan baik dan tidak menimbulkan hal-hal yang menyebabkan kendala seperti ditemukan siswa yang melamun pada saat jam belajar sedang berlangsung, dan siswa yang gaduh dan berbuat keributan di dalam kelas. Sehingga dengan upaya-upaya tersebut dapat meminimalisir terjadinya gangguan selama proses pembelajaran.

Selain memberikan pengawasan dan juga pendampingan kepada siswa hiperaktif, guru di MI Nurul Islam Mirigambar Sumbergempol Tulungagung juga menerapkan strategi dengan tidak menempatkan posisi tempat duduk siswa hiperaktif di dekat jendela, karena dapat mengganggu konsentrasinya, dengan begitu guru menempatkan bangku siswa hiperaktif di tengah atau beris depan. Dengan begitu guru akan mudah dalam memantau siswa hiperaktif.

Hal tersebut selaras dengan pendapat Setyawan bahwa dalam memahami perintah yang diberikan, siswa hiperaktif lebih mudah terpengaruh oleh perintah lain yang tidak berhubungan dengan proses pembelajaran di dalam kelas (Setyawan A.B., 2015). Dengan begitu guru perlu memberikan pengawasan yang ekstra dan pendampingan selama kegiatan pembelajaran berlangsung kepada siswa hiperaktif. Hal tersebut selaras dengan skripsi yang ditulis oleh Helda Fitriyani Herdayanti yang berjudul *Strategi Pembelajaran Anak ADHD Di MI SeKecamatan Banjarmasin Timur* dalam skripsi tersebut Helda mengemukakan bahwa terdapat beberapa strategi yang digunakan dalam pembelajaran siswa hiperaktif di dalam kelas yaitu yang pertama adalah tatap muka, yang kedua adalah guru berulang kali menjelaskan materi dan memberikan contoh secara langsung dari gambar, dan yang ketiga adalah strategi tongkat bicara. Strategi ini digunakan ketika anak dengan ADHD sudah mulai kehilangan kemampuan untuk fokus belajar (Helda F.H., 2021).

### *Penerapan Metode Self instruction dalam Mengatasi Gangguan Fokus Belajar Siswa*

Gangguan dalam fokus belajar yang dialami oleh siswa hiperaktif dapat ditangani dengan menggunakan teknik ataupun metode yang sesuai dengan permasalahan tersebut. Penggunaan jenis metode yang dirasa sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh guru bimbingan konseling di MI Nurul Islam pada saat ini adalah metode *self instruction*. Adapun metode yang digunakan oleh guru di MI Nurul Islam untuk mengatasi gangguan fokus belajar siswa hiperaktif adalah dengan menggunakan metode *self instruction*. Metode ini dipilih oleh guru bimbingan konseling dengan alasan bahwa metode ini sesuai dengan karakteristik peserta didik yang hiperaktif di madrasah tersebut. Sehingga cocok untuk diterapkan dalam menangani permasalahan siswa hiperaktif. Adapun langkah-langkah yang dilakukan oleh guru di MI Nurul Islam dalam melaksanakan metode *self instruction* adalah sebagai berikut:



**Gambar 4.4.** Guru Melakukan Pendekatan dengan Siswa Hiperaktif melalui Interaksi dan Komunikasi.

Siswa hiperaktif memiliki karakter yang bisa dikatakan sulit untuk diatur. Dalam hal bersosialisasi dengan teman-temannya mereka masih belum mampu melaksanakannya dengan baik, mereka masih suka mengganggu teman-temannya ketika sedang belajar ataupun ketika bermain di luar kelas. Dalam pemikiran siswa hiperaktif mereka masih asyik dengan dunianya sendiri dan kurang memperhatikan lingkungan sekitarnya. Dilihat dari bidang akademiknya siswa hiperaktif juga sering tertinggal pelajaran dengan teman-teman lainnya atau pada saat mengerjakan tugas. Hal itu disebabkan oleh kurangnya nasihat, motivasi, dan minat belajar siswa hiperaktif di MI Nurul Islam. Oleh karena itu dalam mengatasi permasalahan tersebut guru di MI Nurul Islam menggunakan metode *self instruction* dalam mengatasi siswa hiperaktif.

Guru bimbingan konseling memberikan *treatment* atau perhatian kepada siswa hiperaktif melalui metode *self instruction*, langkah selanjutnya dilakukan oleh guru bimbingan konseling di MI Nurul Islam adalah melakukan pemantauan terhadap kegiatan atau aktifitas yang dilakukan oleh siswa hiperaktif. Dari hasil pelaksanaan metode *self instruction* akan dapat dilihat apakah metode tersebut berhasil atau tidak ialah dengan melakukan pemantauan tersebut. Setelah itu

guru bimbingan konseling dapat melakukan evaluasi mengenai metode yang telah digunakan.

Berdasarkan hasil pemaparan data di atas, penerapan metode *self instruction* dalam mengatasi siswa hiperaktif di MI Nurul Islam Mirigambar Sumbergempol melibatkan beberapa langkah penting. Pertama, guru melakukan pendekatan dengan peserta didik untuk membangun hubungan yang baik dan memahami kondisi mereka. Kedua, setelah pendekatan dirasa cukup, guru memberikan nasihat dan motivasi yang dapat memunculkan semangat dan dorongan bagi siswa hiperaktif untuk berusaha berubah menjadi lebih baik. Ketiga, setelah treatment dilaksanakan, guru melakukan pengawasan dan evaluasi terhadap perkembangan siswa hiperaktif. Hal ini sejalan dengan pendapat Mingkala dan Haris (2021) yang menyatakan bahwa mendidik siswa hiperaktif memerlukan pendekatan yang berbeda dengan mendidik anak-anak pada umumnya.

Hasil penelitian di atas menguatkan penelitian yang ditulis oleh Muhammad Tri Wahyudi dan Nurjanah yang berjudul *Strategi Bimbingan Konseling untuk mengatasi Hiperaktif pada Anak Usia Dini di RA Masyithoh XV Pangenjurutengah Purworejo* yang mengemukakan bahwa pelaksanaan bimbingan konseling menjadi hal yang penting dalam mengatasi dan membantu mengatur siswa hiperaktif. Konseling individu berfokus pada siswa hiperaktif yang membutuhkan dukungan tambahan, lalu membantu siswa hiperaktif dalam mengatasi permasalahan pada dirinya sendiri, membantu mengendalikan emosi, dan juga meningkatkan rasa percaya pada diri siswa hiperaktif. Pemahaman yang baik mengenai faktor-faktor apa saja yang menyebabkan perilaku hiperaktif akan membantu dalam merencanakan langkah penyelesaian yang tepat. Selain itu memberikan edukasi atau bimbingan kepada orang tua tentang anak yang mengalami perilaku hiperaktif dapat membantu para orang tua dalam memahami kondisi dan perkembangan anak dengan lebih baik. Orang tua perlu diberikan wawasan dan informasi yang valid mengenai gejala, penyebab, dan cara pengelolaan hiperaktivitas sehingga permasalahan anak hiperaktif dapat ditangani secepatnya dan tidak berlarut-larut (M. Wahyudi dan Nurjanah, 2023).

Berdasarkan dari hasil pembahasan di atas maka dapat diketahui bahwa guru konseling di MI Nurul Islam memahami bahwa dalam menerapkan metode *self instruction* diperlukan proses antara guru dan siswa dalam mencari solusi dari permasalahan siswa hiperaktif yang mempunyai faktor atau penyebab yang berbeda-beda pada setiap individu. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi agar guru lebih memperhatikan perkembangan dan kebutuhan peserta didiknya, terutama siswa hiperaktif yaitu dengan mencari strategi dan menerapkan metode yang sesuai dengan kondisi siswa dan kelas dalam kegiatan belajar mengajar antara guru dan siswa terutama siswa hiperaktif.

#### *Dampak dari Penerapan Metode Self instruction dalam Mengatasi Siswa Hiperaktif*

Penerapan metode *self instruction* yang dilakukan secara rutin oleh guru di madrasah ibtidaiyah Nurul Islam dapat menimbulkan pengaruh atau dampak yang positif bagi peserta didik terutama bagi siswa hiperaktif itu sendiri. Mengingat



siswa hiperaktif merupakan siswa yang membutuhkan perhatian lebih dari orang-orang di sekelilingnya. Beda halnya dengan pada saat siswa hiperaktif berada di rumah, mereka akan cenderung mencari perhatian kepada orang tuanya atau kepada anggota keluarganya. Pada saat siswa hiperaktif berada di lingkungan sekolah mereka akan mencari perhatian dengan guru atau dengan teman sebayanya. Apabila dengan teman sebayanya mereka akan sering mengganggu dan berbuat jahil dengan teman-temannya. Hal inilah yang menyebabkan siswa hiperaktif sering ditolak di lingkungan sosialnya. Apabila siswa hiperaktif sedang mencari perhatian dengan gurunya mereka akan berbuat gaduh di kelas dengan tujuan guru akan menegurnya dan memperhatikannya.

Perubahan tingkah laku siswa hiperaktif membutuhkan proses dan tidak secara langsung akan terlihat perubahannya, apalagi jika guru bimbingan konseling di madrasah tersebut sedang menghadapi siswa hiperaktif yang masih berada di kelas rendah tentu akan lebih membutuhkan waktu yang lebih lama dari pada menghadapi permasalahan siswa hiperaktif pada siswa kelas tinggi. Namun hal tersebut tidak menutup kemungkinan akan memerlukan waktu yang lebih singkat jika metode tersebut diterapkan secara rutin oleh guru pembimbing konseling. Siswa hiperaktif yang memperoleh perhatian yang cukup dan berada di lingkungan yang baik maka tidak menutup kemungkinan akan menimbulkan perubahan atau dampak yang positif dari waktu ke waktu. Oleh karena itu siswa hiperaktif tidak bisa disebut dengan siswa berkebutuhan khusus melainkan hiperaktif itu sendiri ialah semacam gangguan yang mempengaruhi pola pemikiran siswa tersebut, yang menyebabkan siswa menjadi berperilaku aktif secara berlebihan, dan sulit untuk diatur, serta kurang mampu memusatkan perhatian atau konsentrasi. Hal itu jika tidak segera dicarikan solusinya maka akan mempengaruhi prestasi akademik dan non akademik atau hasil belajar siswa. Sehingga diharapkan dengan penggunaan metode *self instruction* guru konseling dapat meringankan beban pada siswa hiperaktif.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Martin dan Fear mengemukakan bahwa teknik *self instruction* dapat membantu seorang individu untuk mampu dalam mengontrol diri dan bertindak atau melakukan toleransi yang sesuai dengan kondisi yang tidak sesuai dengan dirinya melalui pembicaraan dengan diri sendiri (*self talk*). Dari beberapa hasil penelitian lainnya membuktikan bahwa teknik *self instruction* dapat membantu seseorang atau individu bersikap tenang dan mampu mengendalikan dirinya meski dalam keadaan yang tidak nyaman (Martin Dan Fear, 2005).

Berdasarkan paparan data dan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *self instruction* dalam mengatasi siswa hiperaktif di MI Nurul Islam Mirigambar Sumbergempol memberikan dampak positif. Siswa mampu menunjukkan perubahan positif sedikit demi sedikit dalam tingkah laku maupun pergaulan dengan teman lainnya. Selain itu, dalam bidang akademik, siswa telah menunjukkan perkembangan yang signifikan dalam belajar, yang dibuktikan dengan nilai ujian yang tidak ada yang berada di bawah KKM.

Guru perlu memberikan pengawasan yang ekstra dan pendampingan selama kegiatan pembelajaran berlangsung kepada siswa hiperaktif. Terdapat beberapa strategi yang digunakan dalam pembelajaran siswa hiperaktif di dalam kelas yaitu yang pertama adalah tatap muka, yang kedua adalah guru berulang



kali menjelaskan materi dan memberikan contoh secara langsung dari gambar, dan yang ketiga adalah strategi tongkat bicara. Strategi ini digunakan ketika anak dengan ADHD sudah mulai kehilangan kemampuan untuk fokus belajar (Helda F.H., 2021).

Penerapan metode *self instruction* yaitu dengan cara guru pembimbing melakukan dialog secara pribadi dengan siswa hiperaktif. Siswa tersebut diajarkan untuk melakukan dan mendalami tentang pemikirannya sendiri kemudian guru pembimbing konsling akan memberikan instruksi atau regulasi hingga siswa tersebut dapat termotivasi untuk melakukan perubahan pola pikir dan siswa tersebut mampu mengontrol dirinya sendiri. Metode self instruction dipercaya oleh guru konsling di MI Nurul Islam sebagai metod yang efektif untuk diterapkan kepada siswa hiperaktif karena sesuai dengan karakter siswa hiperaktif yang cenderung menginginkan perhatian yang lebih oleh gurunya dan membutuhkan banyak dukungan agar mereka termotivasi untuk memperbaiki dirinya. Siswa yang sudah termotivasi untuk memerintah dirinya sendiri untuk fokus pada sesuatu yang dianggap penting maka siswa tersebut akan mampu mengontrol dirinya sendiri dengan begitu akan berdampak baik pada masa depan siswa (Thyagarajan, 2016).

Metode *self instruction* yang dilakukan secara rutin antara guru dan siswa hiperaktif dapat dampak yang positif bagi siswa hiperaktif secara perlahan dari waktu ke waktu. Dampak positif yang ditunjukkan dapat berupa perubahan tingkah laku yang sebelumnya tidak baik menjadi baik. Hal tersebut dapat diketahui dengan pengamatan perilaku sehari-hari siswa hiperaktif selama di sekolah. Penilaian yang mencakup pada karakter pada siswa hiperaktif dapat dilakukan secara langsung oleh guru pengajar maupun guru konseling baik di dalam maupun di luar kelas. Dalam penilaian karakter meliputi aspek religius, tingkah laku, dan sopan santun kepada guru dan teman sebayanya serta orang lain selama siswa berada di lingkungan sekolah. Pemahaman tentang nilai karakter akan tercemin oleh sikapnya, oleh karenanya itu guru tidak bisa mengambil nilai hanya pada saat siswa berada di dalam kelas (Oman Fathurohman, 2023).

## SIMPULAN

Penerapan metode *self instruction* dengan maksud mengatasi permasalahan siswa hiperaktif terdapat tiga langkah dalam penerapan metode yang digunakan oleh guru di MI Nurul Islam, adapun metode tersebut yaitu guru melakukan pendekatan dengan peserta didik. Setelah pendekatan dirasa cukup, guru mulai memberikan nasihat dan motivasi-motivasi yang dapat memunculkan semangat dan dorongan kepada siswa hiperaktif untuk mau berusaha berubah menjadi pribadi yang lebih baik. Setelah treatment sudah dilaksanakan selanjutnya guru melakukan pengawasan kepada siswa hiperaktif dan melakukan evaluasi. Dampak yang ditunjukkan setelah mempraktikkan metode *self instruction* oleh guru di MI Nurul Islam yang ditujukan kepada siswa hiperaktif adalah sebagai berikut yang pertama siswa mampu menunjukkan perubahan positif sedikit demi sedikit dalam tingkah laku maupun pergaulan dengan teman lainnya di lingkungan sekolah, yang kedua dalam bidang akademiknya siswa hiperaktif dapat menunjukkan perkembangannya dalam belajar dibuktikan dengan nilai ujian tidak ada yang berada di bawah KKM sehingga dapat dikatakan berhasil dalam

menggapai prestasinya, yang ketiga siswa hiperaktif dapat berinteraksi secara baik dengan guru maupun teman sebayanya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Evita Nur Chasanah. 2018. *Peran Konselor dalam Mengatasi Siswa yang Hiperaktif Melalui Pendekatan Behavioral dengan Konseling Individual*. Surakarta: Repository Universitas Slamet Riyadi.
- Gabriel Amin Silalahi. 2003. *Metode Penelitian dan Studi Kasus*. Sidoarjo: CV Citra Media. 57.
- Haris, C. M., Graham, P. 2006. *Cognitive Behavioral Treatment in Children With Attention Deficit Hyperactivity Disorder*. *Revista de Psicologia: Universitas de Antioquia*. 6, no. 2.
- Helda Fitriyani Herdayanti. 2021. *Strategi Pembelajaran Anak ADHD Di MI SeKecamatan Banjarmasin Timur*. Banjarmasin: Repository UIN Palu.
- Maria Ulfa. 2015. *Beragam Gangguan Paling Sering Menyerang Anak*, Yogyakarta: Flash Book. 104-106.
- Mingkala, Haria. 2021. Pendampingan Peran Guru Dan Orang Tua Dalam Mendidik Anak Hiperaktif Serta Cara Menangani Anak Hiperaktif. *Dikmas: Jurnal Pendidikan Masyarakat dan Pengabdian 1*.
- Muhammad Wahyudi dan Nurjanah. 2023. Strategi Bimbingan Konseling untuk mengatasi Hiperaktif pada Anak Usia Dini di RA Masyithoh XV Pangenjurutengah Purworejo. Purworejo: *Abna: journal of islamic early childhood education*, 4 no. 1, 26.
- Oman Fathurohman. 2023. Membentuk Karakter Unggul di Sekolah Inklusif: Studi Kasus Strategi Guru di SD Peradaban Cilegon. Banten: *Jurnal Ibriez: Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, 8, no. 2, 168.
- Saifudin Azwar. 2004. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset. 91
- Saryono. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Nuha Medika. 9.
- Setyawan, AB. 2015. *Aspek Neurologis: Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*. Surabaya: Fakultas Kedokteran
- Sukmawan Rivanaldi. 2020. *Keterampilan Guru Dalam mengatasi Siswa Hiperaktif di Kelas VA SDN 55/1 Sridadi*, Jambi: Repository UNJA.
- Thyagarajan. 2016. A Case Study Using Cognitive Behavioral Therapy Management of ADHD, India: *The International Journal of Indian*. 3, no. 8.

- Yuliati. 2022. *Teknik Guru Menangani Anak Hiperaktif (Studi Kasus di Kelas III SDN 2 Jonggrangan Klaten Tahun Pelajaran 2021/2022)*. Klaten: Repository Uwindha.
- Wina Sanjaya. 2006. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.

