

BAB II. GPPH (GANGGUAN PEMUSATAN PERHATIAN DISERTAI HIPERAKTIF) & OPINI MASYARAKAT

II.1. Definisi Kesehatan Mental

Dalam era digital ini masyarakat sudah mulai mengkhawatirkan mengenai kesehatan mental diri sendiri maupun orang lain. Menurut *World Health Organization* (2018) kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan serta di komunitasnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental merupakan kondisi yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Kesehatan mental dapat memengaruhi secara prestasi sekaligus dalam kegiatan sosial dalam kehidupan.

Kemudian ada faktor yang mempengaruhi bagi kesehatan mental menurut WHO (*World Health Organization*) faktor sosial, psikologis, dan biologis menentukan tingkat kesehatan mental seseorang pada setiap titik waktu. Tekanan secara sosial dan ekonomi serta kekerasan dapat mempengaruhi tingkat kesehatan seseorang. Perubahan sosial yang cepat, faktor psikologis dan kepribadian tertentu dapat membuat kesehatan mental semakin memburuk. Orang dengan kesehatan mental yang buruk akan rentan terhadap masalah kesehatan mentalnya.

Di Indonesia kesehatan mental masih dianggap sebagai hal yang tabu untuk diterima di masyarakat. Menurut Lestari & Wardhania (seperti dikutip oleh Rachmayani & Kurniawati) adanya stigma negatif dari masyarakat terkait dengan menjalani pengobatan ke psikolog atau psikiater, seperti pemberian label “sakit jiwa”, “gila” yang berakibat diasingkan atau dijauhi oleh lingkungan di sekitarnya, bahkan menghambat proses penyembuhan bagi penderita. Maka dari itu kesehatan mental memiliki faktor yang sangat penting bagi perkembangan dari waktu ke waktu. Faktor secara sosial, dan psikologis merupakan hal yang dapat membantu bagi seseorang yang memiliki gangguan kesehatan mental.

II.1.1 Jenis Gangguan Kesehatan Mental Pada Anak Usia Dini

Gangguan kesehatan mental diakibatkan oleh banyak faktor dari mulai sosial, psikologis dan juga biologis. Gangguan kesehatan mental ini memiliki banyak jenis atau tipe berbeda yang dapat dialami oleh manusia. Sehingga gangguan kesehatan mental dapat dialami oleh orang dewasa dan juga oleh anak usia dini. Menurut Rachaman (2019) ada beberapa tipe berbeda dari gangguan mental yang dapat memengaruhi anak dan remaja, diantaranya adalah:

- Gangguan kecemasan, gangguan kecemasan merupakan kondisi dimana anak yang menderita gangguan kecemasan akan merespons situasi dengan ketakutan yang membuat detak jantung berdetak cepat dan berkeringat.
- Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD), penderita ADHD pada umumnya memiliki masalah dalam berkonsentrasi, mudah bosan dan bersikap impulsif (bertindak semaunya tidak memikirkan resiko).
- Gangguan perilaku disruptif, mental yang memiliki kecenderungan untuk melanggar sebuah aturan dan memiliki sifat disruptif (mengganggu atau mengacaukan) dalam lingkungan yang terstruktur, seperti sekolah.
- Gangguan perkembangan pervasif, gangguan pada anak yang mengalami kebingungan dalam pikiran mereka dan umumnya memiliki masalah untuk memahami dunia di sekeliling mereka.
- Gangguan makan, gangguan yang melibatkan emosi dan sikap yang intens pada anak sehingga dapat memiliki kecenderungan memiliki masalah berat badan.
- Gangguan eliminasi, gangguan yang mempengaruhi perilaku anak-anak dalam hal penggunaan kamar mandi.
- Gangguan belajar dan komunikasi, anak-anak dengan gangguan belajar dan komunikasi memiliki masalah dalam menyimpan dan memproses informasi, serta memiliki masalah dalam menyampaikan pikiran dan ide mereka.
- Gangguan afektif (mood), gangguan yang melibatkan perubahan mood secara cepat yang terus menerus terjadi, termasuk depresi dan gangguan bipolar.

- Skizofrenia, merupakan gangguan yang melibatkan pikiran dan persepsi menjadi terdistorsi, sehingga penderita tidak bisa membedakan sesuatu yang nyata atau tidak.
- Gangguan Tic, gangguan Tic menyebabkan penderita melakukan suatu gerakan atau suara secara tiba-tiba, berulang, tidak disengaja, dan seringkali tanpa tujuan.
- Gangguan spektrum autisme (GSA), gangguan spektrum autisme merupakan salah satu gangguan mental pada anak yang terjadi akibat kelainan otak yang dapat mempengaruhi pada kemampuan komunikasi dan interaksi sosial.

Dari jenis atau tipe gangguan kesehatan mental diatas bahwa semua gangguan kesehatan mental tersebut sangat berpengaruh bagi kehidupan sehari-hari bagi anak. Pengaruh yang didapat adalah anak cenderung tidak bisa mengontrol dirinya yang membuat aktifitas anak terganggu dalam kegiatan sehari-hari salah satunya adalah ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) atau GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian Disertai Hiperaktif).

II.2. Definisi GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian Disertai Hiperaktif)

GPPH merupakan kepanjangan dari (Gangguan Pemusatan Perhatian Disertai Hiperaktif) atau dalam bahasa Inggris (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) merupakan gangguan mental yang membuat anak kesulitan dalam belajar, berperilaku, dan sosial yang saling berkaitan. Menurut Nuning (2017) anak ADHD yaitu anak yang mengalami gangguan konsentrasi untuk menerima pelajaran dari gurunya, terutama ketidakmampuan untuk memfokuskan dan menjaga perhatiannya pada satu hal. Kemudian menurut DSM-IV-TR (seperti dikutip oleh Narti, 2017, h.82) simtom-simtom ADHD bervariasi yaitu:

- Tipe Predominan Inatentif: anak-anak yang masalah utamanya adalah rendahnya konsentrasi.
- Tipe Predominan Hiperaktif-Impulsif: anak-anak yang masalah utamanya diakibatkan perilaku hiperaktif-impulsif.

- Tipe Kombinasi: anak-anak yang mengalami kedua rangkaian masalah di atas.

Dari ketiga simptom tersebut bahwa anak memang memiliki kerendahan dalam konsentrasi yang membuat anak lebih sering melakukan aktifitas yang multitasking. Sulitnya anak terhadap konsentrasi ini dapat membuat anak kesulitan dalam hal prestasi atau pendidikannya. Kebiasaan ini dapat memengaruhi hingga anak menjadi dewasa yang dapat membuat pekerjaan-pekerjaan sulit untuk terselesaikan. Kemudian sikap hiperaktif ini juga dapat membuat anak muda berpindah dari kegiatan satu ke kegiatan yang lainnya sehingga anak sulit untuk diatur dan cenderung melakukan hal-hal yang anak mau lakukan saja.

II.2.1. Gejala GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian Disertai Hiperaktif)

Gejala pada Gangguan Pemusatan Perhatian disertai Hiperaktivitas (GPPH) atau anak dengan ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) dimana anak sulit untuk memusatkan perhatian, serta menunjukkan perilaku hiperaktif dan impulsif. Kriteria diagnostik ADHD menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5) (American Psychiatric Association, 2013) adalah pola terus-menerus dari kurangnya perhatian dan atau hiperaktif-impulsif yang mengganggu fungsi atau perkembangan. (seperti dikutip oleh Yunias Setiawan, 2020).

Jadi Gejala ini dapat mengganggu dalam prestasi anak dan interaksi sosial dengan anak-anak lainnya. Berikut ini adalah gejala-gejala GPPH pada anak usia dini :

1. Sulit atau kurangnya memusatkan perhatian

Gejala ini membuat anak sulit fokus terhadap satu hal atau arahan dari orang lain maupun guru.

- Sering gagal untuk memberikan perhatian dengan rinci atau membuat kesalahan ceroboh di sekolah.
- Sering mengalami kesulitan mempertahankan perhatian dalam tugas-tugas atau kegiatan bermain.

- Sering terlihat seperti tidak mendengarkan pembicaraan atau arahan, bahkan ketika diajak berbicara langsung.
- Sering tidak menindaklanjuti intruksi dan gagal untuk menyelesaikan tugas
- Sering kesulitan mengatur tugas dan kegiatan.
- Sering menghindari, tidak menyukai, atau enggan untuk terlibat dalam tugas-tugas yang membutuhkan usaha mental berkelanjutan.
- Sering kehilangan barang-barang yang diperlukan sehari-hari untuk tugas-tugas atau kegiatan.
- Sering mudah terganggu oleh rangsangan asing
- Sering pelupa dalam aktivitas sehari-hari.

2. Perilaku hiperaktif dan impulsif

Gejala ini membuat anak sulit untuk fokus dalam suatu kegiatan.

- Sering gelisah dengan mengetuk tangan atau kaki.
- Sering meninggalkan kursi dalam situasi ketika diharapkan untuk duduk.
- Sering berlari atau memanjat dalam situasi di mana itu tidak pada waktu yang seharusnya.
- Sering tidak dapat bermain atau melakukan kegiatan rekreasi dengan tenang.
- Sering berbicara berlebihan.
- Sering mengeluarkan jawaban sebelum sebuah pertanyaan selesai.
- Sering mengalami kesulitan menunggu gilirannya.
- Sering menyela atau mengganggu orang lain.

Gejala-gejala yang dialami oleh anak yang menderita GPPH ini dapat mengganggu hal sosial, prestasi atau pendidikan dan mengganggu orang disekitarnya. Gejala-gejala ini masih bisa diatasi dengan bantuan orang tua yang harus selalu memberikan perhatian khusus terhadap anak.

II.2.2. Faktor Penyebab GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian Disertai Hiperaktif)

Faktor penyebab kesehatan mental anak yang mengalami GPPH bisa disebabkan oleh faktor dari lingkungan maupun faktor secara biologis yang merupakan genetik atau keturunan dari orang tua. Menurut Tjin (2019) penyebab ADHD belum diketahui dengan pasti, tetapi sejumlah penelitian menunjukkan bahwa ADHD dapat terjadi akibat kombinasi dari beberapa faktor berikut:

- Keturunan atau faktor genetik, yaitu memiliki ibu, ayah, atau saudara dengan GPPH atau gangguan mental lain.
- Kelahiran prematur, yaitu lahir sebelum usia kehamilan 37 minggu.
- Kelainan pada struktur atau fungsi otak.
- Kerusakan otak sewaktu dalam kandungan.
- Ibu menggunakan NAPZA, mengonsumsi minuman beralkohol, atau merokok selama masa kehamilan.
- Ibu mengalami stres sewaktu hamil.
- Paparan racun dari lingkungan sewaktu masa kanak-kanak, misalnya paparan timbal dari cat.

II.2.3. Penanganan GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian Disertai Hiperaktif)

Penanganan penderita GPPH dapat melalui penanganan obat-obatan dan juga dengan penanganan melalui psikoterapi. Penggunaan obat-obatan yang digunakan pada penderita GPPH adalah *methyphenidate*. *Methyphenidate* merupakan obat yang bekerja dengan cara menyeimbangkan senyawa kimia pada otak yang bisa meredakan gejala GPPH. Penggunaan obat-obatan tersebut masih harus diawasi oleh dokter maka dari itu psikoterapi merupakan salah satu cara yang lebih aman. Menurut Tjin (2019) jenis psikoterapi yang bisa diterapkan pada penderita GPPH :

- Terapi perilaku kognitif atau cognitive behavioural therapy (CBT), terapi perilaku kognitif akan membantu penderita GPPH untuk mengubah pola pikir dan perilaku saat menghadapi masalah atau situasi tertentu.

- Terapi psikoedukasi, penderita GPPH akan diajak untuk berbagi cerita dalam terapi ini, misalnya kesulitan mereka dalam mengatasi gejala-gejala GPPH. Dari terapi ini, diharapkan penderita dapat menemukan cara yang paling sesuai baginya untuk mengatasi gejala tersebut.
- Pelatihan interaksi sosial, jenis terapi ini dapat membantu penderita GPPH untuk memahami perilaku sosial yang layak dalam situasi tertentu.

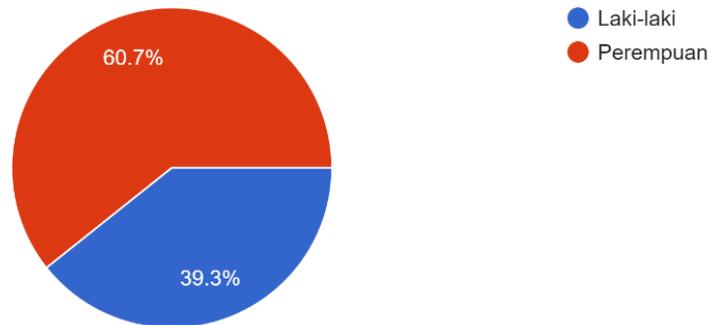
Peran orang tua dan orang-orang disekitarnya sangat berperan penting dalam mengasuh anak-anak yang menderita GPPH. Orang tua dan guru harus bisa mempelajari dan menangani bagaimana agar anak bisa termotivasi dengan memberikan pujian dan memberikan aktivitas yang sesuai dengan kemampuan anak.

II.3 Opini Masyarakat Terkait GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian Disertai Hiperaktif)

Untuk mengetahui mengenai opini masyarakat terkait GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian disertai Hiperaktif) dengan melakukan salah satu cara menggunakan sebuah kuesioner.

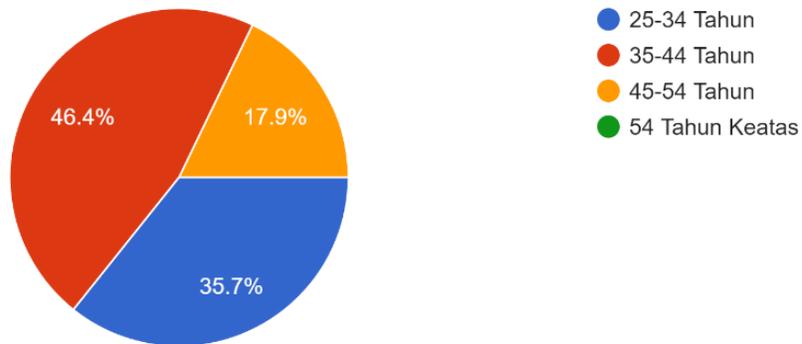
Menurut Suyanto dan Sutinah (Seperti dikutip Eko Nugroho, 2018) Kuesioner berisi daftar pertanyaan terstruktur dengan alternatif jawaban yang tersedia, sehingga responden tinggal memilih jawaban sesuai dengan aspirasi, persepsi, sikap, keadaan, atau pendapat pribadinya. Kuesioner disebar secara daring melalui Google Form kepada masyarakat, orang tua dan juga beberapa guru. Tujuan dari kuesioner ini untuk mengetahui pengetahuan orang tua dan guru mengenai gangguan kesehatan mental ADHD. Hasil dari kuesioner yang sudah dilakukan secara daring adalah sebagai berikut :

Kuesioner ini hampir diisi semua oleh responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 60,7% dan 39,3% oleh laki-laki.



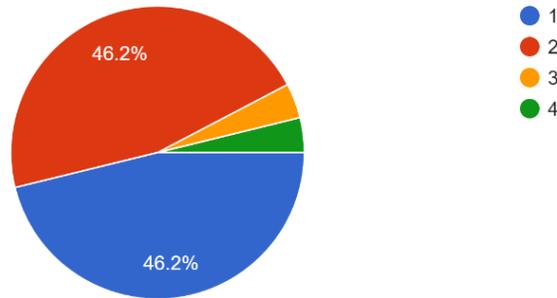
Gambar II.1 Jenis Kelamin Responden
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Usia rata-rata dari responden sekitar 46,4% berusia 35-44 tahun, 35,7% berusia 25-34 tahun, 17,9% 45-54 tahun.



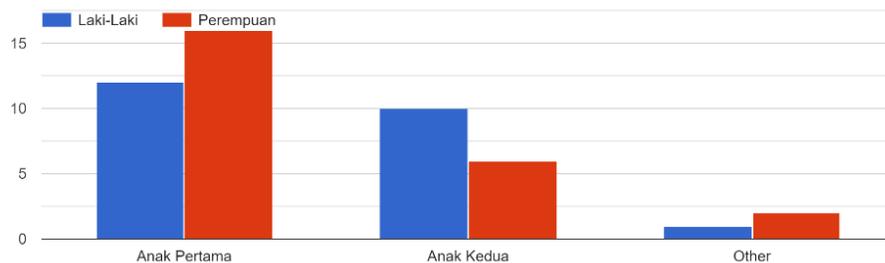
Gambar II.2 Jenis Usia Responden
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Jumlah anak dari responden banyak yang memiliki dua anak sebanyak 46,2%, 46,2% responden dengan satu anak, responden yang memiliki anak 3 dan 4 dengan total 7,6%.



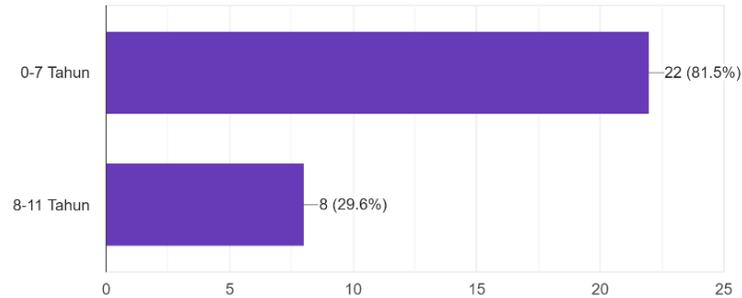
Gambar II.3 Jumlah Anak Responden
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Jenis kelamin yang dimiliki oleh responden dari anak pertama dengan jenis kelamin laki-laki 12 dan juga perempuan 16. Anak kedua dengan jenis kelamin laki-laki 10 anak dan 6 anak perempuan. Kemudian Anak ke tiga maupun ke empat dengan jenis kelamin laki-laki 1 dan 2 anak perempuan.



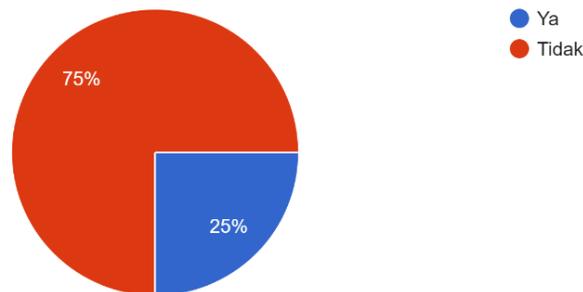
Gambar II.4 Jenis Kelamin Anak Responden
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Usia rata-rata anak yang memiliki anak dengan usia 0-7 tahun berkisar 81,5% dan juga usia 8-11 tahun berkisar 29,6%. Usia anak yang dimiliki oleh responden sesuai dengan kebutuhan dari penelitian ini dimana anak dengan gangguan kesehatan mental GPPH berkisar di usia tersebut.



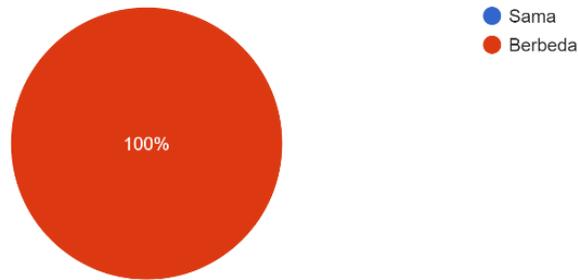
Gambar II.5 Usia Anak Responden
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Pertanyaan pertama kuesioner mengenai pengetahuan mengenai GPPH. Hasil jawaban yang diperoleh dari responden menyatakan 25% mengetahui apa itu GPPH dan hampir jawaban dari responden ini adalah guru PAUD, kemudian 75% menyatakan bahwa responden tidak mengetahui apa itu GPPH responden yang tidak mengetahui ini adalah orangtua.



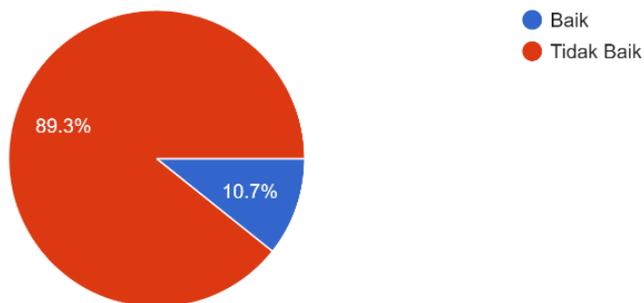
Gambar II.6 Pertanyaan Mengenai GPPH
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Dari seluruh responden yang didapat semuanya bersepakat bahwa anak yang aktif dan anak yang memiliki gangguan kesehatan mental GPPH sangat berbeda.



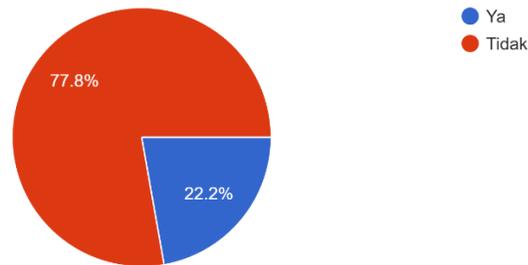
Gambar II.7 Perbedaan Anak Aktif dan GPPH
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Dari semua responden mengenai anak yang memiliki gangguan kesehatan mental GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian Disertai Hiperaktif) 89,3% menjawab tidak baik dan juga 10,7% mengatakan bahwa anak yang memiliki gangguan kesehatan mental GPPH adalah baik.



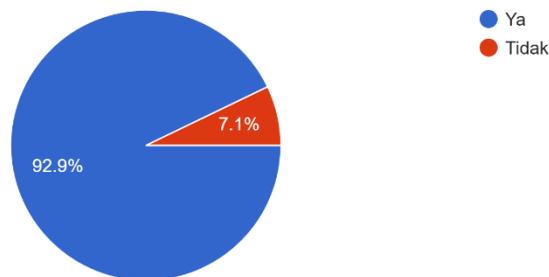
Gambar II.8 Baik atau Tidak Baik Anak GPPH
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Kemudian pertanyaan mengenai kesiapan orang tua dalam menghadapi anak GPPH dan ada anak GPPH dikeluarganya. Dari pertanyaan ini mendapatkan responden sebanyak 77,8% responden tidak siap dalam mengatasinya hal ini dikarenakan responden sebelumnya tidak mengetahui apa itu GPPH. Responden yang siap dalam mengatasi anak yang mengidap GPPH sebanyak 22,2% kesiapan dalam mengatasi ini dikarenakan responden sudah mengetahui apa itu GPPH.



Gambar II.9 Kesiapan Orang Tua Menghadapi Anak GPPH
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Pertanyaan terakhir diajukan untuk mencari tahu kemauan orang tua untuk mencari tahu lebih dalam mengenai GPPH sekitar 92,9% berkeinginan untuk mencari tahu lebih dalam lagi dan 10% tidak tertarik. Dapat disimpulkan dari 7,1% ini yang menjawab tidak, bisa dikatakan bahwa dari pertanyaan kuesioner yang ada responden sudah tahu mengenai GPPH secara keseluruhan.



Gambar II.10 Kemauan Orang Tua Dalam Mencari Tahu Tentang GPPH
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Adapun pertanyaan yang diajukan terhadap responden mengenai GPPH (Gangguan Pemusatan Perhatian disertai Hiperaktif).

Pertanyaan : Jika "Ya" apa itu GPPH menurut bapak/ibu ?

Berikut adalah jawaban dari responden :

Attention defisit hiperaktif disorder , yaitu spektrum autis. Dimana anak memiliki hambatan dalam konsentrasi dan sosial interaksi. Terkadang sibuk dengan dunianya sendiri. Dan terkadang impulsif, perilaku yang muncul ketika bermain tidak tuntas. Konsentrasi rendah. Kadang mata tidak fokus dan melakukan hal berulang taua flaping.
kondisi berupa kesulitan fokus, hiperaktif dan impulsif
Anak dengan kesulitan atau gangguan fokus atau hiperaktif
kesulitan anak untuk fokus dan hiperaktif
anak yang aktif berlebihan
Sulitnya anak2 untuk fokus pada suatu hal yg sedang dikerjakannya
Hiperaktif dan ingin menjadi pusat perhatian

Gambar II.11 Pendapat Mengenai Apa Itu GPPH
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Pertanyaan : Berikan alasan mengapa anak yang memiliki GPPH baik atau tidak baik menurut bapak/ibu ?

Berikut adalah jawaban dari responden :

Jika hiperaktif nya adalah dari lahir anugerah Allah. Maka walaupun anak tersebut hiperaktif baik. Karena Allah m bciptakan manusia dengan sempurna. Tergantung dari orangtua yang dapat memfasilitasi kebutuhan dan k kemampuan anak tersebut. Hiperaktif bisa jadi tidak baik jika m mang eciptakan oleh pola asuh dan dukungan lingkungan.
sebetulnya anak saya masih dibawah hyperaktif menurut dokter, jd ada prilaku anak yg setiap hari itu gerak.. dan diam saat tidur... blm bisa duduk diam lebih dari 10menit...dan berpengaruh terhadap fokusnya anak...
Krn terlalu berlebihan dalam bergerak
Asalkan bisa mengarahkan dan menyalurkan
Hiper aktif bisa diperbaiki oleh kebiasaan
Segala sesuatu yg sifatnya berlebih itu tdk baik. Akan lbh berpotensi jika diarahkan.
Anak yang hiperaktif memiliki kendala fokus,sehingga akan menyulitkan dalam nantinya beraktifitas di

Gambar II.12 Pertanyaan Alasan GPPH Baik Atau Tidak Baik 1
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

Anak yang hiperaktif memiliki kendala fokus, sehingga akan menyulitkan dalam nantinya beraktifitas di lingkungan atau sekolah
karena dpt menghambat tumbuh kembangnya
karena kalau hiperaktif sifat anak aktif tapi agak berlebihan
Karena mungkin akan kewalahan sekali mengurus anak yg hiperaktif apalagi kalau gatau cara menanganinya makannya butuh konsultasi ke dokter dan ortu harus memberikan perhatian lebih dibandingkan dgn anak aktif biasa pada umumnya
Karena membutuhkan perhatian khusus
hiper berarti sudah berlebihan, sehingga tidak baik untuk perkembangannya
Tdk baik seperti anak pda umumnya
Harus sesuai porsi saja

Gambar II.13 Pertanyaan Alasan GPPH Baik Atau Tidak Baik 2
Sumber: Dokumen Pribadi (2021)

II.4 Resume

Kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting bagi semua orang. Kesehatan mental tidak hanya dialami oleh orang yang sudah dewasa saja tetapi anak-anak pun dapat mengalaminya. Kesehatan mental sang anak berpengaruh pada kondisi orang tua dalam menjalankan keseharian dengan anak. Prilaku orang tua merupakan hal terpenting yang dapat memengaruhi kesehatan mental sang anak. Anak-anak yang mengalami gangguan kesehatan mental ini didapat dari faktor lingkungan dan juga faktor biologis atau keturunan. Banyak jenis-jenis gangguan kesehatan mental yang dialami oleh anak usia dini salah satunya adalah Gangguan Pemusatan Pemusatan distertai Hiperaktif (GPPH).

GPPH merupakan singkatan dari (Gangguan Pemusatan Pemusatan distertai Hiperaktif) atau dalam bahasa Inggris ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) merupakan gangguan mental yang membuat anak kesulitan dalam belajar, berperilaku, dan sosial yang saling berkaitan yang bisa terbawa hingga anak beranjak dewasa. Gejala atau ciri-ciri GPPH dapat dikenali lebih mudah ketika mereka masih usia dini. Faktor penyebab gangguan kesehatan mental dan faktor penyebab GPPH tidak jauh berbeda keduanya memiliki faktor internal dan eksternal, karena GPPH merupakan salah satu gangguan kesehatan mental yang dialami oleh anak usia dini.

Berdasarkan hasil data kuesioner yang sudah didapat bahwa ada yang sudah mengetahui mengenai GPPH yaitu beberapa guru PAUD, sedangkan orang tua masih banyak yang belum mengetahui informasi mengenai gangguan kesehatan mental GPPH yang dialami oleh anak usia dini. Orang tua yang belum tau mengenai GPPH cenderung belum siap dibanding yang sudah mengetahui apa itu GPPH ketika orang tua memiliki atau dikeluarga besarnya ada anak yang memiliki gangguan kesehatan mental GPPH.

II.5 Solusi Perancangan

Berdasarkan resume di atas, mendapatkan sebuah solusi perancangan berupa ajakan untuk orang tua mau mencari tahu lebih dalam lagi informasi mengenai GPPH dan lebih terbuka mengenai gangguan kesehatan mental GPPH. Perancangan tersebut dilakng agar orang tua mengetahui mengenai GPPH sekaligus bisa lebih terbuka mengenai kesehatan mental anak usia dini yang mengidap GPPH. Setelah orang tua mengetahui mengenai GPPH diharapkan orang tua dapat memberikan perhatian khusus dan penanganan yang tepat sehingga dapat mencegah gangguan kesehatan mental GPPH ini tidak terbawa hingga anak tumbuh dewasa.