



IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN BERBASIS AKTIVITAS MOTORIK UNTUK ANAK USIA DINI DENGAN GANGGUAN ADHD DI PAUD KB AR RAUDHAH DESA BANTARSARI KECAMATAN BUNGURSARI KOTA TASIKMALAYA

Irma Latipatul Mar'ah¹, Sofia Ratna Awaliah Fitri², Saeful Milah³

Universitas Islam Darussalam, Ciamis, Indonesia¹²³

irmalatifatul0@gmail.com, Mrs.sofiaratna28@gmail.com, saefulmilah@uidc.ac.id

Received: 03 September 2025 **Revised:** 05 November 2025 **Accepted:** 14 November 2025 **Published:** 20 November 2025 **DOI:** [10.59966/pandu.v3i4.2163](https://doi.org/10.59966/pandu.v3i4.2163)

ABSTRAK

Anak usia dini dengan gangguan ADHD memerlukan pendekatan pembelajaran yang kreatif dan sesuai dengan karakteristik perkembangannya. Gangguan ini menyebabkan anak sulit memusatkan perhatian, mengontrol impuls, serta mengikuti aturan, sehingga diperlukan strategi yang mampu menyalurkan energi berlebih dan meningkatkan fokus belajar. Pembelajaran berbasis aktivitas motorik menjadi alternatif yang tepat karena menggabungkan gerak fisik dengan proses kognitif, sosial, dan emosional anak. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan perencanaan, pelaksanaan, hasil, dan faktor penghambat pembelajaran berbasis aktivitas motorik bagi anak ADHD di PAUD KB Ar Raudhah, Desa Bantarsari, Kecamatan Bungursari, Kota Tasikmalaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. subjek penelitian terdiri dari tiga anak ADHD, guru, dan orang tua. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan fokus, pengendalian diri, dan interaksi sosial anak setelah penerapan aktivitas motorik sederhana seperti berlari dan bermain bola. Faktor pendukung meliputi kompetensi guru dan dukungan orang tua, sedangkan penghambatnya adalah keterbatasan sarana, waktu, dan pelatihan guru. Pembelajaran berbasis aktivitas motorik terbukti membantu anak ADHD beradaptasi lebih baik di lingkungan belajar.

Kata Kunci: Aktivitas Motorik, ADHD, Anak Usia Dini, Pembelajaran, Perilaku.

ABSTRACT

Early childhood students with ADHD require creative learning approaches that match their developmental characteristics. This disorder causes difficulties in focusing, controlling impulses, and following rules; therefore, a strategy that channels excess energy and enhances attention is essential. Motor activity-based learning is an effective alternative because it integrates physical movement with children's cognitive, social, and emotional processes. This study aims to describe the planning, implementation, outcomes, and inhibiting factors of motor activity-based learning for children with ADHD at PAUD KB Ar Raudhah, Bantarsari Village, Bungursari District, Tasikmalaya City. The research used a qualitative descriptive method involving three children with ADHD, teachers, and parents. Data were collected through observation, interviews, and documentation. The findings show improvements in children's focus, self-control, and social interaction after engaging in simple motor activities such as running and ball games. Supporting factors include teacher competence and parental involvement, while inhibiting factors consist of limited facilities, time, and teacher training. Motor activity-based learning effectively helps children with ADHD adapt better in the learning environment.

Keywords: Motor Activity, ADHD, Early Childhood, Learning, Behavior

Copyright © 2025, Author

This is an open-access article under the [CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan tahap utama dalam aktivitas yang dilakukan oleh pendidik dan peserta didik dalam menjalankan program pembelajaran (Nuraeni et al., 2018, p. 27). Selama proses pembelajaran, terjadi interaksi yang bersifat edukatif, yaitu interaksi yang dilakukan dengan kesadaran mengenai tujuan yang ingin dicapai. Interaksi ini didasarkan pada metode yang disediakan oleh pendidik dan melibatkan kegiatan belajar yang dipandu secara pedagogis pada peserta didik (Hidayat et al., 2016, p. 29). Proses pembelajaran tidak terjadi secara instan, melainkan melalui beberapa tahapan. Salah satu tahapannya adalah mempersiapkan peserta didik secara mental agar dapat terlibat sepenuhnya dalam proses pembelajaran. Selain itu, pendidik dan peserta didik secara konsisten membangun suasana dialogis melalui metode tanya jawab untuk terus meningkatkan kemampuan berpikir peserta didik (Saefullah, 2019, p. 87). Secara keseluruhan, pembelajaran adalah proses yang memfasilitasi peserta didik agar dapat berpartisipasi dalam proses belajar mengajar dengan baik. Saat ini, perilaku anak-anak usia Sekolah Dasar sangat beragam. Beberapa di antaranya sulit diatur, tidak bisa diam, dan tampaknya kurang memperhatikan pelajaran di kelas (Flash et al., 2025). Anak-anak semacam ini sering mengalami gangguan emosi dan perilaku dalam proses proses perkembangannya (Nurfadhillah et al., 2024, p. 1884).

Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak yang secara signifikan mengalami kelainan atau penyimpangan (fisik, mental, intelektual, sosial, emosional) dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain seusianya sehingga mereka memerlukan pelayanan pendidikan khusus (Amalia, 2018, p. 28). Setiap anak berkebutuhan khusus memiliki karakteristik yang berbeda dan macam pendidikan yang diperlukan disesuaikan dengan jenis berkebutuhan khususnya (Sa'diyah et al., 2025, p. 241).

Attention deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah suatu kondisi medis yang mencakup disfungsi otak, ketika seseorang mengalami kesulitan dalam mengendalikan impuls, menghambat perilaku, dan tidak mendukung rentang perhatian atau rentang perhatian mudah teralihkan (Putri et al., 2025, p. 329), (Jannah & Fatmawati, 2023, p. 412). ADHD lebih kepada kegagalan perkembangan fungsi sirkuit atau jaringan otak yang bekerja menghambat monitoring dan kontrol diri, bukan semata-mata gangguan perhatian seperti asumsi banyak orang selama ini (Purnawan & Mahardika, 2025, p. 8). Hilangnya regulasi diri ini mengganggu fungsi otak yang lain dalam memelihara perhatian, termasuk kemampuan membedakan antara imbalan yang segera diterima dengan keuntungan yang akan diperoleh di waktu yang akan datang (Febrianti et al., 2025, p. 327). Anak-anak dengan ADHD biasanya menampilkan perilaku yang dapat dikelompokkan ke dalam dua kategori yaitu: kurangnya kemampuan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas-impulsivitas (Musrifah et al., 2022, p. 94).

Permasalahan yang terjadi pada anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya tampak dalam perilaku sehari-hari di kelas. Anak sering mengalami kesulitan untuk fokus pada kegiatan belajar, mudah teralihkan oleh rangsangan kecil di sekitarnya, dan menunjukkan perilaku impulsif tanpa mempertimbangkan akibatnya. Selain itu, anak cenderung bertindak agresif terhadap teman, seperti mendorong atau mengambil mainan tanpa izin, sehingga mengganggu suasana belajar. Kurangnya kemampuan mengontrol diri membuat anak sulit mengikuti aturan yang berlaku di kelas, baik dalam hal duduk tenang, menunggu giliran, maupun menyelesaikan tugas sesuai arahan guru (Purnawan & Mahardika, 2025). Kondisi ini menunjukkan perlunya pendekatan pembelajaran yang sesuai, seperti pembelajaran berbasis aktivitas motorik yang dapat menyalurkan energi dan meningkatkan konsentrasi anak.

Penelitian ini penting karena anak dengan gangguan ADHD memerlukan strategi pembelajaran yang tepat agar potensi mereka dapat berkembang secara optimal. Pembelajaran berbasis aktivitas motorik diyakini mampu membantu anak menyalurkan energi berlebih, meningkatkan fokus, serta melatih kemampuan sosial dan emosional. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan kontribusi nyata bagi guru PAUD dalam merancang kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak ADHD. Selain itu, hasil penelitian diharapkan menjadi acuan bagi lembaga pendidikan dalam mengembangkan pendekatan inklusif

yang efektif, sehingga anak dengan kebutuhan khusus dapat belajar dengan nyaman, produktif, dan berinteraksi positif di lingkungan sekolah maupun sosialnya.

Berdasarkan yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah?
2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik bagi anak ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah?
3. Bagaimana hasil pembelajaran berbasis aktivitas motorik yang dicapai anak ADHD setelah diterapkan di PAUD KB Ar-Raudhah?
4. Apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam implementasi pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah?

METHOD

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dan metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Waktu penelitian ini dilaksanakan selama 1 bulan, yaitu pada bulan September 2025. Adapun tempat penelitian di PAUD KB Ar Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya. Subjek penelitian ini sebanyak 3 orang anak, pemilihan 3 anak dilakukan berdasarkan kriteria inklusi yaitu anak yang telah mendapatkan identifikasi awal oleh guru sebagai memiliki ciri-ciri ADHD dan menunjukkan perilaku hiperaktif, impulsif, serta kurang fokus selama kegiatan belajar. Sementara kriteria eksklusi adalah anak yang tidak konsisten menunjukkan gejala tersebut atau tidak hadir secara rutin selama penelitian. pengumpulan data dengan observasi, wawancara, dan dokumen. Instrumen penelitian berupa instrumen observasi dan wawancara. Sumber data primer berupa data hasil observasi dan wawancara kepada guru, dan orang tua, selanjutnya dilakukan analisis data dengan menggunakan teknik analisis data kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perencanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya

Perencanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah dilakukan dengan menyesuaikan karakteristik dan kebutuhan anak ADHD. Guru menyiapkan rencana kegiatan harian (RPPH) yang berisi aktivitas motorik sederhana seperti berlari, melompat, dan bermain bola untuk menyalurkan energi anak. Tujuan pembelajaran ditetapkan secara fleksibel agar anak tetap dapat berpartisipasi meskipun tingkat fokus dan kemampuan motoriknya berbeda. Guru memilih media permainan yang menarik dan aman, serta memperhatikan kondisi emosional anak sebelum kegiatan dimulai. Perencanaan ini bertujuan membantu anak ADHD menyalurkan hiperaktivitasnya melalui aktivitas terarah dan bermakna.

Namun, hasil observasi menunjukkan bahwa perencanaan guru belum sepenuhnya komprehensif. Beberapa bagian RPPH masih bersifat umum dan belum menjelaskan langkah-langkah khusus untuk penanganan perilaku anak ADHD secara rinci. Guru sudah memahami pentingnya aktivitas motorik, tetapi masih membutuhkan pendampingan dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih sistematis. Selain itu, perencanaan belum sepenuhnya berbasis pada evaluasi individual anak, sehingga pencapaian perkembangan belum bisa diukur secara objektif. Meskipun demikian, upaya guru untuk menyesuaikan kegiatan dengan kondisi anak menunjukkan komitmen positif dalam mengembangkan pendekatan yang inklusif dan ramah anak.

Pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya

Pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah dilakukan

melalui tiga tahapan utama: kegiatan awal, inti, dan penutup. Pada kegiatan awal, guru mengkondisikan anak dengan instruksi sederhana dan komunikasi yang lembut agar fokus dan emosi anak terkontrol. Pada tahap inti, anak diajak beraktivitas motorik seperti berlari, melompat, dan menyeimbangkan tubuh melalui permainan yang menstimulasi koordinasi gerak. Guru aktif memberikan motivasi dan penguatan positif berupa pujian atau pelukan sebagai bentuk dukungan emosional. Kegiatan penutup dilakukan dengan refleksi sederhana agar anak merasa senang dan dihargai setelah aktivitas berlangsung.

Guru menunjukkan kemampuan adaptasi yang baik dalam menghadapi perilaku anak ADHD yang mudah bosan dan impulsif. Namun, pelaksanaan pembelajaran terkadang menemui kendala karena keterbatasan waktu dan sarana bermain yang belum memadai. Selain itu, tingkat keterlibatan anak tidak selalu stabil; ada kalanya anak antusias, tetapi di kesempatan lain mudah terdistraksi. Meskipun demikian, guru tetap konsisten dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan aman. Proses pembelajaran yang dilakukan menunjukkan bahwa aktivitas motorik menjadi sarana efektif untuk menyalurkan energi anak ADHD, meningkatkan interaksi sosial, serta membangun disiplin secara perlahan dan alami.

Hasil pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya

Hasil pembelajaran menunjukkan adanya perkembangan yang mulai terlihat pada anak-anak ADHD meskipun belum signifikan. Anak mulai mampu mengikuti kegiatan motorik hingga selesai dengan tingkat fokus yang sedikit lebih baik dibandingkan sebelumnya. Perubahan ini juga tampak dari perilaku anak yang lebih tenang dan mampu menunggu giliran saat bermain. Beberapa anak menunjukkan kemajuan dalam koordinasi gerak serta mulai menunjukkan inisiatif untuk mengikuti instruksi guru tanpa harus selalu diarahkan. Proses ini menjadi indikator positif bahwa aktivitas motorik dapat membantu membentuk kontrol diri dan perhatian anak secara bertahap.

Selain di sekolah, perubahan perilaku juga terlihat di rumah berdasarkan keterangan orang tua. Anak menjadi sedikit lebih mandiri, lebih rajin, dan lebih mudah diarahkan dalam rutinitas sederhana. Namun, peningkatan fokus dan kemandirian belum stabil karena masih dipengaruhi suasana hati dan kondisi emosional anak. Guru dan orang tua menilai bahwa hasil pembelajaran membutuhkan waktu panjang dan kesinambungan agar terbentuk perubahan perilaku yang konsisten. Meskipun belum mencapai hasil maksimal, penerapan aktivitas motorik terbukti mampu menurunkan tingkat hiperaktivitas serta membantu anak ADHD mengembangkan kemampuan sosial dan emosionalnya secara lebih positif.

Faktor pendorong dan penghambat pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya

Faktor pendorong utama dalam pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik adalah kompetensi guru dan dukungan lingkungan belajar yang kondusif. Guru memiliki pemahaman dasar tentang pentingnya aktivitas fisik bagi anak ADHD serta mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Dukungan dari orang tua dan pihak sekolah turut memperkuat motivasi anak untuk mengikuti kegiatan secara konsisten. Selain itu, lingkungan PAUD yang terbuka dan aman memungkinkan anak menyalurkan energi tanpa batasan yang berlebihan. Sinergi antara guru, orang tua, dan anak menjadi fondasi penting bagi keberhasilan program pembelajaran motorik di lembaga ini.

Adapun faktor penghambat yang ditemukan meliputi keterbatasan sarana dan prasarana bermain, waktu kegiatan yang relatif singkat, serta kurangnya pelatihan guru terkait karakteristik ADHD. Guru sering menghadapi kesulitan saat anak menunjukkan perilaku impulsif atau tantrum, sementara strategi penanganannya belum terstandarisasi. Selain itu, kurangnya pemahaman sebagian orang tua mengenai kebutuhan anak ADHD membuat tindak lanjut di rumah kurang optimal. Faktor emosional guru dan kelelahan dalam menghadapi perilaku anak

juga menjadi tantangan tersendiri. Dengan demikian, diperlukan kerja sama yang lebih kuat antara sekolah, orang tua, dan pihak profesional agar kegiatan berbasis motorik dapat berjalan efektif dan berkelanjutan.

Pembahasan Hasil Penelitian

Perencanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya

Perencanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah sudah mengarah pada pendekatan yang memperhatikan karakteristik khusus anak dengan gangguan ADHD. Guru berusaha menyiapkan kegiatan motorik yang sesuai dengan tingkat perkembangan anak melalui aktivitas sederhana seperti berlari, melompat, dan bermain bola. Kegiatan tersebut bukan sekadar permainan fisik, tetapi menjadi sarana terapi gerak yang membantu menyalurkan energi berlebih anak ADHD secara positif. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan anak usia dini yang menekankan pentingnya aktivitas motorik dalam mengembangkan kemampuan atensi, koordinasi gerak, dan kontrol diri. Dengan demikian, perencanaan kegiatan motorik di sekolah ini berperan strategis dalam membentuk dasar keterampilan sosial dan emosional anak ADHD.

Dalam implementasinya, guru berupaya menyusun tujuan pembelajaran yang fleksibel dan realistis sesuai kondisi anak. Penyesuaian ini penting karena anak ADHD memiliki variasi dalam daya fokus, respon terhadap instruksi, serta tingkat energi. Tujuan yang disusun tidak hanya menekankan capaian akademik, melainkan juga perkembangan perilaku, disiplin, dan kemampuan bekerja sama. Perhatian guru terhadap kondisi emosional anak sebelum kegiatan dimulai juga menjadi langkah preventif untuk menghindari munculnya perilaku tantrum atau penolakan. Pendekatan ini mencerminkan penerapan prinsip pembelajaran inklusif, yaitu memberi kesempatan yang setara bagi anak berkebutuhan khusus untuk belajar melalui pengalaman nyata yang menyenangkan dan bermakna.

Meskipun guru telah berusaha menyesuaikan kegiatan, hasil observasi menunjukkan bahwa perencanaan masih belum komprehensif. Beberapa komponen penting seperti strategi pengelolaan perilaku, tahapan kegiatan motorik, serta indikator keberhasilan belum dijelaskan secara rinci dalam RPPH. Kondisi ini menunjukkan perlunya peningkatan kompetensi guru dalam merancang pembelajaran berbasis diferensiasi, khususnya bagi anak dengan gangguan konsentrasi dan hiperaktivitas. Dalam konteks pendidikan anak usia dini, guru seharusnya memiliki pedoman pembelajaran yang terukur agar setiap aktivitas motorik dapat dikaitkan dengan tujuan perkembangan yang spesifik. Kekurangan dalam aspek ini menyebabkan evaluasi hasil belajar belum bisa dilakukan secara sistematis.

Selain itu, perencanaan pembelajaran belum sepenuhnya menggunakan hasil asesmen individual sebagai dasar penyusunan kegiatan. Padahal, anak ADHD membutuhkan intervensi yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan dan gaya belajar masing-masing. Keterbatasan ini membuat kegiatan pembelajaran masih bersifat umum dan belum sepenuhnya adaptif terhadap kebutuhan anak. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa guru memerlukan pelatihan dan pendampingan dalam membuat desain pembelajaran yang lebih sistematis dan berbasis bukti. Dengan adanya dukungan dari pihak sekolah dan tenaga ahli, diharapkan guru mampu menyusun RPPH yang lebih efektif, mencakup strategi pengelolaan perilaku, stimulasi motorik, serta evaluasi berbasis observasi perkembangan anak.

Secara keseluruhan, upaya guru di PAUD KB Ar-Raudhah dalam merancang pembelajaran berbasis aktivitas motorik menunjukkan komitmen kuat untuk menghadirkan pendidikan yang inklusif dan ramah anak. Meskipun masih terdapat kekurangan dalam aspek perencanaan teknis, arah pengembangan pembelajaran sudah tepat dan sesuai dengan prinsip pendidikan anak berkebutuhan khusus. Aktivitas motorik yang dilakukan tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan fisik, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter, pengendalian diri, dan penguatan interaksi sosial. Dengan peningkatan kemampuan guru dalam menyusun rencana pembelajaran yang lebih detail dan terukur, pembelajaran berbasis aktivitas motorik berpotensi menjadi strategi efektif dalam meningkatkan perkembangan anak ADHD secara holistik dan berkelanjutan.

Pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya

Pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah menunjukkan penerapan strategi pembelajaran yang terstruktur namun tetap fleksibel. Guru membagi proses pembelajaran ke dalam tiga tahapan utama yaitu kegiatan awal, inti, dan penutup, yang masing-masing memiliki peran penting dalam membantu anak ADHD mengatur fokus dan emosi. Pada kegiatan awal, guru memberikan arahan dengan bahasa sederhana dan intonasi lembut untuk menciptakan suasana aman dan nyaman. Pendekatan ini sangat relevan dengan teori pembelajaran anak usia dini yang menekankan pentingnya menciptakan iklim emosional positif sebelum anak memulai aktivitas. Tahapan awal ini juga membantu anak mengalihkan energi berlebih secara terarah, sehingga lebih siap mengikuti kegiatan berikutnya dengan kondisi mental yang stabil.

Pada tahap inti, kegiatan motorik menjadi pusat dari proses pembelajaran. Anak-anak dilibatkan dalam permainan yang menstimulasi koordinasi gerak seperti berlari, melompat, menendang bola, dan menjaga keseimbangan tubuh. Kegiatan tersebut tidak hanya meningkatkan kemampuan motorik kasar, tetapi juga berperan dalam melatih konsentrasi, kerja sama, serta kemampuan sosial anak ADHD. Guru memberikan instruksi secara bertahap agar anak lebih mudah memahami dan meniru gerakan. Selain itu, guru juga berperan aktif dalam memberikan penguatan positif seperti pujian, senyuman, atau pelukan setelah anak berhasil melakukan aktivitas tertentu. Penguatan semacam ini terbukti efektif dalam memperkuat perilaku positif serta meningkatkan rasa percaya diri anak.

Dalam praktiknya, pelaksanaan pembelajaran menghadapi beberapa kendala yang cukup signifikan. Guru sering kali kesulitan mengatur waktu karena anak ADHD memiliki rentang perhatian yang pendek dan mudah terdistraksi oleh lingkungan sekitarnya. Sarana dan prasarana bermain yang terbatas juga menjadi hambatan, terutama dalam kegiatan yang membutuhkan ruang gerak luas dan alat permainan beragam. Selain itu, tingkat antusiasme anak tidak selalu stabil; pada satu waktu anak dapat bersemangat, tetapi di waktu lain menunjukkan perilaku menolak atau bosan. Hal ini menunjukkan bahwa guru harus terus berinovasi dalam menciptakan variasi kegiatan motorik agar anak tetap tertarik dan terlibat aktif selama proses pembelajaran berlangsung.

Konsistensi guru dalam menghadapi berbagai dinamika perilaku anak ADHD menjadi faktor penting keberhasilan pelaksanaan pembelajaran ini. Guru berperan tidak hanya sebagai fasilitator kegiatan motorik, tetapi juga sebagai pendamping emosional yang membantu anak mengelola perasaan dan perilakunya. Sikap sabar, empatik, dan komunikatif yang ditunjukkan guru mampu menumbuhkan rasa aman bagi anak untuk bereksplorasi tanpa tekanan. Pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah juga menjadi wadah efektif bagi anak ADHD untuk belajar mengatur diri, mengenali batas kemampuan, dan menyalurkan energi berlebih dengan cara yang positif. Dengan demikian, proses pembelajaran tidak hanya melatih fisik, tetapi juga membangun kontrol diri dan kemandirian anak secara bertahap.

Secara keseluruhan, pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah menunjukkan efektivitas dalam membantu anak ADHD mengembangkan potensi diri melalui kegiatan yang menyenangkan dan bermakna. Guru mampu menyeimbangkan antara struktur kegiatan dan fleksibilitas dalam pelaksanaannya. Meskipun terdapat kendala sarana dan keterbatasan waktu, semangat guru untuk terus memberikan stimulasi positif patut diapresiasi. Aktivitas motorik yang dilakukan secara rutin terbukti membantu anak menyalurkan energi berlebih, memperkuat interaksi sosial, serta menumbuhkan rasa disiplin dan tanggung jawab. Oleh karena itu, pendekatan ini dapat dijadikan model pembelajaran alternatif yang relevan bagi lembaga PAUD inklusif dalam menangani anak dengan kebutuhan khusus seperti ADHD.

Hasil pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota

Tasikmalaya

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah memberikan dampak positif terhadap perkembangan anak dengan gangguan ADHD, meskipun peningkatannya belum terlalu signifikan. Anak mulai menunjukkan kemampuan mengikuti kegiatan hingga selesai tanpa terlalu sering terganggu oleh faktor eksternal. Aktivitas motorik seperti berlari, melompat, dan bermain bola mampu menyalurkan energi berlebih anak secara positif, sehingga perilaku hiperaktif dapat lebih terkendali. Anak juga tampak lebih tenang saat kegiatan berlangsung dan mampu menunggu giliran dengan lebih sabar. Hal ini membuktikan bahwa melalui aktivitas motorik, guru berhasil menanamkan nilai-nilai disiplin dan kesabaran dalam konteks pembelajaran yang menyenangkan dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini.

Selain itu, terdapat peningkatan dalam aspek fokus dan kontrol diri anak setelah mengikuti kegiatan secara rutin. Anak mulai menunjukkan kemauan untuk memperhatikan instruksi guru dan berusaha mengikuti aturan permainan. Meskipun masih memerlukan bimbingan intensif, kemajuan ini menjadi indikator bahwa aktivitas motorik dapat menjadi media efektif untuk meningkatkan kemampuan atensi anak ADHD. Dalam teori perkembangan anak, aktivitas fisik yang terarah dapat memperkuat koneksi otak yang berhubungan dengan pengendalian impuls dan regulasi emosi. Oleh karena itu, peningkatan fokus yang dialami anak bukan hanya hasil dari latihan fisik, tetapi juga refleksi dari perubahan neurokognitif yang diperoleh melalui aktivitas motorik yang berulang dan bermakna.

Perubahan perilaku anak tidak hanya tampak di sekolah, tetapi juga dirasakan di lingkungan rumah. Berdasarkan wawancara dengan orang tua, anak menunjukkan kecenderungan lebih mandiri dan mampu mengikuti rutinitas sederhana seperti membereskan mainan atau makan tanpa disuruh. Beberapa anak juga menjadi lebih rajin dan kooperatif, meskipun kadang masih bergantung pada suasana hati. Kondisi ini menunjukkan adanya transfer hasil pembelajaran dari lingkungan sekolah ke lingkungan keluarga. Artinya, kegiatan motorik tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga pada perilaku sehari-hari anak ADHD. Namun, perkembangan ini masih memerlukan dukungan konsisten dari guru dan orang tua agar hasil yang dicapai dapat bertahan dan berkembang lebih baik.

Guru memiliki peran penting dalam menjaga konsistensi kegiatan dan menyesuaikan metode pembelajaran dengan kebutuhan individual anak. Melalui observasi berkelanjutan, guru dapat menilai sejauh mana kemajuan anak dalam hal fokus, interaksi sosial, dan kemampuan mengikuti aturan. Tantangan utama yang dihadapi guru adalah mempertahankan keterlibatan anak dalam setiap kegiatan, mengingat anak ADHD cenderung mudah bosan dan impulsif. Oleh karena itu, variasi kegiatan motorik serta strategi penguatan positif seperti pujian dan pelukan menjadi kunci untuk menjaga motivasi anak. Dengan pendekatan ini, pembelajaran tidak hanya mengajarkan keterampilan motorik, tetapi juga membangun hubungan emosional yang kuat antara guru dan anak.

Secara keseluruhan, hasil pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah menunjukkan efektivitas dalam membantu anak ADHD mengembangkan kemampuan sosial, emosional, dan fisik secara seimbang. Aktivitas yang dilakukan secara rutin terbukti mampu mengurangi perilaku hiperaktif, meningkatkan fokus, serta menumbuhkan kemandirian secara bertahap. Walaupun perubahan yang terjadi belum maksimal, arah perkembangan menunjukkan kemajuan yang positif dan berkelanjutan. Diperlukan kesinambungan antara lingkungan sekolah dan rumah agar hasil pembelajaran dapat diperkuat melalui kegiatan serupa di luar jam sekolah. Dengan dukungan guru, orang tua, dan lingkungan belajar yang konsisten, anak ADHD memiliki peluang besar untuk mencapai perkembangan optimal baik dalam aspek akademik maupun perilaku sosialnya.

Faktor pendorong dan penghambat pembelajaran berbasis aktivitas motorik untuk anak usia dini dengan gangguan ADHD di PAUD KB Ar-Raudhah Desa Bantarsari Kecamatan Bungursari Kota Tasikmalaya

Faktor pendorong utama dalam pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah terletak pada kompetensi dan kepedulian guru terhadap anak-anak

dengan gangguan ADHD. Guru memahami bahwa aktivitas fisik berperan penting dalam membantu anak mengendalikan perilaku hiperaktif serta meningkatkan konsentrasi. Melalui pendekatan yang sabar, lembut, dan penuh empati, guru mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan serta menstimulasi partisipasi aktif anak. Lingkungan belajar yang kondusif, aman, dan terbuka turut memperkuat efektivitas kegiatan. Dengan adanya ruang gerak yang luas, anak dapat menyalurkan energi secara positif tanpa merasa dibatasi. Faktor-faktor ini menjadi modal kuat bagi keberhasilan pembelajaran motorik yang berorientasi pada kebutuhan khusus anak ADHD di lembaga pendidikan ini.

Selain peran guru, dukungan orang tua dan pihak sekolah juga menjadi faktor pendorong yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan program. Orang tua berperan dalam memberikan motivasi dan dukungan emosional di rumah, sementara pihak sekolah menyediakan kebijakan dan fasilitas yang mendukung kegiatan motorik. Kerja sama yang harmonis antara guru, orang tua, dan sekolah membentuk sistem pembelajaran yang terpadu. Komunikasi yang baik antara ketiganya memungkinkan adanya sinkronisasi dalam penanganan perilaku anak ADHD, baik di rumah maupun di sekolah. Dengan demikian, keterlibatan seluruh pihak menjadi elemen penting dalam menjaga kesinambungan dan efektivitas pembelajaran berbasis aktivitas motorik bagi anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus.

Meskipun terdapat banyak faktor pendukung, pelaksanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik juga menghadapi sejumlah kendala. Salah satunya adalah keterbatasan sarana dan prasarana bermain yang belum memadai untuk menunjang kegiatan motorik yang bervariasi. Kegiatan yang seharusnya menstimulasi kemampuan fisik dan sosial anak terkadang terhambat karena kurangnya alat bantu permainan yang sesuai. Selain itu, waktu pelaksanaan yang relatif singkat membuat guru kesulitan untuk mengatur kegiatan secara optimal. Keterbatasan ini menyebabkan pembelajaran sering kali terhenti sebelum anak mencapai kondisi fokus terbaiknya. Oleh sebab itu, penyediaan fasilitas yang lengkap dan penambahan waktu kegiatan sangat diperlukan agar pelaksanaan pembelajaran dapat memberikan hasil yang lebih maksimal.

Faktor penghambat lainnya berasal dari keterbatasan pengetahuan dan pelatihan guru mengenai karakteristik anak ADHD serta teknik pengelolaan perilaku mereka. Guru terkadang mengalami kesulitan saat menghadapi perilaku impulsif, agresif, atau tantrum yang muncul secara tiba-tiba. Hal ini terjadi karena belum adanya standar penanganan yang baku dalam pembelajaran berbasis motorik bagi anak berkebutuhan khusus. Selain itu, beberapa guru mengaku mengalami kelelahan emosional akibat tekanan dalam menghadapi perilaku anak yang tidak terduga. Kondisi ini menunjukkan perlunya pelatihan khusus bagi guru agar memiliki kompetensi pedagogik dan emosional yang memadai dalam mengelola anak ADHD secara efektif dan manusiawi.

Kurangnya pemahaman sebagian orang tua mengenai kebutuhan anak ADHD juga menjadi penghambat tersendiri. Banyak orang tua belum sepenuhnya mengetahui pentingnya kesinambungan kegiatan motorik di rumah sebagai bagian dari terapi perilaku anak. Akibatnya, pembiasaan yang sudah terbentuk di sekolah tidak berlanjut di lingkungan keluarga. Untuk mengatasi hal tersebut, perlu adanya program pendampingan bagi orang tua agar mereka dapat memahami peran pentingnya dalam mendukung perkembangan anak. Kerja sama yang berkesinambungan antara sekolah, guru, dan orang tua, serta dukungan tenaga profesional seperti terapis anak, menjadi kunci utama agar pembelajaran berbasis aktivitas motorik dapat berlangsung secara efektif, konsisten, dan memberikan dampak positif jangka panjang bagi anak ADHD.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan:

Pertama, perencanaan pembelajaran berbasis aktivitas motorik di PAUD KB Ar-Raudhah telah dilakukan dengan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan anak ADHD, meskipun masih terdapat kekurangan dalam penyusunannya. Guru berupaya menyusun RPPH yang memuat kegiatan motorik sederhana seperti berlari, melompat, dan bermain bola untuk menyalurkan energi anak secara positif. Tujuan pembelajaran disusun secara fleksibel agar dapat menyesuaikan kemampuan individual anak, serta disertai dengan penggunaan media permainan yang aman dan

menarik. Namun, perencanaan ini masih bersifat umum dan belum memuat langkah-langkah khusus penanganan perilaku anak ADHD secara sistematis, sehingga diperlukan pelatihan lanjutan bagi guru dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih terukur dan adaptif terhadap kebutuhan anak.

Kedua, pelaksanaan pembelajaran, guru melaksanakan kegiatan melalui tiga tahapan utama yaitu kegiatan awal, inti, dan penutup. Guru menunjukkan kemampuan adaptasi yang baik dalam mengelola perilaku anak ADHD dengan memberikan instruksi sederhana, menggunakan bahasa lembut, serta memberikan penguatan positif berupa pujian dan pelukan. Anak terlihat antusias mengikuti kegiatan motorik yang menstimulasi koordinasi gerak, seperti berlari dan melompat, meskipun pada waktu tertentu mudah terdistraksi. Pelaksanaan pembelajaran menunjukkan bahwa aktivitas motorik berperan penting dalam membantu anak ADHD mengendalikan impulsivitas, meningkatkan fokus, serta mengembangkan kemampuan sosial dan disiplin diri. Konsistensi guru dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan menjadi faktor kunci keberhasilan pelaksanaan kegiatan ini.

Ketiga, hasil pembelajaran berbasis aktivitas motorik menunjukkan adanya perubahan positif dalam perilaku anak ADHD, meskipun belum signifikan. Anak mulai mampu mengikuti kegiatan hingga selesai, menunjukkan peningkatan fokus, dan mulai belajar mengatur diri dalam bermain bersama teman. Di lingkungan rumah, orang tua juga merasakan perubahan seperti meningkatnya kemandirian dan kepatuhan anak terhadap rutinitas sederhana. Aktivitas motorik terbukti dapat menurunkan tingkat hiperaktivitas dan membantu anak menyalurkan energi berlebih secara konstruktif. Meskipun demikian, hasil perkembangan anak masih membutuhkan waktu dan kesinambungan antara kegiatan di sekolah dan di rumah agar tercipta perubahan perilaku yang stabil dan berkelanjutan.

Keempat, faktor pendorong dan penghambat pembelajaran berbasis aktivitas motorik mencakup beberapa aspek penting. Faktor pendorong utama berasal dari kompetensi dan dedikasi guru, dukungan orang tua, serta lingkungan belajar yang kondusif dan aman bagi anak ADHD untuk beraktivitas bebas. Sementara faktor penghambatnya meliputi keterbatasan sarana dan prasarana bermain, kurangnya pelatihan guru terkait karakteristik ADHD, waktu kegiatan yang terbatas, serta rendahnya pemahaman sebagian orang tua mengenai kebutuhan anak. Oleh karena itu, diperlukan kolaborasi berkelanjutan antara sekolah, orang tua, dan tenaga profesional agar pembelajaran berbasis aktivitas motorik dapat dilaksanakan lebih efektif, terarah, dan berkesinambungan demi mendukung perkembangan optimal anak dengan gangguan ADHD.

REFERENSI

- Amalia, R. (2018). *Intervensi terhadap Anak Usia Dini yang Mengalami Gangguan ADHD melalui Pendekatan Kognitif Perilaku dan Alderian Play Therapy*. 2(1), 27–33.
- Febrianti, R., Kusuma, D. A., Ustaddy, K., & Putra, I. H. S. (2025). Pendampingan Permainan Motorik untuk Anak ADHD. *Proficio*, 6(2), 327–332.
- Flash, P., Di, C., Miftahul, R. A., & Subang, U. (2025). *Peningkatan kemampuan bahasa anak usia dini melalui penggunaan flash card di ra miftahul ulum subang*. 3(3), 1–8. <https://doi.org/10.59966/pandu.v3i2.1943>
- Hidayat, D. A., Arifah, C., & Rizal, S. S. (2016). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Al-Qur`an Hadist dengan Menggunakan Straetegi Peer Lessons. *Penelitian Pendidikan Islam*, 4(1), 61–72.
- Jannah, R., & Fatmawati, D. P. (2023). Pengaruh Pembelajaran Proyek terhadap Konsentrasi Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 5(2), 411–416. <https://doi.org/10.35473/ijec.v5i1.2467>
- Musrifah, A., Nursida, I., Sulaeman, F. S., & Sutono. (2022). Game Edukasi Bagi Anak Attention Deficit Hyperactive Disorder (Adhd) Berbasis Android. *Infotech*, 8, 94–100.
- Nuraeni, Engang, U., & Fitri, S. R. A. (2018). Pola Asuh Orang Tua dalam Islam sebagai Awal Perembangan Kecerdasan Emosional Anak. *Bestari | Jurnal Studi Pendidikan Islam*, 18.
- Nurfadhillah, S., Huliatusna, Y., & Sawitri, D. (2024). Perilaku Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) dalam Proses Pembelajaran di Kelas Tinggi SD Negeri Cibodas 1 Kota

- Tangerang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8, 1883–1888.
- Purnawan, A., & Mahardika, B. (2025). Pengembangan Motorik Halus Anak Penyandang Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) melalui Kegiatan Kerajinan Tekstil Jumputan : Studi Kasus di Sekolah Tumbuh HIGH School. *PANDU: Jurnal Pendidikan Anak Dan Pendidikan Umum*, 3(1), 6–12. <https://doi.org/10.59966/pandu.v3i1.1586>
- Putri, Z. P., Mayoni, M. G., Octavia, F. Y., Mulia, R. I., & Maruti, E. S. (2025). *Penggunaan Game Digital Interaktif Berbasis Aktivitas Fisik Untuk Meningkatkan Keterlibatan Siswa ADHD dalam Pembelajaran*. 4(2), 328–339.
- Sa`diyah, Fadliansyah, F., & Oktaviani, A. M. (2025). Peran Sekolah dalam Mengembangkan Tingkat Kognitif Siswa Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) di Skh Negeri 01 Kota Serang. *Arus Jurnal Pendidikan (AJUP)*, 5(2).
- Saefullah, A. S. (2019). Implementasi Pendidikan Karakter Melalui Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Islam Di TKIT Al-Hikmah. In *Jurnal Ilmiah Kajian Islam*. academia.edu.