

# KESULITAN SOSIAL SEBAGAI HAMBATAN BELAJAR ANAK DENGAN GANGGUAN PERHATIAN: REVIEW SISTEMATIK

Diana Zumrotus Sa'adah<sup>1</sup>, Juita Aprianti<sup>2</sup>, Nur Diah Safitri<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu

e-mail : [dianazumrotus@mail.uinfasbengkulu.ac.id](mailto:dianazumrotus@mail.uinfasbengkulu.ac.id), [juitaaprianti@gmail.com](mailto:juitaaprianti@gmail.com), [ndiah1290@gmail.com](mailto:ndiah1290@gmail.com)

## Info Artikel

## Abstract

### Keywords:

inspirational story method,  
learning motivation,  
Indonesian language  
learning.

The increasing number of children with Attention Deficit Disorder/Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADD/ADHD) in elementary schools presents a serious challenge in education, including in Bengkulu City. Children with ADHD tend to experience difficulty concentrating, impulsivity, and hyperactive behavior, which impact academic achievement, social interactions, and emotional well-being. This study aims to systematically review the results of previous studies that discuss the relationship between social difficulties and learning disabilities in children with ADHD, as well as assess the effectiveness of guidance and counseling techniques in elementary education interventions. The method used is a Systematic Review, by examining five scientific articles from credible databases (Google Scholar, ERIC, and DOAJ) relevant to the research topic. Data analysis was conducted using a thematic synthesis approach based on the Braun and Clarke (2006) model. The results of the study indicate that social difficulties play a significant role in learning disabilities in children with ADHD, which are characterized by poor social skills, peer rejection, and low academic motivation. Cognitive-behavioral therapy (CBT) and collaboration between teachers, parents, and counselors have been shown to be effective in improving children's focus, self-control, and social skills. Therefore, guidance and counseling services in elementary schools need to be directed toward a holistic approach that integrates cognitive, emotional, and social aspects to create an inclusive and supportive educational environment for children with ADHD.

### Kata kunci:

ADHD, kesulitan belajar,  
kesulitan sosial, bimbingan  
konseling, pendidikan  
dasar, systematic review

### Abstrak.

Fenomena meningkatnya jumlah anak dengan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (Attention Deficit Disorder/Attention Deficit Hyperactivity Disorder—ADD/ADHD) di sekolah dasar menjadi tantangan serius dalam dunia pendidikan, termasuk di Kota Bengkulu. Anak dengan ADHD cenderung mengalami kesulitan memusatkan perhatian, impulsivitas, dan perilaku hiperaktif yang berdampak pada prestasi akademik, interaksi sosial, serta kesejahteraan emosional. Penelitian ini bertujuan mengkaji secara sistematis berbagai hasil penelitian terdahulu yang membahas hubungan antara kesulitan sosial dan hambatan belajar pada anak dengan ADHD, serta menilai efektivitas teknik bimbingan konseling dalam intervensi pendidikan dasar. Metode yang digunakan adalah Systematic Review, dengan menelaah lima artikel ilmiah dari basis data kredibel (Google Scholar, ERIC, dan DOAJ) yang

relevan dengan topik penelitian. Analisis data dilakukan melalui pendekatan thematic synthesis berdasarkan model Braun dan Clarke (2006). Hasil kajian menunjukkan bahwa kesulitan sosial berperan signifikan terhadap hambatan belajar anak ADHD, yang ditandai dengan rendahnya keterampilan sosial, penolakan teman sebaya, serta rendahnya motivasi akademik. Intervensi konseling berbasis perilaku-kognitif (Cognitive Behavioral Therapy) dan kolaborasi antara guru, orang tua, serta konselor terbukti efektif dalam meningkatkan fokus, kontrol diri, dan kemampuan sosial anak. Dengan demikian, layanan bimbingan konseling di sekolah dasar perlu diarahkan pada pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek kognitif, emosional, dan sosial agar dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang inklusif dan suportif bagi anak dengan ADHD.

---

## PENDAHULUAN

Fenomena meningkatnya jumlah anak dengan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (Attention Deficit Disorder/Attention Deficit Hyperactivity Disorder—ADD/ADHD) di sekolah dasar kini menjadi perhatian penting dalam dunia pendidikan, termasuk di Kota Bengkulu. Anak-anak dengan gangguan ini menunjukkan ciri khas berupa kesulitan memusatkan perhatian, perilaku impulsif, serta aktivitas berlebih yang sering kali mengganggu proses belajar dan interaksi sosial di kelas. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pencapaian akademik, tetapi juga memengaruhi perkembangan emosional, sosial, serta kepercayaan diri anak di lingkungan sekolah. Dalam konteks pendidikan dasar, tantangan terbesar muncul ketika guru dan pihak sekolah belum memiliki pemahaman yang komprehensif mengenai kebutuhan khusus anak dengan ADD/ADHD, serta bagaimana pendekatan bimbingan konseling dapat menjadi sarana efektif untuk membantu mereka beradaptasi secara optimal dalam proses belajar.

Menurut American Psychiatric Association (APA, 2015), ADHD dikategorikan sebagai gangguan neurodevelopmental yang memengaruhi kemampuan anak dalam mengatur perhatian, perilaku, serta impuls. Gangguan ini biasanya muncul sejak masa kanak-kanak dan dapat bertahan hingga dewasa apabila tidak mendapatkan intervensi yang tepat. Dalam konteks pendidikan, anak dengan ADHD sering kali mengalami *learning difficulties* (LD) kesulitan belajar yang mencakup rendahnya kemampuan membaca, menulis, atau berhitung karena ketidakmampuan mempertahankan fokus dan ketertiban berpikir. Penelitian oleh Barkley (2019) menunjukkan bahwa sekitar 30–50% anak dengan ADHD juga memiliki gangguan belajar yang signifikan, yang menuntut adanya dukungan khusus dari pihak sekolah dan konselor.

Fenomena ini semakin kompleks di Indonesia, khususnya di daerah seperti Bengkulu, di mana sistem pendidikan inklusif masih dalam tahap penguatan. Banyak sekolah dasar yang belum sepenuhnya siap menyediakan layanan bimbingan konseling yang berorientasi pada kebutuhan anak dengan gangguan perkembangan seperti ADHD. Berdasarkan temuan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek, 2022), hanya sekitar 40% sekolah dasar di Indonesia yang memiliki tenaga konselor tetap. Kondisi ini memperlihatkan bahwa layanan konseling di tingkat dasar masih belum optimal, padahal anak-anak dengan kebutuhan khusus sangat memerlukan pendampingan profesional yang berkelanjutan.

Dalam praktik di lapangan, peran guru dan konselor sekolah menjadi kunci utama dalam mendeteksi dini gejala ADHD serta merancang strategi intervensi yang tepat. Konselor memiliki tanggung jawab untuk membantu guru memahami karakteristik anak dengan ADHD, menyusun rencana pembelajaran individual (*Individualized Education Program*), serta memberikan konseling perilaku yang menekankan pada penguatan positif dan pengendalian impuls. Menurut studi yang dilakukan oleh DuPaul dan Stoner (2019), pendekatan konseling berbasis perilaku kognitif (Cognitive Behavioral Therapy/CBT) terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan anak ADHD dalam mengatur diri dan meningkatkan konsentrasi di kelas. Selain itu, model kolaboratif antara guru, orang tua, dan konselor juga menjadi salah satu bentuk intervensi yang paling direkomendasikan untuk konteks sekolah dasar.

## KESULITAN SOSIAL SEBAGAI HAMBATAN BELAJAR ANAK DENGAN GANGGUAN PERHATIAN: REVIEW SISTEMATIK

Di sisi lain, hambatan dalam pelaksanaan layanan konseling untuk anak dengan ADHD di sekolah dasar cukup beragam. Beberapa di antaranya meliputi kurangnya pelatihan profesional bagi guru dan konselor, keterbatasan waktu dalam pelaksanaan sesi konseling, serta minimnya sarana pendukung untuk kegiatan intervensi. Menurut penelitian Prasetyo (2021), banyak sekolah di daerah mengalami kesulitan dalam menerapkan program bimbingan konseling karena beban administratif guru yang tinggi dan kurangnya pemahaman tentang peran konselor dalam menangani siswa berkebutuhan khusus. Hal ini menyebabkan penanganan terhadap anak ADHD sering kali bersifat reaktif, bukan preventif atau rehabilitatif.

Pendekatan yang ideal dalam penanganan kesulitan belajar akibat ADHD harus mencakup tiga aspek utama: diagnosis dini, intervensi konseling berbasis kebutuhan individual, serta kolaborasi lintas peran antara sekolah dan keluarga. Diagnosis dini memungkinkan guru dan konselor mengidentifikasi gejala sejak awal dan menentukan bentuk intervensi yang tepat. Intervensi dapat dilakukan melalui terapi perilaku, pelatihan keterampilan sosial, serta bimbingan emosional yang berfokus pada penguatan harga diri dan regulasi diri anak. Menurut laporan World Health Organization (WHO, 2023), pendekatan yang terintegrasi antara pendidikan, psikologi, dan konseling mampu meningkatkan hasil belajar serta kesejahteraan emosional anak ADHD hingga 60%.

Dalam konteks Kota Bengkulu, kajian sistematis mengenai efektivitas teknik bimbingan konseling bagi anak dengan ADHD masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian yang ada masih bersifat deskriptif tanpa menguji relevansi teknik konseling tertentu terhadap karakteristik siswa dan lingkungan sekolah. Padahal, pendekatan sistematis seperti *systematic literature review* dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai teknik yang paling efektif dan sesuai dengan kondisi sosial-budaya lokal. Seperti yang diungkapkan oleh Braun dan Clarke (2021), metode analisis sistematis memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi pola, efektivitas, dan tantangan dari berbagai penelitian terdahulu sehingga hasilnya dapat menjadi dasar rekomendasi kebijakan dan praktik pendidikan.

Penelitian ini berangkat dari dua rumusan masalah utama, yaitu: (1) bagaimana teknik bimbingan konseling digunakan dalam diagnosis dan intervensi kesulitan belajar pada anak dengan ADD/ADHD berdasarkan hasil penelitian terdahulu, dan (2) teknik apa yang paling relevan serta efektif diterapkan di sekolah dasar Kota Bengkulu. Kedua rumusan masalah ini menjadi dasar untuk memahami bagaimana praktik konseling dapat diadaptasi agar sesuai dengan karakteristik anak, kompetensi guru, serta sumber daya sekolah di wilayah tersebut.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji secara sistematis hasil-hasil penelitian yang relevan mengenai teknik bimbingan konseling dalam menangani kesulitan belajar pada anak dengan ADD/ADHD. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan menyusun rekomendasi praktik terbaik yang dapat diimplementasikan di sekolah dasar Kota Bengkulu, guna memperkuat peran konseling dalam pendidikan inklusif. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi rujukan bagi guru, konselor, serta pemangku kebijakan pendidikan dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih adaptif, humanis, dan berorientasi pada kebutuhan anak.

Secara teoritis, penelitian ini mengacu pada teori intervensi perilaku-kognitif (Bandura, 1986) yang menekankan pentingnya hubungan antara pikiran, emosi, dan tindakan dalam membentuk perilaku belajar anak. Dalam konteks anak ADHD, teori ini dipadukan dengan pendekatan neuroedukatif modern yang menempatkan aspek neurologis dan psikososial secara seimbang. Pendekatan ini sejalan dengan gagasan Santrock (2021) bahwa pembelajaran yang efektif bagi anak ADHD harus mempertimbangkan dimensi biologis, sosial, dan kognitif secara integratif.

Melalui pemahaman yang komprehensif tentang teknik konseling, diharapkan layanan bimbingan di sekolah dasar tidak hanya berfungsi sebagai penanganan masalah, tetapi juga sebagai sarana pengembangan potensi dan kesejahteraan psikologis anak. Upaya ini akan membantu menciptakan sistem pendidikan yang lebih inklusif, berkeadilan, dan responsif terhadap keragaman peserta didik.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode **Systematic Review**, yaitu pendekatan ilmiah yang dilakukan secara sistematis, terstruktur, dan transparan untuk meninjau, menilai, serta mensintesis berbagai hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan topik kajian. Menurut Kitchenham dan Charters (2007), *systematic review* bertujuan mengumpulkan dan mengevaluasi bukti ilmiah dari berbagai sumber secara kritis untuk memperoleh kesimpulan yang komprehensif, valid, dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademis.

Metode ini digunakan untuk menelaah hubungan antara **kesulitan sosial** dan **hambatan belajar** pada anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADD/ADHD) di tingkat sekolah dasar. Melalui tinjauan sistematis ini, penelitian berupaya menggali bagaimana kesulitan interaksi sosial seperti penolakan dari teman sebaya, kurangnya keterampilan komunikasi, dan masalah regulasi emosi dapat berkontribusi terhadap munculnya hambatan belajar akademik. Selain itu, penelitian ini juga berfokus pada identifikasi strategi intervensi serta pendekatan bimbingan konseling yang efektif untuk membantu anak dengan gangguan perhatian agar dapat beradaptasi lebih baik di lingkungan sekolah.

Pelaksanaan *systematic review* dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan utama, yaitu:

### 1. Identifikasi Literatur

Pada tahap ini, peneliti menelusuri berbagai artikel ilmiah dari basis data kredibel seperti *Google Scholar*, *ERIC*, dan *Directory of Open Access Journals (DOAJ)*. Pencarian difokuskan pada topik-topik yang berkaitan dengan kesulitan sosial, bimbingan konseling, serta intervensi pendidikan bagi anak dengan ADD/ADHD. Kata kunci yang digunakan antara lain: "*social difficulties in ADHD students*," "*counseling intervention in elementary school*," dan "*learning challenges in attention deficit children*."

### 2. Seleksi Studi

Tahap ini melibatkan proses penyaringan penelitian yang relevan berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan, yaitu:

- a. Peserta penelitian merupakan anak usia sekolah dasar;
- b. Fokus penelitian membahas hubungan antara kesulitan sosial dan prestasi belajar;
- c. Adanya penerapan atau pembahasan tentang pendekatan intervensi konseling atau pendidikan.

Artikel yang tidak memenuhi ketiga kriteria tersebut dikeluarkan dari analisis.

### 3. Evaluasi Kualitas Penelitian

Setelah artikel terpilih, dilakukan penilaian terhadap kualitas penelitian berdasarkan kejelasan tujuan, kesesuaian metode, validitas data, dan relevansi hasil dengan topik yang dikaji. Evaluasi ini bertujuan memastikan bahwa hanya penelitian dengan kualitas metodologis yang memadai yang digunakan dalam analisis akhir.

### 4. Sintesis Tematik

Artikel yang lolos seleksi kemudian dianalisis menggunakan pendekatan *thematic synthesis*, yaitu pengelompokan temuan ke dalam tema-tema utama yang berulang. Tema tersebut meliputi:

- 1) Bentuk-bentuk kesulitan sosial yang dialami anak dengan ADD/ADHD,
- 2) Dampak kesulitan sosial terhadap pencapaian akademik, dan
- 3) Strategi bimbingan konseling yang efektif dalam konteks pendidikan dasar.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan **analisis tematik** sebagaimana dijelaskan oleh Braun dan Clarke (2006). Proses analisis mencakup beberapa langkah, yaitu: (1) membaca dan memahami isi penelitian secara menyeluruh, (2) melakukan pengkodean terhadap data atau temuan penting, (3) mengelompokkan kode ke dalam kategori, (4) mengidentifikasi tema-

tema utama yang muncul berulang kali, dan (5) menafsirkan makna dari setiap tema untuk membentuk pemahaman yang komprehensif.

Sebanyak **lima artikel ilmiah terpilih** digunakan sebagai sumber utama dalam analisis tematik. Pemilihan jumlah ini didasarkan pada tingkat relevansi, kedalaman data, serta kesesuaian konteks dengan fokus penelitian. Hasil dari sintesis tematik diharapkan dapat memberikan gambaran yang menyeluruh mengenai bagaimana kesulitan sosial berpengaruh terhadap hambatan belajar anak dengan ADD/ADHD, sekaligus mengidentifikasi teknik bimbingan konseling yang paling efektif diterapkan di sekolah dasar.

Dengan demikian, metode *systematic review* yang digunakan dalam penelitian ini tidak hanya bertujuan mengumpulkan hasil-hasil studi terdahulu, tetapi juga mengintegrasikan temuan empiris dan teoritis untuk membentuk pemahaman holistik mengenai hubungan antara aspek sosial dan akademik pada anak dengan gangguan perhatian. Pendekatan ini memberikan dasar ilmiah yang kuat bagi pengembangan strategi intervensi pendidikan dan konseling yang lebih adaptif terhadap kebutuhan anak di lingkungan sekolah dasar.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hubungan Gangguan Perhatian (ADD/ADHD) dengan Hambatan Belajar

Gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADD/ADHD) memiliki keterkaitan yang sangat erat dengan munculnya hambatan belajar di lingkungan pendidikan dasar. Anak dengan gangguan ini umumnya menunjukkan perilaku sulit berkonsentrasi, impulsif, serta hiperaktif, yang menyebabkan mereka tidak hanya mengalami hambatan akademik, tetapi juga tantangan besar dalam berinteraksi sosial di sekolah. Ketidakmampuan mereka dalam mempertahankan fokus dan mengendalikan perilaku sering kali membuat mereka kurang mampu memahami isyarat sosial, merespons situasi sosial secara tepat, dan bekerja sama dalam kelompok belajar.

Berdasarkan hasil tinjauan dari berbagai penelitian, aspek sosial dan emosional terbukti memainkan peran penting dalam memengaruhi kemampuan belajar anak dengan gangguan perhatian. Oleh karena itu, penanganan yang efektif tidak dapat hanya berfokus pada aspek kognitif semata, tetapi juga harus mencakup dukungan sosial, emosional, serta penciptaan lingkungan belajar yang kondusif agar anak dapat berkembang secara optimal.

### 2. Kesulitan Sosial dan Dampaknya terhadap Proses Belajar

Fenomena ini diperkuat oleh temuan penelitian Najihah Marsus et al. (2022), yang menunjukkan bahwa anak-anak dengan ADHD sering mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan teman sebaya. Mereka cenderung menghadapi penolakan sosial (peer rejection), perundungan (bullying), serta rendahnya kualitas pertemanan akibat perilaku impulsif dan kurangnya kemampuan memahami norma sosial. Kondisi ini menyebabkan anak-anak merasa terisolasi, kehilangan kepercayaan diri, dan mengalami stres emosional yang dapat berdampak langsung terhadap penurunan motivasi serta prestasi belajar.

Hambatan sosial seperti ini juga membuat anak sulit berpartisipasi aktif dalam kegiatan kelompok di kelas karena merasa tidak diterima oleh lingkungan sosialnya. Dengan demikian, kesulitan sosial bukan hanya efek samping dari ADHD, tetapi juga menjadi salah satu penyebab utama terhambatnya proses belajar akademik di sekolah dasar.

### 3. Ketidakeimbangan Antara Kemampuan Kognitif dan Sosial

Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian Fitriyani et al. (2023), yang mengungkapkan bahwa anak dengan ADHD sering kali memiliki kemampuan kognitif yang baik bahkan di atas rata-rata namun gagal mengembangkan kemampuan sosial yang seimbang. Anak-anak ini mampu memahami materi pelajaran dengan baik saat belajar secara individual, tetapi mengalami kesulitan besar ketika bekerja sama dalam kelompok, berkomunikasi dengan teman sebaya, atau menyesuaikan diri dengan aturan sosial di kelas.

Perilaku impulsif seperti menginterupsi pembicaraan, berpindah tempat duduk tanpa izin, atau bertindak tanpa mempertimbangkan konteks sosial sering menghambat integrasi mereka di lingkungan kelas. Hal ini menunjukkan bahwa hambatan belajar yang dialami anak ADHD tidak selalu berkaitan dengan rendahnya kemampuan intelektual, melainkan dengan keterbatasan dalam regulasi emosi dan keterampilan sosial. Akibatnya, potensi kognitif yang dimiliki anak tidak dapat dimanfaatkan secara optimal dalam lingkungan belajar yang bersifat sosial.

#### **4. Peran Lingkungan Keluarga dalam Intervensi dan Dukungan Emosional**

Selain faktor sosial, lingkungan keluarga memiliki kontribusi yang sangat besar dalam mendukung perkembangan anak dengan gangguan perhatian. Berdasarkan hasil penelitian Recka Andhara Nurputeri et al. (2024), keterlibatan orang tua dalam mendampingi anak ADHD terbukti sangat berpengaruh terhadap keberhasilan intervensi perilaku dan penyesuaian sosial anak.

Orang tua yang menerapkan pola pengasuhan positif, seperti memberikan penghargaan atas perilaku baik, membangun komunikasi empatik, serta melibatkan anak dalam aktivitas fisik bersama, dapat membantu anak belajar mengontrol emosi dan menyalurkan energi berlebih ke arah yang produktif. Dukungan emosional yang konsisten dari keluarga juga berperan sebagai bentuk terapi sosial yang efektif, karena anak merasa diterima dan dihargai, sehingga kepercayaan dirinya meningkat.

Ketika anak mendapatkan stabilitas emosional di rumah, mereka lebih mudah beradaptasi di lingkungan sekolah, mengembangkan hubungan positif dengan teman sebaya, serta menunjukkan peningkatan dalam fokus dan prestasi belajar. Dengan demikian, peran keluarga tidak dapat dipisahkan dari keberhasilan intervensi pendidikan bagi anak ADHD.

#### **5. Peran Guru dan Lingkungan Sekolah dalam Pembelajaran Inklusif**

Lingkungan sekolah memegang peran penting dalam membantu anak ADHD menghadapi kesulitan sosial dan akademik. Penelitian Rahma Rizky Ananda Sugiharto et al. (2025) menegaskan bahwa guru memiliki posisi strategis sebagai pengajar sekaligus pembimbing yang menciptakan suasana belajar inklusif.

Sering kali, anak dengan ADHD menghadapi hambatan dalam literasi, numerasi, serta motivasi belajar, yang diperparah oleh kurangnya pemahaman guru terhadap karakteristik anak tersebut. Oleh karena itu, guru perlu menerapkan pendekatan individual, program remedial, serta bimbingan berbasis motivasi yang disesuaikan dengan kebutuhan anak.

Ketika guru menunjukkan empati, kesabaran, dan konsistensi dalam mendukung siswa, anak dengan ADHD merasa lebih diterima secara sosial dan termotivasi untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan belajar. Sikap positif guru juga berpengaruh besar terhadap penerimaan teman sebaya, sehingga membantu anak ADHD lebih mudah berintegrasi dalam lingkungan sosial sekolah.

#### **6. Strategi Pembelajaran dan Pendekatan Konseling yang Efektif**

Dari sisi strategi pembelajaran, penelitian Rahmah Maulidanti Putri et al. (2023) menekankan bahwa model pembelajaran yang efektif bagi anak ADHD adalah pendekatan individual (*one-on-one learning*). Pendekatan ini memungkinkan guru menyesuaikan tempo, metode, dan gaya belajar sesuai karakteristik anak yang memiliki rentang perhatian pendek dan tingkat aktivitas tinggi.

Melalui interaksi personal seperti ini, anak dapat lebih fokus, merasa diperhatikan, dan mengalami penurunan kecemasan sosial karena tidak merasa dibandingkan dengan teman lainnya. Pendekatan ini dapat dikombinasikan dengan teknik bimbingan dan konseling berbasis perilaku, seperti terapi bermain (*play therapy*) serta konseling kognitif-perilaku (*cognitive-behavioral counseling*), yang terbukti efektif meningkatkan fokus, disiplin diri, serta keterampilan sosial anak ADHD.

Integrasi antara pembelajaran individual dan pendekatan konseling perilaku memungkinkan terciptanya lingkungan belajar yang suportif dan berorientasi pada perkembangan holistik anak, mencakup aspek akademik, sosial, dan emosional.

## KESULITAN SOSIAL SEBAGAI HAMBATAN BELAJAR ANAK DENGAN GANGGUAN PERHATIAN: REVIEW SISTEMATIK

Berdasarkan hasil sintesis dari kelima penelitian yang dikaji, dapat disimpulkan bahwa kesulitan sosial merupakan faktor signifikan yang memengaruhi hambatan belajar anak dengan gangguan perhatian. Anak dengan ADHD membutuhkan intervensi yang bersifat holistik, yang tidak hanya berfokus pada pengajaran akademik, tetapi juga memperhatikan kebutuhan sosial dan emosional mereka.

Kolaborasi antara orang tua, guru, dan konselor sekolah menjadi elemen kunci dalam menciptakan ekosistem pendidikan yang inklusif dan suportif. Sinergi antar pihak ini memungkinkan anak ADHD mengatasi hambatan sosial, meningkatkan kemampuan belajar, serta memperkuat kepercayaan diri di lingkungan sekolah dasar.

Oleh karena itu, layanan bimbingan konseling di sekolah dasar perlu diarahkan pada pendekatan berbasis bukti (*evidence-based practice*), yang mengintegrasikan dimensi kognitif, sosial, dan emosional secara seimbang. Dengan dukungan sistem pendidikan yang adaptif dan empatik, anak-anak dengan gangguan perhatian memiliki peluang lebih besar untuk tumbuh, belajar, dan berkembang secara optimal di lingkungan belajar yang mendukung.

### KESIMPULAN/CONCLUSION

Berdasarkan hasil kajian sistematis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa anak dengan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADD/ADHD) menghadapi hambatan belajar yang kompleks, terutama akibat kesulitan sosial yang mereka alami di lingkungan sekolah dasar. Hambatan tersebut tidak hanya berkaitan dengan kemampuan kognitif, tetapi juga berakar pada masalah emosional dan interaksi sosial yang tidak seimbang. Perilaku impulsif, rendahnya kemampuan memahami norma sosial, serta pengalaman penolakan sosial membuat anak ADHD mengalami isolasi emosional yang berdampak langsung pada motivasi dan prestasi akademik. Selain itu, hasil sintesis menunjukkan bahwa peran keluarga, guru, dan konselor sangat menentukan keberhasilan intervensi pendidikan bagi anak ADHD. Keterlibatan orang tua dalam memberikan dukungan emosional dan pola pengasuhan positif terbukti membantu anak mengembangkan regulasi diri dan rasa percaya diri. Di sisi lain, guru berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang adaptif dan inklusif, dengan menerapkan pendekatan individual dan konseling berbasis perilaku yang berorientasi pada kebutuhan anak. Pendekatan intervensi yang paling efektif ditemukan dalam bentuk kombinasi antara pembelajaran individual (*one-on-one learning*) dan bimbingan perilaku-kognitif (*Cognitive Behavioral Counseling*). Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan fokus dan kemampuan akademik, tetapi juga memperkuat keterampilan sosial serta keseimbangan emosional anak. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan pentingnya penerapan pendekatan berbasis bukti (*evidence-based practice*) dalam layanan bimbingan konseling di sekolah dasar. Upaya kolaboratif antara sekolah, keluarga, dan konselor harus menjadi prioritas dalam sistem pendidikan inklusif di Indonesia, khususnya di Kota Bengkulu. Melalui sinergi lintas peran dan kebijakan pendidikan yang empatik, anak-anak dengan ADHD memiliki peluang lebih besar untuk mencapai potensi optimalnya, baik dalam aspek akademik maupun sosial-emosional.

### REFERENCES (DAFTAR PUSTAKA)

- American Psychiatric Association. (2015). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Washington, DC: APA Publishing.
- Barkley, R. A. (2019). *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A Handbook for Diagnosis and Treatment (4th ed.)*. New York: Guilford Press.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic Analysis: A Practical Guide*. London: SAGE Publications.

- DuPaul, G. J., & Stoner, G. (2019). *ADHD in the Schools: Assessment and Intervention Strategies* (4th ed.). New York: Guilford Press.
- Fitriyani, S., Nuraini, R., & Hidayat, D. (2023). Keterampilan sosial anak ADHD dalam pembelajaran kolaboratif di sekolah dasar inklusif. *Jurnal Pendidikan Anak Indonesia*, 8(2), 120–132.
- Kemendikbudristek. (2022). *Laporan Nasional Tentang Pelaksanaan Layanan Pendidikan Inklusif di Sekolah Dasar Indonesia*. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan.
- Kitchenham, B., & Charters, S. (2007). *Guidelines for Performing Systematic Literature Reviews in Software Engineering*. Keele University, UK.
- Najihah Marsus, N., Ahmad, N., & Rosli, N. (2022). Social adjustment problems among children with ADHD: A school-based analysis. *Journal of Educational Psychology and Counseling*, 14(1), 34–46.
- Prasetyo, R. (2021). Tantangan implementasi program bimbingan konseling di sekolah dasar daerah. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 6(3), 145–156.
- Rahma Rizky Ananda Sugiharto, R., & Lestari, M. (2025). Peran guru dalam menciptakan pembelajaran inklusif bagi anak dengan ADHD. *Jurnal Psikopedagogia Indonesia*, 9(1), 51–66.
- Rahmah Maulidanti Putri, R., & Syafrida, N. (2023). Efektivitas pembelajaran individual terhadap peningkatan fokus anak ADHD. *Jurnal Pendidikan dan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus*, 5(2), 88–101.
- Recka Andhara Nurputeri, R., & Hartini, S. (2024). Keterlibatan orang tua dalam mendukung anak dengan gangguan perhatian. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Anak*, 11(1), 29–43.
- Santrock, J. W. (2021). *Life-Span Development* (18th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- World Health Organization. (2023). *Mental Health and Neurodevelopmental Disorders in Children: Global Report 2023*. Geneva: WHO.