

Yuk Kenali Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

ADHD adalah kondisi yang membuat anak mengalami gangguan psikiatrik yang ditunjukkan dengan gangguan memfokuskan perhatian secara berlebihan dan hiperaktivitas.



3 karakteristik utama ADHD pada anak yang biasa ditemukan, yaitu :

1

INATENSI

1. Kesulitan mempertahankan fokus
2. Gagal fokus pada hal detail
3. Terlihat tidak mendengarkan
4. Kesulitan mengikuti instruksi
5. Kesulitan mengorganisasi
6. Sering kehilangan barang dll



2

HIPERAKTIF

1. Gelisah
2. Tidak bisa duduk diam
3. Tidak bisa antri
4. Lari atau memanjat tak terkendali
5. Bergerak tanpa kendali
6. Banyak bicara



3

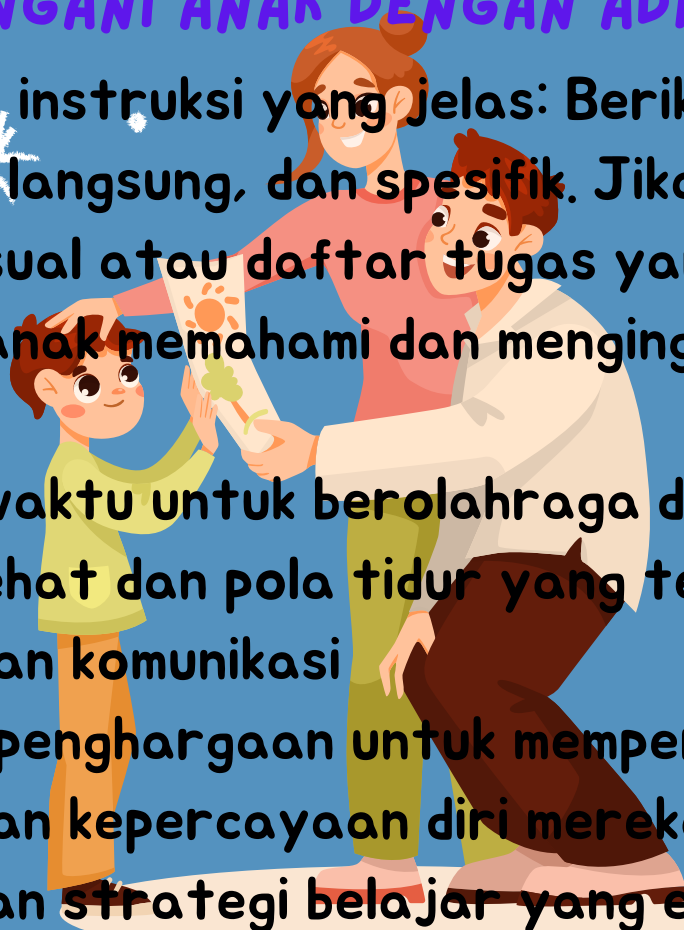
IMPULSIF

1. Kesulitan menunggu giliran
2. Menjawab impulsif tanpa menunggu selesai
3. Memotong pembicaraan orang lain



TIPS MENANGANI ANAK DENGAN ADHD DI RUMAH :

1. Memberikan instruksi yang jelas: Berikan instruksi yang sederhana, langsung, dan spesifik. Jika perlu, gunakan panduan visual atau daftar tugas yang jelas untuk membantu anak memahami dan mengingat tugas yang harus dilakukan.
2. Mengatur waktu untuk berolahraga dan kegiatan fisik
3. Makanan sehat dan pola tidur yang teratur
4. Dukungan dan komunikasi
5. Pujian dan penghargaan untuk memperkuat motivasi dan meningkatkan kepercayaan diri mereka.
6. Menggunakan strategi belajar yang efektif: Visual, Auditory, Kinestetik



PILIHAN TERAPI UNTUK MENGENDALIKAN ADHD PADA ANAK, DIANTARANYA ADALAH

1. Terapi farmakologi (Terapi Pengobatan) dengan menggunakan obat stimulan methylphenidate dan amphetamine sulphate dan obat non stimulan seperti atomoxetine.
2. Terapi non farmakologi (Terapi non pengobatan) dengan neurofeedback, yaitu terapi kognitif dan perilaku untuk melatih fungsi otak.



Konsultasi kan lebih lanjut ke Unit Pelayanan SDIDTK di Puskesmas.