

Prolite – Mengenali Tanda-Tanda ADHD pada Siswa SMP: Perilaku Impulsif yang Perlu Diwaspadai

Pernahkah kamu memperhatikan seorang anak SMP yang terlihat sulit diam, sering menjawab tanpa berpikir, atau tiba-tiba melakukan hal yang di luar dugaan?

Bisa jadi itu bukan sekadar “anak yang aktif banget,” melainkan tanda-tanda dari ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder).

Baca Juga: [Review Buku You Are a Badass yang Bisa Mengubah Cara Pandangmu terhadap Hidup](#)

Perilaku impulsif ini sering kali menjadi tantangan tersendiri, baik bagi orang tua maupun guru. Tapi, tenang! Artikel ini akan membantu kamu mengenali tanda-tanda ADHD dan memberikan strategi jitu untuk menghadapinya.

## **Apa Itu ADHD dan Perilaku Impulsif?**

## ADHD pada Siswa SMP : Tips Guru untuk Membantu Mereka Tetap Fokus dan Percaya Diri!



ADHD adalah gangguan perkembangan saraf yang memengaruhi kemampuan seseorang untuk fokus, mengontrol impuls, dan mengelola aktivitas sehari-hari.

Baca Juga: [Game ONE PIECE: Grand Gourmet Ajak Penggemar Bangun Restoran Impian Bersama Kru Topi Jerami](#)

Salah satu ciri khasnya adalah perilaku impulsif, di mana anak sering bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu.

Contoh perilaku impulsif pada anak ADHD di SMP:

- Menyela percakapan tanpa menunggu giliran.
- Mengambil keputusan secara spontan, seperti meminjam barang tanpa izin.
- Kesulitan menahan diri ketika diberi tugas, misalnya langsung mengerjakan tanpa membaca instruksi.

Anak-anak dengan gangguan ini biasanya tidak bermaksud buruk, hanya saja otaknya

bekerja dengan cara yang berbeda sehingga mereka sulit mengontrol impuls mereka.

## **Faktor Neurologis di Balik Perilaku Impulsif**

Kenapa perilaku impulsif ini sering muncul pada anak ADHD? Jawabannya ada pada lobus frontal, yaitu bagian otak yang bertanggung jawab untuk pengambilan keputusan, kontrol diri, dan perencanaan.



Baca Selanjutnya  
[Banjir Air Mata di Sidang Perceraian Asri Welas dan Galiech Usai Menikah 17 Tahun](#)