

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

Category: LifeStyle

4 Desember 2024



## **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)**.

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

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.

Pada anak ADHD, fungsi lobus frontal ini cenderung kurang optimal. Akibatnya, mereka:

- Sulit menahan dorongan untuk bertindak.
- Memiliki masalah dalam memproses konsekuensi dari tindakan mereka.
- Lebih mudah teralihkan oleh rangsangan di sekitar.

Kondisi ini membuat mereka lebih sering bertindak impulsif dibandingkan anak-anak lain seusianya.

## Pengaruh Hormon Remaja pada Anak SMP dengan ADHD

Masa remaja, terutama di jenjang SMP, adalah fase penuh perubahan hormonal. Hormon seperti **dopamin** dan **serotonin**, yang bertanggung jawab atas suasana hati dan pengendalian diri, sedang berfluktuasi.

Nah, bagi anak yang mengalami gangguan perilaku impulsif, perubahan ini bisa memperburuk perilaku impulsif mereka.

**Pengaruh hormon ini bisa terlihat seperti:**

- Lebih sering meledak emosinya, baik karena marah atau terlalu bersemangat.
- Kesulitan memprioritaskan tugas sekolah atau aktivitas lainnya.
- Perilaku berisiko, seperti bercanda berlebihan atau melanggar aturan sekolah.

## Strategi Guru Menghadapi Perilaku Impulsif Anak ADHD di Kelas



Sebagai guru, menghadapi anak yang memiliki gangguan ini memang memerlukan kesabaran ekstra dan strategi khusus. Berikut beberapa tips yang bisa diterapkan di kelas:

### 1. Teknik Manajemen Kelas: Atur Tempat Duduk dan Waktu Istirahat

- Tempatkan anak ADHD di **dekat guru** atau jauh dari jendela untuk mengurangi gangguan.

- Berikan waktu istirahat singkat selama belajar, misalnya setiap 20-30 menit, agar mereka bisa melepaskan energi.

## 2. Berikan Instruksi yang Jelas dan Singkat

Anak yang memiliki gangguan ini sering kali kesulitan memahami instruksi yang panjang atau rumit.

- Gunakan kalimat sederhana, seperti: *"Buka buku halaman 20, kerjakan soal 1-5."*
- Minta mereka mengulangi instruksi untuk memastikan mereka paham.

## 3. Strategi Penghargaan Positif

Mengubah perilaku impulsif menjadi produktif adalah tantangan, tapi bukan tidak mungkin.

- Berikan pujian segera setelah mereka menunjukkan perilaku baik, seperti, *"Bagus, kamu sudah menunggu giliran untuk berbicara!"*
- Gunakan sistem **reward**, misalnya stiker atau poin yang bisa ditukar dengan hadiah kecil.

Strategi ini tidak hanya membantu mereka mengontrol diri, tapi juga meningkatkan rasa percaya diri.

## Mengubah Tantangan Menjadi Peluang



Anak ADHD dengan perilaku impulsif bukanlah anak nakal; mereka hanya butuh pendekatan dan dukungan yang berbeda.

Dengan memahami kondisi mereka dan menggunakan strategi yang tepat, kita bisa membantu mereka berkembang menjadi pribadi yang lebih baik, baik di sekolah maupun di lingkungan sosial.

Jadi, kalau kamu adalah guru, orang tua, atau siapa pun yang peduli pada pendidikan anak, yuk mulai lebih peka terhadap tanda-tanda ADHD dan belajar bagaimana memberikan dukungan terbaik untuk mereka.

Dengan begitu, kita bisa menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan mendukung semua anak untuk mencapai potensi maksimal mereka.

**Mulai dari sekarang, yuk bantu anak-anak ADHD menemukan jalan terbaik mereka!** Jika kamu punya pengalaman atau tips menghadapi anak ADHD, share di kolom komentar, ya! ☐

---

# Seorang Siswi Berani Utarakan Aspirasi ke Jokowi Mengenai PPDB 2023

Category: Daerah  
4 Desember 2024



**JAKARTA, Prolite** – Sebuah video yang menampilkan seorang siswi di Bantar Gebang, Bekasi, sedang menyampaikan curahan hati kepada Presiden Joko Widodo (Jokowi) telah menjadi viral di media sosial.

Dalam curhatannya, siswi tersebut mengungkapkan betapa banyak temannya yang tidak dapat melanjutkan sekolah akibat polemik penerimaan peserta didik baru (PPDB).

Menurutnya, banyak dari mereka curiga bahwa ada pungutan dalam proses PPDB yang membuat mereka tak bisa diterima di sekolah negeri.

Dengan penuh semangat, Key, demikian nama siswi tersebut, kemudian mengundang Jokowi untuk mengunjungi Bantar Gebang dan melihat sendiri kondisi anak-anak yang menghadapi kesulitan dalam mengakses pendidikan.



*cr.*

Dalam video yang beredar, terlihat Key memegang foto Jokowi, sebagai simbol harapannya agar permasalahan PPDB di daerahnya dapat diperhatikan dan diatasi dengan bijaksana.

Pada Selasa (25/7/2023), Stafsus Menteri Sekretaris Negara (Mensesneg) Faldo Maldini menyatakan akan mengecek informasi terkait video viral yang telah disebutkan sebelumnya.

Dengan tanggapannya, “*Saya coba cek ya,*” Faldo menunjukkan komitmen untuk memverifikasi kebenaran konten dalam video tersebut sebelum memberikan respons lebih lanjut terkait isu yang sedang berkembang.

## **Pemkot Buka Suara Terkait Curhatan Siswi Tersebut**



*cr. gobekasi*

Pemerintah Kota (Pemkot) Bekasi melalui Dinas Pendidikan (Disdik) Kota Bekasi memberikan tanggapan terhadap video viral yang menampilkan seorang anak perempuan yang melaporkan sulitnya teman-teman seumurannya untuk melanjutkan sekolah ke jenjang SMP di Bantar Gebang kepada Presiden Jokowi.

Kepala Disdik Kota Bekasi, Uu Saeful Mikdar, menganggap video tersebut sebagai bentuk kepedulian dari siswa dan warga Kota Bekasi terhadap rekan-rekan mereka yang menghadapi kesulitan tersebut. Dia menyatakan sangat mengapresiasi inisiatif siswi tersebut dalam menyuarakan permasalahan ini.

Selain memberikan apresiasi, Pemkot Bekasi berharap agar seluruh lulusan SD di 12 kecamatan dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang SMP, baik itu di sekolah negeri maupun sekolah swasta.

Dengan demikian, Pemerintah Kota Bekasi berkomitmen untuk menciptakan akses pendidikan yang lebih baik dan merata bagi seluruh anak-anak di wilayahnya.



# Data Jumlah Lulusan Siswa SD di Kecamatan Bantar Gebang Kota Bekasi



*kumparan*

Kepala Dinas Pendidikan Kota Bekasi, Uu Saeful Mikdar, juga memberikan data yang mengklarifikasi situasi terkait jumlah lulusan siswa dan siswi SD di Kecamatan Bantar Gebang.

Jumlah lulusan siswa dan siswi SD se-Kecamatan Bantar Gebang mencapai anak dengan persentase kelulusan 100 persen dari total 26 SD yang terdiri atas 17 SD negeri dan 9 SD swasta.

Sementara, daya tampung sekolah SD negeri hanya mencapai siswa kelas 7 yang telah diterima di SMPN 27, 31, 49, dan USB 59, serta siswa yang bersekolah di 7 SMP swasta yang berada di Kecamatan Bantar Gebang.

Menanggapi data ini, Kepala Dinas Pendidikan Kota Bekasi, Uu Saeful Mikdar, menyatakan bahwa kurang tepat apabila ada kesan bahwa ribuan siswa tamatan SD di Bantar Gebang tidak bisa melanjutkan sekolah ke SMP.

Hal ini dikarenakan daya tampung SMP negeri yang terbatas. Untuk siswa yang tidak dapat diterima di SMP negeri, mereka tetap bisa bersekolah di SMP swasta dengan bantuan dari pemerintah.

## Pemkot Bekasi Telah Menyiapkan 3 Program



*Cr. Karawang Bekasi Ekspres*

Pemkot Bekasi memiliki tiga program yang dapat disalurkan



untuk pembiayaan pendidikan di sekolah swasta.

Program tersebut meliputi Bantuan Operasional Sekolah Pusat (BOSP) yang bersumber dari dana APBN, Bantuan Operasional Sekolah Daerah (BOSDA) dari dana APBD Pemkot Bekasi, dan Bantuan Siswa Miskin (BSM) dari APBD Pemkot Bekasi.

Dengan adanya program-program ini, diharapkan para siswa dapat tetap melanjutkan pendidikan di sekolah swasta dan mendapatkan bantuan yang diperlukan untuk mengakses pendidikan dengan lebih baik.

Komitmen Pemkot Bekasi dalam menyediakan berbagai program bantuan pendidikan untuk siswa di sekolah swasta menjadi salah satu upaya untuk memastikan bahwa setiap anak di Bantar Gebang memiliki kesempatan yang sama dalam meraih akses dan kualitas pendidikan yang layak.

Selain program bantuan dari Pemkot Bekasi, terdapat pula bantuan beasiswa yang diberikan oleh Pemerintah Provinsi DKI Jakarta kepada siswa SMPS (Sekolah Menengah Pertama Swasta) di Bantar Gebang sebesar Rp 2,4 juta per siswa per tahun.

Beasiswa ini merupakan tambahan khusus untuk siswa kurang mampu di Bantar Gebang, dan menjadi salah satu upaya Pemerintah Provinsi DKI Jakarta dalam mendukung pendidikan bagi siswa yang membutuhkan di wilayah tersebut.

Selanjutnya, rincian hak siswa di SMP swasta di Kota Bekasi adalah sebagai berikut:

1. Bantuan Operasional Sekolah Pusat (BOSP) dari APBN sebesar Rp per tahun.
2. Bantuan Operasional Sekolah Daerah (BOSDA) dari APBD Pemkot Bekasi sebesar Rp per siswa per bulan.
3. Bantuan Siswa Miskin (BSM) dari APBD Pemkot Bekasi sebesar Rp per siswa per bulan.

Dengan menggabungkan bantuan-bantuan tersebut, maka biaya

sekolah di sekolah swasta dapat mendapatkan subsidi sekitar Rp 275 ribu per bulan.

Selain itu, Pemkot Bekasi telah menjalankan kerja sama dengan 109 sekolah swasta untuk dapat menampung siswa yang tidak diterima di sekolah negeri.

Dengan demikian, upaya Pemkot Bekasi untuk memberikan akses pendidikan yang lebih luas bagi siswa di wilayahnya terus ditingkatkan melalui berbagai program dan bantuan yang tersedia.

*“Artinya jika digabung, biaya sekolah di swasta per bulan sudah dapat subsidi sekitar Rp 275 ribu per bulan. Dinas Pendidikan saat ini sudah kerja sama dengan 109 sekolah swasta untuk dapat menampung siswa yang tidak lolos di sekolah negeri,”* ujar Uu Saeful.

---

## **Cara Cek Link PPDB Kabupaten Bandung 2023 SMP**

Category: Daerah  
4 Desember 2024



## Cek Link PPDB di

**BANDUNG, Prolite** – Cek Link PPDB ! Apakah anda sudah mendaftarkan putra putri anda dengan cek link Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) Kabupaten Bandung.

Bagaimana cara mengecek apakah putra putri anda diterima di SMP yang didaftarkan.

Cara pengecekan PPDB Kabupaten Bandung 2023 jenjang SMP bisa di cek melalui link .



### PPDB Jenjang SMP

Jika para peserta didik sudah dinyatakan diterima pada PPDB jenjang SMP maka wajib melakukan daftar ulang sesuai dengan jadwal pada 14-15 Juli 2023 atau tepatnya hari ini hingga besok.

Bagi calon peserta didik yang sudah diterima namun tidak melakukan daftar ulang maka dianggap mengundurkan diri dan gugur.

Berkas daftar ulang PPDB Kabupaten Bandung 2023 SMP diserahkan

secara langsung ke panitia PPDB di SMP yang didaftarkan.

Berikut cara cek link PPDB Kabupaten Bandung 2023 jenjang SMP:

1. Masuk ke laman
2. Pada halaman utama, klik menu "Hasil Seleksi"
3. Pilih jenjang "SMP"
4. Klik dan pilih "Jalur"
5. Anda akan melihat daftar SMP, lengkap dengan hasil penerimaan peserta didik baru.

Adapun persyaratan bagi peserta didik yang akan melakukan daftar ulang yaitu:

1. Peserta didik yang diterima di satuan pendidikan wajib melakukan daftar ulang, dan bagi yang tidak mendaftar ulang dianggap mengundurkan diri
2. Peserta didik yang tidak dapat mendaftar ulang pada tanggal yang telah ditetapkan, wajib memberikan informasi tertulis kepada pihak sekolah yang ditandatangani orang tua selambat-lambatnya surat diterima pada hari terakhir daftar ulang.

---

# Wisuda PAUD – SMA Bebas tidak Wajib

Category: News  
4 Desember 2024



## **Kemendikbud Ristek, Wisuda tidak Boleh Memberatkan Orangtua/Wali Murid**

**JAKARTA, Prolite** – Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbud Ristek) resmi mengeluarkan aturan kegiatan wisuda untuk PAUD sampai SMA.

Dalam Surat Edaran Sekretaris Jenderal Kemendikbud Ristek Nomor 14 Tahun 2023, salah satu poinnya berbunyi tentang prosesi wisuda sekolah tingkat PAUD hingga SMA tidak boleh menjadi sebuah kewajiban yang memberatkan orangtua/wali murid.

Surat edaran yang dikeluarkan oleh Kemendikbud Ristek berlaku untuk seluruh jenjang pendidikan dari PAUD hingga jenjang SMA.

Sebelumnya banyak orang tua murid yang merasa keberatan untuk perpisahan PAUD sampai SMA karena pihak sekolah melakukan pemungutan biaya yang tidak sedikit bahkan terkadang terlampau mahal.

Pungutan biaya perpisahan sekolah beraneka ragam mulai ratusan ribu hingga jutaan rupiah. Karena pungutan itu tidak murah

maka Kemendikbud mengeluarkan aturan itu.

Meski banyak orang tua yang mengeluhkan perihal mahal nya biaya perpisahan namun ada juga orang tua yang setuju dengan adanya perpisahan untuk tingkat PAUD hingga SMA ini.

Beberapa orang tua tidak mempermasalahkan acara wisuda PAUD, SD, SMP, SMA diadakan karena mereka beranggapan memicu motivasi anak untuk terus menggapai pendidikan.

Surat edaran tertanggal 23 Juni 2023 itu ditujukan kepada para kepala dinas pendidikan provinsi, kepala dinas pendidikan kabupaten/kota, dan kepala satuan pendidikan di seluruh Indonesia.

Ada 2 poin utama yang dikeluarkan Kemendikbud perihal aturan wisuda PAUD-SMA Berdasarkan isi surat edaran tersebut, ada poin yang ditekankan bagi seluruh pemangku kepentingan dan satuan pendidikan PAUD, SD, SMP dan SMA/SMK antara lain:

1. Memastikan satuan pendidikan anak usia dini, satuan pendidikan jenjang pendidikan dasar, dan satuan pendidikan jenjang pendidikan menengah di wilayah kerja masing-masing kepala daerah. Tidak menjadikan kegiatan wisuda sebagai kegiatan yang bersifat wajib dan pelaksanaan kegiatan wisuda tidak boleh membebani orangtua/wali peserta didik.
2. Memastikan bahwa kegiatan pada satuan pendidikan anak usia dini, satuan pendidikan jenjang pendidikan dasar, dan satuan pendidikan jenjang pendidikan menengah di masing-masing wilayah kerja melibatkan komite sekolah dan orangtua/wali peserta didik.