

GANGGUAN PSIKOLOGIS DALAM DUNIA PENDIDIKAN: MENGUPAS HUBUNGAN GANGGUAN PERILAKU DAN GANGGUAN BELAJAR PADA KESEHATAN MENTAL”

(“Psychological Disorders in Education: Examining the Relationship Between Behavioral Disorders and Learning Disabilities on Mental Health”)

Asmarani Majid
STAI Al-Furqan Makassar
asmaranimajidpsi@gmail.com

Abstrack

Psychological disorders in the educational realm are a crucial concern as they directly impact students' mental health and academic development. This study aims to examine the relationship between behavioral disorders and learning disabilities in the context of students' mental health, as well as its implications for educational success. Behavioral disorders, such as aggression and difficulty in managing emotions, along with learning disabilities, such as dyslexia and dyscalculia, often interact and worsen children's mental health conditions. Additionally, these disorders can increase the risk of anxiety, depression, and low self-esteem, ultimately hindering the learning process and social adaptation of students. This study also discusses the importance of early intervention, psychosocial support in schools, and family involvement in helping students overcome their psychological challenges. The findings of this study are expected to provide insights for educators, psychologists, and other relevant stakeholders to design strategies that holistically support students' mental health within the educational environment.

Keywords: *psychological disorders, behavioral disorders, learning disabilities, mental health, education*

Abstrak

Gangguan psikologis dalam dunia pendidikan menjadi perhatian penting karena berdampak langsung pada kesehatan mental dan perkembangan akademik siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara gangguan perilaku dan gangguan belajar dalam konteks kesehatan mental siswa, serta implikasinya terhadap keberhasilan pendidikan. Gangguan perilaku, seperti agresivitas dan ketidakmampuan mengelola emosi, serta gangguan belajar, seperti disleksia dan diskalkulia, sering kali berinteraksi dan memperburuk kondisi kesehatan mental anak. Selain itu, keduanya dapat meningkatkan risiko gangguan kecemasan, depresi, dan rendahnya harga diri, yang pada akhirnya menghambat proses belajar dan adaptasi sosial siswa. Penelitian ini juga membahas pentingnya intervensi dini, dukungan psikososial di sekolah, dan keterlibatan keluarga dalam membantu siswa mengatasi hambatan psikologis mereka. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pendidik, psikolog, dan pihak terkait lainnya untuk merancang strategi yang mendukung kesehatan mental siswa secara holistik dalam lingkungan pendidikan.

Kata Kunci: gangguan psikologis, gangguan perilaku, gangguan belajar, kesehatan mental, pendidikan

PENDAHULUAN

Perilaku merupakan tindakan atau aktivitas dari manusia yang mempunyai arti yang sangat luas. Perilaku dapat dibatasi sebagai keadaan jiwa untuk berpendapat, berfikir, bersikap, dan lain sebagainya yang merupakan refleksi dari berbagai macam aspek, baik fisik maupun non fisik. Dalam pengertian umum perilaku adalah segala perbuatan atau tindakan yang dilakukan oleh makhluk hidup. Gangguan perilaku adalah sekelompok masalah perilaku dan emosional yang biasanya dimulai pada masa kanak-kanak atau remaja. Anak-anak dan remaja yang mengalami gangguan ini mengalami kesulitan untuk mematuhi aturan dan berperilaku dengan cara yang dapat diterima secara sosial. Mereka mungkin menunjukkan perilaku agresif, destruktif, dan suka menipu yang dapat melanggar hak orang lain. Orang dewasa dan anak-anak lain mungkin menganggap mereka sebagai "jahat" atau nakal, bukan sebagai orang yang memiliki penyakit mental. Jika anak memiliki gangguan perilaku, mereka mungkin tampak tangguh dan percaya diri. Namun, pada kenyataannya, anak-anak yang memiliki gangguan perilaku sering kali merasa tidak aman dan secara keliru percaya bahwa orang lain bersikap agresif atau mengancam. Baru terjadi apabila ada sesuatu yang diperlukan untuk menimbulkan reaksi, yang disebut rangsangan. Berarti rangsangan tertentu akan menghasilkan perilaku tertentu (Sunaryo, 2004). Perilaku individu tidak timbul dengan sendirinya, tetapi sebagai akibat adanya rangsangan (*stimulus*) baik dari dalam dirinya sendiri (*internal*) maupun dari luar individu (*eksternal*). Pada hakekatnya perilaku individu mencakup perilaku yang tampak (*overt behaviour*) dan perilaku yang tidak tampak (*inert behavior atau covert behavior*). Perilaku yang tampak adalah perilaku yang dapat diketahui oleh orang lain tanpa menggunakan alat bantu, sedangkan perilaku yang tidak tampak adalah perilaku yang hanya dapat dimengerti dengan menggunakan alat atau metode tertentu, misalnya berpikir, sedih, berkhayal, bermimpi, takut (Purwanto, 1999). Gangguan perilaku (*Conduct disorder*) adalah gangguan emosi pada anak yang menimbulkan pola perilaku mengganggu, agresif, kasar, dan sulit mengikuti aturan. Kondisi ini bisa dialami sebelum anak berusia 10 tahun, namun lebih sering terjadi pada remaja berusia 10–19 tahun. Selain itu, *conduct disorder* juga lebih sering dialami oleh anak laki-laki. *Conduct disorder* adalah gangguan perilaku pada anak yang juga

termasuk ke dalam *impulse control disorder* (ICD). Selain itu, kondisi ini juga kerap terjadi bersamaan dengan gangguan mental lainnya, seperti: *Gangguan belajar*, *Attention-deficit hyperactivity disorder* (ADHD), depresi pada anak.

Anak-anak yang memiliki gangguan perilaku sering kali sulit dikendalikan dan tidak mau mengikuti aturan. Mereka bertindak impulsif tanpa mempertimbangkan konsekuensi tindakan mereka. Mereka juga tidak mempertimbangkan perasaan orang lain. Anak mungkin mengalami gangguan perilaku jika mereka terus-menerus menunjukkan satu atau lebih perilaku berikut: perilaku agresif, perilaku menipu, perilaku merusak, pelanggaran aturan. Uraian masing-masing perilaku sebagai berikut: 1. Perilaku agresif dapat mencakup: mengintimidasi atau menindas orang lain, agresi terhadap orang atau hewan dengan sengaja, memaksa seseorang untuk melakukan aktivitas seksual, menggunakan senjata. 2. Perilaku menipu dapat mencakup: berbohong, membobol dan memasuki, pencurian, pemalsuan 3. Perilaku yang merusak: tindakan yang merusak dapat mencakup pembakaran dan tindakan perusakan lain yang disengaja terhadap harta benda. 4. Pelanggaran peraturan dapat meliputi: membolos sekolah, melarikan diri dari rumah, penggunaan narkoba dan alkohol, perilaku seksual pada usia sangat muda. Anak laki-laki yang memiliki gangguan perilaku lebih cenderung menunjukkan perilaku agresif dan destruktif daripada anak perempuan. Anak perempuan lebih rentan terhadap perilaku curang dan melanggar aturan. Selain itu, gejala gangguan perilaku bisa ringan, sedang, atau parah: pada kategori ringan mereka tidak menunjukkan masalah perilaku apa pun di atas yang diperlukan untuk membuat diagnosis. Masalah perilaku menyebabkan kerugian yang relatif kecil bagi orang lain. Masalah umum yang nampak termasuk berbohong, membolos, dan keluar rumah setelah gelap tanpa izin orang tua. Pada level sedang mereka memperlihatkan banyak masalah perilaku. Masalah perilaku ini dapat berdampak ringan hingga berat pada orang lain. Masalah tersebut dapat mencakup *vandalisme* dan pencurian. Pada kategori yang level berat kecenderungan yang tampak mereka menunjukkan masalah perilaku yang melebihi yang diperlukan untuk membuat diagnosis. Masalah perilaku ini menyebabkan kerugian besar bagi orang lain. Masalah tersebut dapat mencakup pemerkosaan, penggunaan senjata, atau pembobolan. Prospek jangka panjang untuk gangguan perilaku bergantung pada

tingkat keparahan dan frekuensi masalah perilaku dan emosional anak. Anak-anak yang terus-menerus menunjukkan perilaku yang sangat agresif, suka menipu, atau merusak cenderung memiliki pandangan yang lebih buruk. Pandangan tersebut juga lebih buruk jika disertai penyakit mental lainnya. Namun, mendapatkan diagnosis yang cepat dan menerima perawatan yang komprehensif dapat meningkatkan pandangan anak secara signifikan. Setelah perawatan untuk gangguan perilaku dan kondisi mendasar lainnya diterima, anak memiliki peluang yang jauh lebih baik untuk mendapatkan perbaikan yang signifikan dan harapan untuk masa depan yang lebih sukses. Orang tua dan pengasuh juga harus mencari pengobatan. Mempelajari cara menangani anak yang mengalami gangguan perilaku dapat membantu anak dan remaja serta mengurangi stres dalam keluarga atau lingkungan sosial. Tanpa perawatan, anak Anda bisa mengalami masalah yang berkelanjutan. Mereka mungkin tidak mampu beradaptasi dengan tuntutan kehidupan dewasa, yang dapat mengakibatkan masalah hubungan dan ketidakmampuan mempertahankan pekerjaan. Mereka juga berisiko lebih tinggi mengalami penyalahgunaan zat terlarang dan masalah dengan penegak hukum. Anak dapat mengembangkan gangguan kepribadian, anti sosial, saat mereka mencapai usia dewasa. Inilah sebabnya mengapa diagnosis dan pengobatan dini sangat penting.

Dalam bidang ilmu psikologi klinis, telah dicapai pula kemajuan dalam hal pengembangan pemahaman terkait dengan masalah perilaku menyimpang ini. Artinya, telah ada usaha-usaha untuk menetapkan kriteria untuk menentukan suatu perilaku sebagai perilaku menyimpang. Walaupun ada perbedaan penentuan kriteria antara beberapa ahli klinis, ada beberapa kriteria yang umum digunakan, yang cukup membantu untuk memahami perilaku yang dapat digolongkan sebagai menyimpang dari perilaku normal pada umumnya. baik prospek masa depannya. Dengan pengetahuan dan pemahaman yang lebih meyakinkan terkait faktor-faktor penyebab terjadinya gejala gangguan perilaku, maka sebenarnya lebih mudah juga untuk menentukan cara penanganannya. Penanganan yang dimaksud di sini terkait dengan masalah pencegahan atau antisipasi, dan lebih-lebih cara memandang dan memperlakukan anak dalam proses penanganan/penyembuhan. Penanganan yang dikembangkan akan berbeda dengan cara ketika gejala-gejala terhadap gangguan perilaku tersebut lebih banyak dikaitkan dengan penanganan secara tradisional, yang

penanganannya biasa dilakukan dengan ritual, semacam doa pelepasan atau pengusiran pengaruh roh jahat terhadap anak yang dianggap sudah mengalami gangguan yang dilihat dalam kenyataan diluar dari batas kewajaran diusia anak tersebut. Tindakan lain yang biasa menyertai adalah menghentikan sekolah dan membiarkan anak tersebut semakin bebas didunia yang memberikan dampak yang negatif bahkan anak tersebut akan mengalami gangguan mental mengasingkan mereka dari kehidupan sosial atau mengganggu lingkungan dan diistilahkan sebagai anak sampah masyarakat. Dan konsekwensi anak yang diterima tidak jarang mereka mengalami perlakuan lebih kasar, seperti penyiksaan sampai tindakan pembunuhan.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Library Research*. Studi pustaka yang dilakukan menggunakan sumber bacaan yang relevan dan tersedia, berkaitan dengan topik yang hendak dikembangkan. Buku dan artikel jurnal yang berkaitan dengan topik yang dibahas, dijadikan sebagai sumber, baik untuk memahami buah pikiran yang menjadi materi bahasan dalam tulisan ini maupun berbagai kajian atau tanggapan penting dan serius terhadap buah pikiran para tokoh tersebut. Dari berbagai sumber bacaan yang digunakan, penulis mengembangkan tulisan ilmiah ini, dalam konteks gangguan perilaku dan gangguan belajar terkait kesehatan mental. *Library Research* adalah pendekatan penelitian yang berfokus pada pengumpulan dan analisis data sekunder dari berbagai literatur akademik yang relevan. Dalam hal ini, peneliti akan memanfaatkan buku, artikel jurnal, laporan penelitian, dan sumber-sumber lain yang berhubungan dengan kesehatan mental, gangguan perilaku, dan gangguan belajar untuk mendapatkan pemahaman mendalam tanpa melakukan pengumpulan data langsung dari individu. atau komentar kritis, khususnya pada bagian kesimpulan. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah:

- 1. Mengidentifikasi Teori dan Konsep Dasar:** Peneliti dapat menemukan dan memahami teori-teori yang menjelaskan bagaimana gangguan perilaku dan gangguan belajar mempengaruhi kesehatan mental individu. Misalnya, teori

tentang faktor penyebab atau pemicu stres yang dapat memperburuk gejala gangguan perilaku pada individu dengan kesulitan belajar.

2. **Menganalisis Studi Kasus dan Temuan Sebelumnya:** Melalui sumber pustaka, peneliti dapat menelaah studi kasus atau temuan penelitian yang menggambarkan hubungan antara gangguan perilaku, kesulitan belajar, dan dampaknya pada kesehatan mental. Ini termasuk melihat efek jangka panjang pada emosi, perilaku, dan perkembangan akademik.
3. **Memahami Strategi Penanganan:** *Library research* juga memungkinkan peneliti untuk mempelajari berbagai metode atau pendekatan terapi yang efektif dalam mengatasi gangguan belajar dan gangguan perilaku, serta bagaimana metode tersebut dapat mendukung kesehatan mental.
4. **Mengumpulkan Data dan Statistik yang Tersedia:** Melalui sumber pustaka, peneliti bisa mengakses statistik yang relevan mengenai prevalensi gangguan ini di berbagai populasi, sehingga memberikan konteks yang lebih kuat pada penelitian.

Dengan demikian, *Library Research* memungkinkan peneliti untuk menyusun gambaran yang komprehensif mengenai kaitan antara gangguan perilaku dan gangguan belajar terhadap kesehatan mental tanpa perlu melakukan pengumpulan data primer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gangguan psikologis dalam dunia pendidikan, khususnya gangguan perilaku dan gangguan belajar, memiliki dampak signifikan pada kesehatan mental siswa. Gangguan perilaku, seperti ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) dan ODD (Oppositional Defiant Disorder), sering kali mempengaruhi kemampuan siswa untuk mengikuti aturan kelas dan berinteraksi dengan teman sebayanya. Ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan ekspektasi perilaku di sekolah ini dapat menyebabkan perasaan rendah diri, kecemasan, dan stres yang berkepanjangan. Siswa yang mengalami gangguan perilaku cenderung menghadapi tantangan dalam menavigasi lingkungan sosial dan akademis yang penuh tekanan, yang pada akhirnya dapat memperburuk kesehatan mental mereka.

Di sisi lain, gangguan belajar seperti disleksia, diskalkulia, dan disgrafia juga berdampak besar pada kesejahteraan mental siswa. Siswa dengan gangguan belajar sering merasa tertinggal dibandingkan teman-temannya, yang dapat menyebabkan rasa frustrasi dan putus asa. Kesulitan dalam memahami materi pelajaran dapat memicu perasaan tidak mampu, yang berpotensi mengarah pada depresi atau kecemasan. Tidak jarang, siswa yang mengalami gangguan belajar juga menghadapi perlakuan diskriminatif atau dianggap kurang cerdas oleh lingkungan sekitarnya. Kondisi ini semakin memperburuk keadaan mental siswa, terutama jika mereka tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari guru dan orang tua.

Hubungan antara gangguan perilaku, gangguan belajar, dan kesehatan mental menunjukkan pentingnya pendekatan holistik dalam pendidikan. Pendekatan ini melibatkan identifikasi dini dan pemberian intervensi yang tepat untuk membantu siswa mengatasi tantangan mereka. Guru dan tenaga pendidik perlu dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan untuk mengenali tanda-tanda gangguan ini dan memberikan dukungan yang tepat. Selain itu, sekolah harus menyediakan layanan konseling dan terapi yang dapat membantu siswa dalam mengelola stres dan emosi mereka. Dengan memberikan dukungan yang holistik dan berfokus pada kesehatan mental, dunia pendidikan dapat membantu siswa menghadapi tantangan yang mereka hadapi dan menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan sehat secara psikologis.

Gangguan Psikologis

Kondisi yang mempengaruhi fungsi mental, emosi, dan perilaku seseorang. Gangguan ini mencakup berbagai kondisi, seperti depresi, gangguan kecemasan, gangguan bipolar, skizofrenia, gangguan kepribadian, dan banyak lainnya. Gangguan psikologis sering kali disebabkan oleh kombinasi faktor genetik, biologis, lingkungan, dan psikologis. Kondisi ini dapat mempengaruhi cara seseorang berpikir, merasakan, bertindak, serta kemampuannya dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Individu dengan gangguan psikologis sering memerlukan dukungan medis atau terapi untuk mengelola gejala dan meningkatkan kualitas hidup.

Dampak gangguan psikologis pada pelajar sangat beragam dan dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka, baik secara akademis, sosial, maupun emosional. Berikut adalah beberapa dampak utama gangguan psikologis terhadap pelajar:

- 1. Penurunan Prestasi Akademik:** Gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, atau ADHD, sering kali menghambat kemampuan belajar dan konsentrasi pelajar. Kesulitan dalam fokus dan menjaga konsentrasi dapat menyebabkan mereka kesulitan memahami materi pelajaran, menurunkan daya ingat, dan akhirnya menurunkan performa akademik. Selain itu, pelajar dengan gangguan psikologis mungkin kesulitan menyelesaikan tugas tepat waktu atau menghadapi ujian, sehingga prestasi mereka tidak optimal.
- 2. Masalah dalam Hubungan Sosial:** Gangguan psikologis sering kali memengaruhi cara pelajar berinteraksi dengan teman sebaya dan lingkungan sosial. Misalnya, pelajar dengan kecemasan sosial mungkin merasa sulit berpartisipasi dalam aktivitas kelompok atau berinteraksi secara terbuka dengan teman-temannya. Hal ini bisa membuat mereka merasa terisolasi dan tidak memiliki dukungan sosial yang memadai, yang dapat memperburuk kondisi psikologis mereka dan membuat mereka merasa lebih kesepian atau rendah diri.
- 3. Penurunan Kesehatan Fisik dan Emosional:** Gangguan psikologis sering kali menyebabkan gejala fisik, seperti sakit kepala, gangguan tidur, masalah pencernaan, dan kelelahan kronis. Kondisi ini dapat mengurangi energi dan motivasi pelajar dalam beraktivitas. Secara emosional, mereka mungkin sering merasa cemas, sedih, atau mudah marah, yang berdampak pada keseimbangan emosional dan membuat mereka sulit menjalani kehidupan sehari-hari. Dalam jangka panjang, kesehatan mental yang terganggu dapat menyebabkan burnout atau kelelahan mental, yang dapat menghambat perkembangan pribadi dan sosial pelajar.

Secara keseluruhan, gangguan psikologis pada pelajar berdampak negatif pada proses belajar, kesehatan fisik, hubungan sosial, dan kesejahteraan emosional mereka. Pendampingan yang tepat dari guru, orang tua, dan tenaga ahli kesehatan

mental sangat penting agar pelajar dengan gangguan psikologis dapat mendapatkan dukungan dan penanganan yang diperlukan.

Kesehatan mental

Kondisi kesejahteraan di mana seseorang dapat menyadari potensi dirinya, menghadapi stres dalam kehidupan sehari-hari, bekerja dengan produktif, serta berkontribusi kepada komunitasnya. Kesehatan mental mencakup aspek emosional, psikologis, dan sosial, yang bersama-sama mempengaruhi cara seseorang berpikir, merasa, dan bertindak. Kesehatan mental yang baik memungkinkan seseorang untuk menjalani hidup yang seimbang dan memuaskan, sementara kesehatan mental yang terganggu bisa menyebabkan berbagai permasalahan dalam kehidupan pribadi, sosial, dan profesional.

Secara umum, gangguan psikologis merupakan kondisi spesifik yang memengaruhi kesehatan mental seseorang, sedangkan kesehatan mental mencakup keadaan keseimbangan emosi dan psikologis seseorang secara keseluruhan. Kesehatan mental yang baik tidak hanya berarti tidak adanya gangguan psikologis, tetapi juga kemampuan untuk mengelola stres, mengembangkan hubungan sosial yang positif, dan mencapai kepuasan dalam hidup.

GANGGUAN BELAJAR

Gangguan belajar, seperti disleksia (kesulitan membaca), diskalkulia (kesulitan dalam matematika), dan disgrafia (kesulitan menulis), sering kali berdampak pada kesehatan mental siswa. Individu dengan gangguan belajar biasanya menghadapi tantangan dalam memahami atau mengikuti materi pelajaran yang sama dengan teman-teman mereka. Kesulitan ini dapat memicu perasaan rendah diri, frustrasi, dan rasa putus asa. Ketika prestasi akademik mereka tidak sejalan dengan usaha yang telah mereka lakukan, siswa dengan gangguan belajar sering kali merasa tidak mampu, yang berpotensi menimbulkan stres dan kecemasan jangka panjang.

Kesehatan mental siswa dengan gangguan belajar juga dapat dipengaruhi oleh perlakuan dari lingkungan sekitarnya. Beberapa siswa dengan gangguan belajar mungkin mengalami diskriminasi atau stigma dari teman sekelas, guru, bahkan keluarga. Hal ini seringkali memperburuk kondisi mental mereka, terutama jika

mereka merasa dianggap berbeda atau kurang cerdas. Stigma ini dapat menyebabkan mereka merasa terisolasi, yang mengurangi motivasi untuk berinteraksi sosial atau terlibat dalam kegiatan belajar. Lingkungan yang tidak mendukung ini dapat menyebabkan perasaan malu atau enggan untuk mencoba lebih keras, karena takut diejek atau merasa gagal.

Oleh karena itu, mendukung kesehatan mental siswa dengan gangguan belajar memerlukan pendekatan yang inklusif dan penuh empati. Pendidik dan orang tua dapat berperan besar dengan memberikan pemahaman bahwa setiap individu memiliki cara belajar yang unik dan potensi masing-masing. Pemberian intervensi khusus, seperti terapi kognitif atau sesi bimbingan belajar, dapat membantu siswa dalam mengelola tantangan belajar yang mereka hadapi. Selain itu, menyediakan lingkungan yang mendukung di sekolah dan di rumah akan sangat membantu siswa merasa diterima dan percaya diri dalam proses belajar. Dengan dukungan yang tepat, dampak negatif gangguan belajar terhadap kesehatan mental dapat diminimalisir, sehingga siswa dapat berkembang secara akademik dan emosional.

PENYEBAB GANGGUAN BELAJAR

Berikut adalah beberapa penyebab umum gangguan belajar:

1. Faktor Genetik

Beberapa gangguan belajar, seperti disleksia dan ADHD, dapat diturunkan secara genetik. Anak-anak yang memiliki anggota keluarga dengan riwayat gangguan belajar berisiko lebih tinggi mengalami kondisi serupa.

2. Perkembangan Otak

Gangguan dalam perkembangan otak pada masa prenatal, seperti paparan alkohol atau narkoba selama kehamilan, infeksi, atau kelahiran prematur, dapat memengaruhi perkembangan fungsi kognitif yang diperlukan untuk belajar.

3. Lingkungan Keluarga dan Pola Asuh

Lingkungan yang kurang mendukung, seperti kurangnya stimulasi intelektual, ketidakstabilan emosional, atau pola asuh yang terlalu keras, dapat memengaruhi perkembangan kognitif dan kemampuan belajar anak.

4. Masalah Emosional dan Psikologis

Gangguan kecemasan, depresi, dan rendahnya rasa percaya diri dapat mengganggu kemampuan anak untuk berkonsentrasi, memahami, dan mengingat informasi yang dipelajari

5. Trauma Fisika tau Psikologis

Pengalaman traumatis, baik fisik (cedera otak, misalnya) maupun psikologis (seperti bullying atau kekerasan dalam rumah tangga), dapat berdampak negatif pada perkembangan mental dan kemampuan belajar anak.

6. Kekurangan Nutrisi

Nutrisi yang buruk, terutama pada masa perkembangan otak, dapat menghambat perkembangan kognitif dan kemampuan belajar. Kekurangan zat besi, asam lemak omega-3, dan vitamin tertentu misalnya, bisa memengaruhi fungsi otak.

7. Gangguan Sensorik

Masalah pendengaran atau penglihatan yang tidak ditangani dengan baik bisa mempersulit anak dalam memahami informasi yang disampaikan secara verbal atau visual, yang berujung pada gangguan belajar.

8. Lingkungan Pendidikan yang Tidak Mendukung

Kurangnya dukungan di sekolah, metode pengajaran yang tidak sesuai dengan kebutuhan belajar anak, atau kelas yang terlalu ramai bisa memengaruhi kemampuan anak dalam menyerap materi Pelajaran.

Dengan memahami berbagai penyebab ini, diharapkan orang tua, guru, dan praktisi pendidikan dapat bekerja sama untuk mengidentifikasi dan memberikan intervensi yang tepat sehingga anak dapat mengatasi hambatan belajar mereka.

GANGGUAN PERILAKU

Gangguan perilaku pada siswa, seperti ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), ODD (Oppositional Defiant Disorder), atau gangguan perilaku agresif, dapat memiliki dampak yang cukup besar pada pencapaian prestasi akademik mereka. Berikut adalah beberapa dampak utama dari gangguan perilaku pada siswa dalam pencapaian prestasi:

- 1. Kesulitan dalam Konsentrasi dan Fokus:** Gangguan perilaku sering kali memengaruhi kemampuan siswa untuk fokus dalam kegiatan belajar. Siswa dengan ADHD, misalnya, cenderung mudah terganggu oleh stimulus sekitar,

memiliki rentang perhatian yang pendek, dan sering beralih dari satu aktivitas ke aktivitas lain tanpa menyelesaikan tugas yang diberikan. Ketidakmampuan untuk fokus ini menghambat pemahaman materi pelajaran dan menyebabkan mereka kesulitan mengikuti pelajaran dengan baik, sehingga berdampak pada rendahnya hasil ujian atau nilai mereka.

2. **Masalah dalam Menyelesaikan Tugas dan Mengelola Waktu:** Siswa dengan gangguan perilaku mungkin menghadapi kesulitan dalam mengatur waktu dan menyelesaikan tugas tepat waktu. Gangguan seperti impulsivitas dan kurangnya keterampilan perencanaan membuat mereka sering menunda tugas atau lupa menyelesaikannya. Hal ini bisa menyebabkan penumpukan pekerjaan sekolah yang tidak terselesaikan, membuat siswa merasa kewalahan dan berdampak negatif pada nilai dan prestasi akademik mereka.
3. **Gangguan dalam Hubungan dengan Guru dan Teman Sebaya:** Gangguan perilaku dapat menyebabkan siswa sulit beradaptasi dengan aturan kelas dan memiliki hubungan yang tegang dengan guru atau teman sekelas.

PENYEBAB GANGGUAN PERILAKU

Faktor – faktor yang menyebabkan gangguan perilaku adalah sebagai berikut :

1. Faktor-faktor psikobiologik.

Faktor-faktor psikobiologik biasanya akibat : Riwayat genetika keluarga yang terjadi pada kasus retardasi mental, autisme, skizofrenia kanak-kanak, gangguan perilaku, gangguan bipolar, dan gangguan ansietas atau kecemasan. Struktur otak yang tidak normal. Penelitian menemukan adanya abnormalitas struktur otak dan perubahan neurotransmitter pada pasien yang menderita autisme, skizofrenia kanak-kanak, dan ADHD. Pengaruh pranatal, seperti infeksi pada saat di kandungan ibu, kurangnya perawatan pada masa bayi dalam kandungan, dan ibu yang menyalahgunakan zat, semuanya dapat menyebabkan perkembangan saraf yang abnormal yang berkaitan dengan gangguan jiwa. Trauma kelahiran yang berhubungan dengan berkurangnya suplai oksigen pada janin saat dalam kandungan yang sangat signifikan dan menyebabkan terjadinya retardasi mental dan gangguan perkembangan saraf lainnya. Penyakit kronis atau kecacatan dapat menyebabkan kesulitan koping bagi anak.

2. Dinamika keluarga.

Dinamika keluarga yang tidak sehat dapat mengakibatkan perilaku menyimpang yang dapat digambarkan sebagai berikut : Penganiayaan anak. Anak yang terus-menerus dianiaya pada masa kanak-kanak awal, perkembangan otaknya menjadi terhambat (terutama otak kiri). Penganiayaan dan efeknya pada perkembangan otak berkaitan dengan berbagai masalah psikologis, seperti depresi, masalah memori, kesulitan belajar, impulsivitas, dan kesulitan dalam membina hubungan (Glod, 1998). Disfungsi sistem keluarga (misal kurangnya sifat pengasuhan orang tua pada anak, komunikasi yang buruk) disertai dengan keterampilan coping yang tidak baik antar anggota keluarga dan model peran yang buruk dari orang tua. Sehingga menyebabkan gangguan pada perkembangan anak dan remaja.

3. Faktor lingkungan.

Lingkungan dan kehidupan sosial yang tidak menguntungkan akan menjadi penyebab utama pula, seperti : Perawatan pranatal yang buruk, nutrisi yang buruk, dan kurang terpenuhinya kebutuhan akibat pendapatan yang tidak mencukupi dapat memberi pengaruh buruk pada pertumbuhan dan perkembangan normal anak. Anak-anak tunawisma memiliki berbagai kebutuhan kesehatan yang memengaruhi perkembangan emosi dan psikologi mereka. Berbagai penelitian menunjukkan adanya peningkatan angka penyakit ringan kanak-kanak, keterlambatan perkembangan dan masalah psikologis diantara anak tunawisma ini bila dibandingkan dengan sampel kontrol (Townsend, 1999).

4. Budaya keluarga.

Perilaku orang tua yang secara dramatis berbeda dengan budaya sekitar dapat mengakibatkan kurang diterimanya anak-anak oleh teman sebaya dan masalah psikologik. Faktor penyebab gangguan perilaku pada anak adalah sebagai berikut : Setiap anak, dalam masa perkembangannya akan mengalami masalah perilaku. Bentuk masalah perilaku tersebut, setiap anak tidak sama. Masalah perilaku ini biasanya akan berkurang dan bisa hilang sebelum anak berusia 3 tahun atau beberapa bulan setelah berusia 3 tahun. Peningkatan atau penurunan

masalah perilaku anak sangat dipengaruhi oleh interaksi orang tua dan lingkungan.

Masalah perilaku anak dipengaruhi oleh beberapa hal, di antaranya:

- 1) Memanjakan anak secara berlebihan.
- 2) Perhatian orang tua yang terlalu melampaui batas ketika si anak sakit dan lainnya.
- 3) Anak tidak merasa nyaman, terutama kalau anggota keluarga terlalu padat atau kondisi rumah yang sunyi.
- 4) Ada bayi yang baru lahir di keluarganya.
- 5) Iklim keluarga yang begitu kejam, biasa terdengar dan terjadi suara makian, cacian dan pemukulan.
- 6) Tidak memberikan kebebasan yang cukup dalam bergerak, bermain, dan mengungkapkan sesuatu pada anak.
- 7) Kurang perhatian orang tua karena sibuk bekerja di luar rumah atau karena sibuk dengan pekerjaan sehari-hari.
- 8) Suka mengikuti perilaku anak-anak lain seusianya.

Faktor genetik dan lingkungan dapat menyebabkan timbulnya gangguan perilaku.

LANDASAN TEORI GANGGUAN BELAJAR

Gangguan belajar atau *learning disorder* adalah kondisi yang memengaruhi kemampuan individu dalam memahami, memproses, atau mengaplikasikan informasi yang diperoleh, sehingga mengganggu proses belajarnya. Beberapa teori yang membahas tentang gangguan belajar meliputi pendekatan neurologis, psikologis, dan lingkungan. Berikut adalah beberapa teori utama:

1. Teori Neurologis

Menurut teori ini, gangguan belajar terjadi akibat adanya kelainan atau disfungsi pada otak. Struktur atau fungsi otak yang terganggu dapat menghambat kemampuan individu dalam mengolah informasi. Gangguan ini bisa muncul sejak lahir atau akibat dari cedera pada otak. Sebagai contoh, disleksia (gangguan membaca) diyakini terkait dengan perbedaan dalam aktivitas dan struktur otak pada area yang berhubungan dengan pemrosesan bahasa.

2. Teori Pemrosesan Informasi

Teori ini berfokus pada bagaimana informasi diterima, diolah, disimpan, dan diambil kembali oleh individu. Gangguan belajar terjadi jika ada masalah dalam satu atau lebih tahap pemrosesan informasi, seperti perhatian, memori jangka pendek, atau pemahaman. Misalnya, anak dengan kesulitan dalam memori kerja mungkin mengalami kesulitan dalam mengikuti instruksi yang panjang atau memahami konsep yang rumit.

3. Teori Perkembangan

Menurut teori perkembangan, gangguan belajar terjadi akibat keterlambatan atau hambatan dalam tahapan perkembangan tertentu, yang mengakibatkan ketidaksiapan dalam belajar. Teori ini melihat bahwa ada tahapan perkembangan tertentu yang harus dicapai agar seorang anak bisa belajar dengan efektif. Jika ada hambatan pada tahap perkembangan ini, maka kemampuan belajar akan terganggu.

4. Teori Behavioristik

Teori behavioristik menganggap bahwa gangguan belajar disebabkan oleh faktor eksternal, seperti kurangnya penguatan positif, lingkungan belajar yang kurang mendukung, atau kondisi stres. Teori ini berpendapat bahwa perilaku belajar dapat diubah dengan mengatur penguatan (reinforcement) atau hukuman (punishment) yang diterima oleh individu.

5. Teori Psikodinamika

Teori ini melihat gangguan belajar sebagai hasil dari konflik internal atau trauma emosional yang belum terselesaikan. Menurut teori ini, masalah belajar bisa muncul karena kecemasan atau ketakutan tertentu yang membuat seseorang sulit untuk fokus atau menerima informasi dengan baik.

6. Teori Lingkungan dan Sosial

Gangguan belajar juga bisa dipengaruhi oleh faktor lingkungan, seperti kurangnya dukungan dari keluarga atau teman sebaya, tekanan sosial, atau kondisi ekonomi yang kurang mendukung. Teori ini berpendapat bahwa lingkungan yang kurang mendukung atau stres yang tinggi dapat menjadi faktor risiko bagi perkembangan gangguan belajar.

Teori-teori ini membantu memahami penyebab dan mekanisme gangguan belajar dari berbagai sudut pandang, sehingga dapat membantu para pendidik, psikolog, dan orang tua untuk merancang intervensi yang tepat dalam mendukung perkembangan anak-anak dengan gangguan belajar.

LANDASAN TEORI GANGGUAN PERILAKU

Gangguan perilaku atau *behavioral disorder* adalah kondisi di mana individu menunjukkan pola perilaku yang maladaptif, agresif, atau mengganggu, yang bisa mengganggu hubungan sosial dan aktivitas sehari-hari. Ada beberapa teori yang membahas penyebab dan mekanisme gangguan perilaku ini, antara lain:

1. Teori Biologis atau Neurologis

Teori ini berpendapat bahwa gangguan perilaku dapat disebabkan oleh faktor biologis, seperti ketidakseimbangan neurotransmitter, kelainan pada struktur otak, atau faktor genetik. Misalnya, ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) sering dikaitkan dengan ketidakseimbangan dopamin di otak. Teori ini menekankan pentingnya memahami aspek biologis individu untuk menentukan penanganan medis yang tepat.

2. Teori Belajar atau Behavioristik

Teori ini, yang dipelopori oleh tokoh-tokoh seperti B.F. Skinner, menyatakan bahwa perilaku adalah hasil dari pembelajaran yang diperoleh melalui penguatan (*reinforcement*) atau hukuman (*punishment*). Gangguan perilaku mungkin berkembang karena perilaku maladaptif mendapatkan penguatan positif, atau kurangnya hukuman untuk perilaku yang tidak sesuai. Misalnya, anak yang sering memperlihatkan perilaku agresif untuk mendapatkan perhatian bisa memperkuat kebiasaannya jika perilaku tersebut terus-menerus ditanggapi. Penanganan menurut teori ini biasanya melibatkan teknik modifikasi perilaku, seperti *token economy* atau *time-out*.

3. Teori Psikoanalitik atau Psikodinamik

Menurut teori psikoanalitik dari Sigmund Freud dan tokoh-tokoh berikutnya, gangguan perilaku berakar pada konflik internal yang tidak disadari, biasanya terkait dengan pengalaman masa kecil atau hubungan awal dengan orang tua. Anak yang memiliki gangguan perilaku mungkin sedang berusaha mengatasi kecemasan atau trauma batin. Teori ini menekankan pentingnya memahami

pengalaman emosional dan konflik bawah sadar, dengan intervensi seperti terapi psikodinamik yang bertujuan untuk membantu individu mengeksplorasi dan menyelesaikan konflik emosional yang tersembunyi.

4. Teori Kognitif

Teori kognitif menekankan bahwa gangguan perilaku dapat muncul dari cara berpikir atau persepsi yang salah atau disfungsi dalam pemrosesan informasi. Individu dengan gangguan perilaku mungkin memiliki pemikiran yang kurang adaptif, seperti kecenderungan untuk berasumsi negatif terhadap orang lain, merasa tidak berdaya, atau memiliki keyakinan yang tidak realistis tentang diri mereka. Dalam terapi kognitif, individu diajak untuk mengidentifikasi pola pikir yang salah dan menggantinya dengan pola pikir yang lebih positif dan realistis.

5. Teori Ekologis atau Lingkungan

Teori ini, dikembangkan oleh Urie Bronfenbrenner, menekankan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh berbagai lapisan konteks lingkungan, mulai dari lingkungan terdekat seperti keluarga, teman sebaya, dan sekolah, hingga lapisan yang lebih luas seperti masyarakat dan budaya. Gangguan perilaku bisa berkembang ketika individu berada dalam lingkungan yang penuh stres, tekanan, atau kurangnya dukungan sosial. Pendekatan ini menekankan pentingnya dukungan dari lingkungan dan perubahan dalam konteks sosial.

6. Teori Sosial-Kognitif

Teori ini, yang dikemukakan oleh Albert Bandura, menekankan bahwa gangguan perilaku dapat dipelajari melalui proses observasi atau meniru perilaku orang lain. Dalam konteks ini, seorang anak mungkin mengadopsi perilaku agresif atau maladaptif karena melihat figur-figur penting di lingkungannya, seperti keluarga atau teman sebaya. Teori ini juga menyatakan bahwa kepercayaan diri seseorang dalam mengontrol perilakunya sendiri (*self-efficacy*) berperan penting dalam mengatasi gangguan perilaku.

7. Teori Humanistik

Menurut teori humanistik dari tokoh-tokoh seperti Carl Rogers dan Abraham Maslow, gangguan perilaku mungkin muncul akibat kebutuhan dasar seseorang yang tidak terpenuhi, seperti kebutuhan akan kasih sayang, penerimaan, atau

penghargaan. Dalam lingkungan yang tidak mendukung, individu mungkin menunjukkan perilaku yang agresif atau menutup diri sebagai respons terhadap frustrasi atau rasa kurangnya harga diri. Teori ini menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan emosional dan potensi individu dalam mengembangkan perilaku yang sehat.

8. Teori Genetik dan Epigenetik

Penelitian menunjukkan bahwa faktor genetik dapat berkontribusi pada gangguan perilaku tertentu. Misalnya, beberapa anak mungkin memiliki kecenderungan genetik terhadap gangguan seperti ADHD atau gangguan perilaku oposisi. Selain itu, faktor epigenetik (seperti stres dan lingkungan) dapat mengaktifkan atau menonaktifkan gen tertentu, yang berpengaruh pada perilaku.

Teori-teori ini memberikan perspektif yang beragam tentang penyebab gangguan perilaku dan cara terbaik untuk menanganinya, baik melalui pendekatan medis, psikologis, sosial, atau lingkungan.

KESIMPULAN

Mengupas Hubungan Gangguan Perilaku dan Gangguan Belajar pada Kesehatan Mental" adalah bahwa gangguan psikologis, seperti gangguan perilaku dan gangguan belajar, memiliki dampak signifikan pada kesehatan mental dan perkembangan individu dalam konteks pendidikan. Gangguan perilaku, seperti agresivitas atau ketidakmampuan untuk mengikuti aturan, dapat mengganggu lingkungan belajar, mempengaruhi relasi sosial, dan meningkatkan risiko masalah psikologis lainnya. Di sisi lain, gangguan belajar, seperti disleksia atau diskalkulia, dapat menghambat kemampuan akademik dan mempengaruhi harga diri serta kepercayaan diri individu.

Hubungan antara gangguan perilaku dan gangguan belajar seringkali saling memengaruhi: anak-anak dengan gangguan belajar mungkin menghadapi tekanan atau frustrasi yang memicu masalah perilaku, sementara anak-anak dengan gangguan perilaku mungkin mengalami kesulitan dalam mencapai keberhasilan akademik. Kedua jenis gangguan ini, jika tidak ditangani, dapat meningkatkan risiko stres, kecemasan, depresi, dan dampak jangka panjang terhadap kesehatan mental.

Pentingnya pendekatan komprehensif dalam pendidikan yang mencakup pemahaman dan penanganan gangguan perilaku dan gangguan belajar sangatlah besar. Intervensi dini, dukungan psikologis, dan lingkungan belajar yang inklusif dapat membantu individu menghadapi tantangan.

SARAN

Saran ini diharapkan dapat membantu lembaga pendidikan, orang tua, dan praktisi kesehatan mental dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kesehatan mental siswa secara menyeluruh. Hal-hal yang menjadi perhatian didunia pendidikan dalam pencapaian peserta didik yang sehat, tangguh dan berprestasi antara lain:

1. Pentingnya Identifikasi dan Intervensi Dini

Upaya untuk mendeteksi gangguan perilaku dan gangguan belajar pada siswa sejak dini sangat penting. Sekolah sebaiknya bekerja sama dengan psikolog pendidikan untuk melakukan penilaian rutin terhadap siswa, sehingga gangguan dapat teridentifikasi sebelum berdampak lebih luas pada perkembangan akademik dan sosial mereka.

2. Pelatihan Guru dalam Penanganan Gangguan Psikologis

Guru sering kali berada di garis depan dalam mengamati perilaku dan kinerja siswa. Oleh karena itu, pelatihan guru mengenai cara mengenali dan menangani siswa dengan gangguan perilaku dan belajar sangatlah penting. Guru perlu dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan dasar dalam mengelola perilaku serta mendukung siswa dengan kebutuhan khusus.

3. Meningkatkan Dukungan Psikososial di Sekolah

Sekolah perlu menyediakan layanan konseling dan dukungan psikososial yang lebih komprehensif untuk membantu siswa yang mengalami gangguan psikologis. Kehadiran konselor atau psikolog di sekolah dapat membantu siswa mengatasi tekanan dan memberikan ruang aman untuk membicarakan masalah mereka

4. Pengembangan Program Pendidikan yang Inklusif

Sebaiknya, sistem pendidikan mengembangkan program-program inklusif yang bisa mengakomodasi siswa dengan gangguan belajar dan perilaku. Kurikulum dan metode pengajaran yang fleksibel dapat membantu siswa ini

untuk tetap terlibat dalam kegiatan belajar-mengajar, sehingga mereka tidak merasa terisolasi atau tertinggal dari teman-teman sebayanya.

5. Peran Keluarga dalam Mendukung Kesehatan Mental Siswa

Keluarga berperan penting dalam mendukung kesehatan mental anak. Orang tua perlu mendapatkan edukasi tentang gangguan perilaku dan gangguan belajar agar lebih memahami dan mendukung kebutuhan anak mereka. Keterlibatan orang tua dalam program intervensi sekolah juga dapat memperkuat keberhasilan penanganan gangguan psikologis pada anak.

6. Penelitian Lanjutan mengenai Faktor Risiko dan Metode Penanganan

Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami faktor risiko yang menyebabkan gangguan perilaku dan belajar pada siswa. Studi lebih mendalam tentang efektivitas metode penanganan, seperti terapi kognitif-perilaku, terapi keluarga, dan intervensi berbasis sekolah, juga penting untuk memastikan bahwa pendekatan yang digunakan tepat guna dan efektif.

7. Peningkatan Kesadaran di Lingkungan Sekolah terhadap Stigma Gangguan Psikologis

Sekolah perlu mengadakan kampanye dan kegiatan yang bertujuan untuk mengurangi stigma terhadap siswa yang mengalami gangguan psikologis. Lingkungan yang suportif dan bebas stigma akan membantu siswa merasa lebih nyaman dalam menerima bantuan dan meningkatkan penerimaan dari teman sebaya.

8. Penggunaan Teknologi untuk Mendukung Intervensi dan Monitoring

Pemanfaatan teknologi, seperti aplikasi monitoring perilaku dan platform pembelajaran adaptif, dapat mendukung proses intervensi dan monitoring siswa dengan gangguan perilaku dan belajar. Teknologi dapat membantu mengidentifikasi pola perilaku siswa dan memberikan umpan balik langsung kepada guru, orang tua, dan siswa itu sendiri.

9. Kolaborasi antara Sekolah, Psikolog, dan Lembaga Kesehatan Mental

Kolaborasi antara sekolah, psikolog pendidikan, dan lembaga kesehatan mental dapat memperkuat dukungan bagi siswa yang mengalami gangguan psikologis. Kerja sama ini dapat memperluas akses terhadap layanan

psikologis serta mempercepat proses rujukan jika siswa membutuhkan penanganan lebih lanjut.

10. Evaluasi Berkala terhadap Program dan Intervensi yang Dilaksanakan

Program dan intervensi yang dijalankan perlu dievaluasi secara berkala untuk mengetahui efektivitasnya dalam membantu siswa mengatasi gangguan perilaku dan belajar. Evaluasi ini memungkinkan penyesuaian metode atau pendekatan yang lebih tepat guna dan sesuai dengan kebutuhan spesifik siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman, M. (2003). *Pendidikan bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge: Harvard University Press.

DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington: American Psychiatric Association.

Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (1997). *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry*. Baltimore: Williams & Wilkins.

Lerner, J. W., & Kline, F. (2006). *Learning Disabilities and Related Disorders: Characteristics and Teaching Strategies*. Boston: Houghton Mifflin.

Mash, E. J., & Wolfe, D. A. (2016). *Abnormal Child Psychology*. Belmont: Cengage Learning.

Rutter, M., Bishop, D., Pine, D., Scott, S., Stevenson, J., Taylor, E., & Thapar, A. (2008). *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry*. Oxford: Blackwell Publishing

Santrock, J. W. (2007). Psikologi Pendidikan. Jakarta: Kencana.

Woolfolk, A. (2010). *Educational Psychology* (11th ed.). New Jersey: Pearson Education.

https://www-healthline-com.translate.google/health/conduct-disorder?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=wa

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://media.neliti.com/media/publications/167295-ID-psychological-disorder-perilaku->

abnormal.pdf&ved=2ahUKEwjJr_LnutOJAxUN9zgGHT6ZC2IQFnoECC0QAQ
&usg=AOvVaw3DHG7HzTIWTC9r6PbzClis