



MENGENAL **FUNGSI EKSEKUTIF** **Pada Anak Berkebutuhan Khusus**

Fondasi Penting Untuk Belajar, Perilaku dan
Kemandirian

Helziarozzi, S.Pd.,Dipl.Montessori

TUJUAN COACHING

Orang tua memahami apa itu
Fungsi Eksekutif

Mengerti kenapa FE penting untuk
Belajar & Perilaku

Mengetahui kenapa ABK rentan
mengalami **hambatan FE**



TUJUAN COACHING

Mampu mengenali tanda **FE** lemah sehari-hari

Menyadari prinsip dasar :

Anak bukan **tidak mau**, tapi **belum mampu**



Fungsi Eksekutif adalah kemampuan otak untuk mengatur diri, seperti fokus, mengikuti instruksi, menahan emosi, dan menyelesaikan tugas.

Pada **Anak Berkebutuhan Khusus**, kemampuan ini sering berkembang lebih lambat sehingga memengaruhi cara mereka belajar, berperilaku, dan mandiri dalam kegiatan sehari-hari.

LETAK FUNGSI EKSEKUTIF DI OTAK

- Fungsi Eksekutif berasal dari bagian otak bernama Prefrontal Cortex (PFC)
- PFC adalah bagian otak yang berkembang paling lambat dibanding area lain



LETAK FUNGSI EKSEKUTIF DI OTAK

- Pada Anak Berkebutuhan Khusus, perkembangan PFC sering lebih lambat atau terhambat, sehingga kemampuan mengatur diri juga ikut tertinggal



FE membantu anak untuk:

- Mengontrol impuls
- Mengikuti aturan
- Berganti aktivitas
- Tetap fokus
- Mengatur emosi
- Belajar dengan lebih baik

KENAPA

FE PENTING UNTUK ANAK?



FUNGSI EKSEKUTIF MEMPENGARUHI SEMUA AREA HIDUP

- Belajar
- Bermain
- Perilaku
- Emosi
- Transisi
- Kemandirian



KENAPA ABK SERING MENGALAMI HAMBATAN FUNGSI EKSEKUTIF ?

ADHD

(Kesulitan kontrol impuls & fokus)

ASD

(Rigid, sulit fleksibilitas)

SPD

(Masalah emosi saat overload)

GDD

(Memori kerja lemah)



FUNGSI EKSEKUTIF BELUM MATANG BUKAN BERARTI ANAK BANDEL

Perilaku anak sering terlihat seperti:

- Melawan
- Tidak mau
- Terlihat mengabaikan

Tapi sebenarnya:

“Otaknya belum mampu mengatur.”



TANDA UMUM FUNGSI EKSEKUTIF LEMAH PADA ABK

- Sulit fokus
- Impulsif
- Sulit berganti aktivitas mudah tantrum
- Tidak bisa mengikuti instruksi
- Sulit menyelesaikan tugas

“Ini bukan karakter, ini kemampuan yang belum berkembang.”



DAMPAK FUNGSI EKSEKUTIF LEMAH PADA PERILAKU

Tantrum yang terjadi berulang

Meltdown saat menghadapi perubahan kecil

Perilaku **Agresif** yang muncul mendadak

Ledakan emosi saat anak mengalami **frustrasi**



DAMPAK FUNGSI EKSEKUTIF LEMAH PADA KEMAMPUAN BELAJAR

Tugas **tidak selesai**

Tidak bisa **duduk lama**

Cepat **terdistraksi**

Bingung mulai tugas

Menghindari **aktivitas menantang**



CONTOH DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI

FUNGSI EKSEKUTIF YANG TERHAMBAT

Anak tidak bisa berhenti main
(**Impulsif**)

Anak menangis ketika sendok diganti (**Rigid**)

Anak lupa mengambil pensil
(**Memori kerja lemah**)

Anak marah ketika aturan berubah
(**Fleksibilitas rendah**)



SERINGKALI PERILAKU BUKAN MASALAH UTAMA

Masalah utamanya:

- Kontrol diri
- Fokus
- Fleksibilitas
- Regulasi emosi

Perilaku hanya **hasil akhir** dari FE yang belum berkembang.



FUNGSI EKSEKUTIF TIDAK BISA TUMBUH DENGAN SENDIRINYA

FE perlu:

- Latihan
- Dukungan lingkungan
- Modeling
- Rutinitas yang jelas
- Pengalaman sukses

“FE bukan bawaan lahir
bisa dilatih.”



BAGAIMANA FUNGSI EKSEKUTIF (FE) BERKEMBANG?

Menurut penelitian Harvard:

Saat lahir → Fungsi eksekutif masih sangat lemah

Usia **3–5** tahun → Mulai terbentuk pondasinya

Usia **6–12** tahun → Berkembang pesat

Remaja → Mulai mematangkan kontrol diri

Dewasa muda → Mencapai puncak kemampuan FE

Prinsip dasar memahami FE
Adalah Anak Bukan Tidak Mau
Tapi Belum Mampu



KESALAHPAHAMAN ORANG TUA YANG SERING TERJADI

"Dia ngeyel."

"Padahal kemarin dia bisa."

"Dia hanya cari perhatian."

"Dia tidak mau dengar."



KESALAHPAHAMAN ORANG TUA YANG SERING TERJADI

Padahal:

Fungsi eksekutif itu tidak stabil dan sangat dipengaruhi kondisi tubuh anak.

Seperti (**lapar, lelah, sakit, cemas**, atau **overstimulated**)

Sehingga kemampuan fokus, mengikuti aturan, dan mengontrol emosi bisa naik-turun dari hari ke hari.

Fungsi Eksekutif (FE)

bekerja di otak, tetapi kinerjanya
sangat dipengaruhi kondisi
tubuh.

Otak anak ingin bisa,
tapi tubuhnya belum siap.



HAL-HAL YANG MENURUNKAN FUNGSI EKSEKUTIF SECARA LANGSUNG

Lelah "**Otak sulit fokus, mudah tantrum, mudah frustrasi**"

Lapar "**Energi otak turun, memori kerja melemah**"

Overstimulasi (kebisingan, keramaian, terlalu banyak perintah) "**Sulit mengontrol emosi**"

Kurang tidur "**Impulsif meningkat**"

Sakit/kurang sehat "**Cepat marah, sulit mengikuti instruksi**"

PENUTUP

Fungsi Eksekutif adalah pondasi penting bagi fokus, emosi, dan kemandirian anak.

Pada ABK, area ini berkembang lebih lambat sehingga membutuhkan dukungan ekstra, kesabaran, dan latihan bertahap.

Dengan memahami cara kerja **FE**, orang tua dan guru dapat membantu anak berkembang sesuai potensinya.

TERIMA KASIH

Helziarozi, S.Pd.,Dipl.Montessori | Yusiani, S.M

