

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Anak merupakan salah satu anugrah sekaligus amanah terbesar yang dititipkan oleh Allah SWT kepada umat manusia. dalam khazanah pemikiran Islam, kehadiran anak dalam sebuah keluarga tidak sekedar berfungsi sebagai generasi penerus keturunan (*dzurriyyah*), melainkan sebagai subjek sosiologis-religius yang menguji komitmen transendental orang tua.³ Al-Qur'an secara eksplisit mengategorikan anak ke dalam beberapa dimensi maknawi, diantaranya sebagai perhiasan dunia (*zinat al-hayat al-dunya*), penyejuk hati (*qurrata a'yun*), maupun sebagai ujian (*fitnah*) bagi keimanan orang tuanya.⁴ konsekuensi logis dari status tersebut menuntut orang tua untuk memosisikan diri mereka sebagai lembaga pendidikan pertama yang bertanggung jawab penuh terhadap perkembangan fisik, psikologis, maupun spiritual anak. Tanggung jawab pengasuhan inilah yang nantinya akan dimintai pertanggungjawaban secara teologis di hadapan sang pencipta.

Realitas ujian dalam pengasuhan tersebut sering kali terwujud dalam bentuk yang lebih kompleks ketika Allah SWT menghendaki orang tua menerima titipan berupa anak berkebutuhan khusus. Melahirkan atau

³ Binti Maunah, *Sosiologi Pendidikan* (Yogyakarta: Teras, 2016), 12

⁴ Abdurrahman an-Nahlawi, *Prinsip-Prinsip dan Metode Pendidikan Islam dalam Keluarga, di Sekolah dan di Masyarakat*, terj. Herry Noer Ali (Bandung: Diponegoro, 1992), 89

mengasuh anak dengan keterbatasan perkembangan dalam perspektif teologis Islam bukanlah sebuah bentuk kutukan, hukuman, ataupun

representasi dari kegagalan domestik. Fenomena ini merupakan sebuah scenario spiritual yang dirancang untuk menguji batas kesabaran, kelapangan dada, serta tingkat ketakwaan hamba-Nya. Ujian kedewasaan spiritual ini menuntut transformasi kesadaran orang tua agar mampu melihat bahwa di balik keterbatasan sang anak, terdapat ladang amal mahabesar dan sarana peningkatan derajat di sisi-Nya. Kesiapan mental-spiritual untuk menerima ketetapan ini menjadi syarat mutlak dalam kedinamisan keluarga. Tanpa adanya fondasi teologis yang kokoh dalam memandang takdir Allah, orang tua akan rentan terjebak dalam labirin penolakan dan keputusan yang justru akan melumpuhkan fungsi psikologis pengasuhan itu sendiri.

Manifestasi konkret dari ujian pengasuhan anak berkebutuhan khusus tersebut adalah satunya tercermin secara nyata pada fenomena anak dengan gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). ADHD adalah gangguan pemusatan perhatian, impulsif, dan hiperaktif. Penulis disini mengamati banyaknya kasus ADHD pada usia dini, kasus ADHD muncul pada anak mulai usia 3-5 tahun. Anak laki-laki lebih banyak memiliki kasus gangguan ADHD daripada perempuan, tetapi dalam penanganannya perempuan membutuhkan waktu lebih lama daripada laki-laki. Gangguan ADHD menyebabkan anak sulit untuk memusatkan perhatian pada satu hal dalam satu waktu.⁵ Menurut beberapa penelitian,

⁵ Hildayani, dkk, *Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus* (Banten: Universitas Terbuka Press, 2016), 8

terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi gangguan ADHD, yaitu secara genetik dan lingkungan.

Banyak bentuk gangguan yang di alami oleh anak dengan gangguan ADHD. Perilaku yang berdampak hubungan interpersonal dengan teman sebaya bahkan dengan orang tua. Selain itu, anak ADHD juga cenderung memiliki kesulitan dalam mengikuti aturan, fokus pada satu kegiatan tertentu, serta pengendalian emosi.⁶ Pada lingkungan sekitar banyak orang tua yang memiliki kesulitan dalam mengkondisikan anak dengan gangguan ADHD. Sehingga diperlukannya penanganan yang tepat untuk menunjang perkembangan anak mulai dari aspek sosial, emosional, hingga pendidikan anak.

Dalam sebuah penelitian, anak dengan gangguan ADHD akan memiliki kemampuan mengelola gejala dan beradaptasi dengan lingkungan yang baik jika mendapatkan dukungan penuh dari orang tuanya. Namun, orang tua juga memiliki tantangan tersendiri dalam mendampingi anak dengan ADHD. Terdapat banyaknya anggapan di masyarakat bahwa anak dengan ADHD merupakan sebuah bentuk kenakalan atau kurangnya disiplin. Tidak jarang orang tua memiliki tekanan emosional dan kelelahan mengasuh anak ADHD. Hal ini yang akan menjadikan pengaruh pada pola asuh orang tua.⁷

⁶ Humaiya, S., dan Zulaikha, A., “Terapi Modifikasi Perilaku untuk Menurunkan Impulsivitas,” *GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh* (2023): 92-99

⁷ Marito, Y., Anggreani, A., & Sragih, C. A., “Peran Orangtua Dalam Membantu Anak Dengan Adhd,” *JICN: Jurnal Intelek dan Cendekiawan Nusantara* (2025): 10011-10016.

Beban pengasuh anak dengan ADHD yang kompleks sering kali memicu tekanan psikologis berat yang berujung pada kondisi *parental burnout*. Kelelahan emosional ini diperparah oleh perilaku impulsif anak yang sulit dikendalikan, sehingga energi orang tua terkuras sebelum mampu berkolaborasi aktif. Penelitian oleh Nurinawaiti dan Qodariah menyebutkan bahwa kualitas hidup ibu yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus sangat dipengaruhi oleh tingkat stress pengasuh yang dialami.⁸ Ketika orang tua berada dalam titik jenuh, motivasi untuk menjalankan program bina okupasi di rumah cenderung menurun drastis atau bahkan terhenti. Faktor kelelahan mental ini teridentifikasi sebagai hambatan internal yang nyata dalam proses bimbingan dan konseling keluarga pada kasus yang diamati.

Peneliti melakukan wawancara dengan terapis yang berkaitan dengan keterlibatan orang tua dalam perkembangan anak. Terapis memaparkan terdapat anak dengan perkembangan yang cukup baik, tetapi ada kalanya terjadi penurunan. Hal tersebut ketika terapis bertanya kepada wali anak yang merupakan neneknya, anak akan tantrum setelah pulang dari rumah ayahnya. Nenek tersebut juga mengatakan, beliau telah menerapkan diet dan mencoba untuk membimbing cucunya agar perkembangannya baik. Tetapi apa yang dilakukan oleh orang tua anak sebaliknya.⁹

Kelelahan ekstrem merupakan dimensi pertama dari *parentel burnout* yang melanda kondisi fisik sekaligus emosional orang tua secara massif. Kondisi ini bermanifestasi ketika seluruh energi psikis pengasuh terkuras habis akibat tuntutan pengasuh anak ADHD yang terjadi secara terus-menerus tanpa jeda. Orang tua merasa bahwa kekuatan mereka telah mencapai batas maksimal sehingga tidak lagi memiliki kapasitas untuk

⁸ Nurinawaiti, S., Purba, F. D., & Qodariah, L., "Kualitas Hidup Pada Ibu dari Anak dengan Berkebutuhan Khusus," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* (2021): 131-141.

⁹ Wawancara Rizqi Ghozali, S.Sos., Terapis LPA Inspirasi, 6 Januari 2026

merespons dinamika perilaku anak dengan tenang. Rasa lelah yang kronis ini tidak dapat hilang hanya dengan istirahat atau tidur sesaat karena sudah merasuk ke wilayah mental. Akibatnya, individu kehilangan vitalitas dasar dalam mengasuh.¹⁰

Penjarakan emosional menjadi dimensi defensive berikutnya yang muncul sebagai dampak lanjutan dari kelelahan ekstrem yang tidak teratasi. Orang tua dalam tahap ini mulai membatasi keterlibatan emosional mereka secara sadar maupun tidak sadar dengan anak yang di asuh. Bentuk penjarakan ini terlihat ketika orang tua hanya memenuhi kebutuhan fisik anak secara mekanistik tanpa disertai kehangatan atau kedekatam psikologis. Interaksi yang terjalin antara orang tua dan anak cenderung menjadi kering, kaku, serta berjarak demi melindungi diri pengasuh dari stress yang lebih berat. Fenomena psikologis tersebut sangat berbahaya karena dapat memutus kepekaan orang tua terhadap sinyal-sinyal perkembangan ataupun kebutuhan afeksi anak.¹¹

Perasaan tidak efektif dalam menjalankan peran sebagai pengasuh merupakan dimensi ketiga yang meruntuhkan kepercayaan diri orang tua. Dimensi ini ditandai dengan munculnya perasaan bersalah yang mendalam karena orang tua merasa telah gagal memberikan oengasuhan terbaik bagi anak ADHD. Evaluasi negative terhadap diri sendiri ini membuat mereka

¹⁰ Moira Mikolajczak, James J.Gross, dan Isabelle Roskam, "Beyond Parental Burnout: Pathways to Prevention and Recovery", *Clinical Psychological Science*, 7. No. 6 (2019), 1320

¹¹ Isabelle Roskam, Marie-Emilie Raes, dan Moira Mikolajczak, "Exhausted Parents: Development and Preliminary Validation of the Parental Burnout Assessment", *Frontiers in Psychology*, 8. No. 110 (2017), 5

merasa tidak kompeten, tidak berdaya, dan kehilangan kendali atas situasi domestic di rumah. Pandangan buruk terhadap kapasitas personal tersebut secara perlahan mengikis motivasi orang tua untuk mempertahankan konsistensi program terapi yang disarankan lembaga. Pada akhirnya, rasa tidak efektif ini melahirkan keputusan yang membuat seluruh usaha terapeutik di masa depan terasa sia-sia dalam pandangan mereka.¹²

Kesiapan psikologis orang tua dalam menerima diagnosa anak merupakan fondasi utama yang menentukan keberlanjutan proses terapi jangka panjang. Proses penerimaan diri ini bukanlah fase yang singkat, melainkan sebuah perjalanan emosional yang melibatkan pergulatan antara harapan dan kenyataan.¹³ Orang tua yang belum mencapai tahap penerimaan diri biasanya terjebak dalam fase penolakan yang bermanifestasi pada ketidakpatuhan terhadap anjuran terapis. Kegagalan dalam menerima kondisi anak secara tulus akan menghambat terbentuknya efikasi diri yang dibutuhkan untuk menghadapi tantangan pengasuhan. Intervensi psikologis untuk meningkatkan penerimaan diri menjadi persyaratan mutlak sebelum orang tua didorong untuk berkolaborasi secara teknis.

Proses awal penerimaan diri orang tua terhadap diagnosis ADHD umumnya diwarnai oleh fase penolakan (*denial*) dan fase amarah (*anger*). Raksi penolakan bawah sadar ini sering kali membuat individu

154 ¹² Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* (Jakarta: Rajawali Pers, 2010),

¹³ Handayani, P., & Pratami, E. V., "Gambaran Proses Penerimaan Diri Ibu dengan Anak Down Syndrome," *Jurnal Perkotaan* 12, no. 1 (2020): 67-85

mengabaikan saran medis dari professional serta menolak fakta objektif mengenai kondisi anak. ketika kenyataan tersebut tidak lagi dapat disangkal, emosi negatif akan berubah menjadi kemarahan yang kerap diluapkan kepada pihak terapis maupun lingkungan sosiologis sekitar. gejala emosional pada dua fase awal ini secara nyata dapat merusak komunikasi kolaboratif yang seharusnya terjalin sejak dini. Penanganan psikologis yang tepat sangat dibutuhkan pada tahap ini agar dinamika konflik internal keluarga tidak berlarut-larut.

Fase tawar-menawar (*bargaining*) dan fase depresi (*depression*) menjadi pergulatan batin lanjutan sebelum orang tua akhirnya mampu mencapai fase penerimaan (*acceptance*). Orang tua cenderung terjebak mencari alternatif penyembuhan instan yang tidak realistis sebelum akhirnya jatuh pada titik jenuh emosional yang mendalam. Kondisi depresi yang melanda pengasuh inilah yang menjadi jembatan utama yang mempercepat munculnya fenomena *parental burnout* dalam aktivitas domestik sehari-hari. Keberhasilan melewati masa-masa kritis tersebut akan membawa individu pada tahap penerimaan yang tulus untuk berdamai dengan kenyataan objektif anak. lahrinya kesiapan mental yang stabil pada fase akhir inilah yang menjadi motor penggerak utama bagi konsistensi intervensi jangka panjang.¹⁴

¹⁴ John W. Santrock, *Life-Span Development*, terj. Benedictine Widayanta (Jakarta: Erlangga, 2011), 153

Faktor kesipana psikologis lainnya yang sangat menentukan adalah efikasi diri atau keyakinan orang tua terhadap kemampuan mereka. Rendahnya efikasi diri menyebabkan orang tua merasa tidak berdaya (*powerless*) saat mengahdapi dinamika emosional anak yang fluktuatif di rumah. Sebaliknya, orang tua dengan tingkat efikasi yang tinggi cenderung lebih gigih dalam mencari solusi dan lebih terbuka untuk bekerja sama dengan lembaga.¹⁵ perasaan yakin ini sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial dan bimbingan konseling kolaboratif yang mereka terima selama terapi berlangsung. penguatan aspek psikologis berupa kepercayaan siri orang tua harus menjadi agenda utama dalam setiap sesi pertemuan.

Pengalaman keberhasilan secara langsung (*mastery experience*) merupakan sumber utama yang paling kuat dalam membangun efikasi diri orang tua. Setiap keberhasilan kecil yang di rasakan orang tua saat mempraktikkan teknik pengasuhan atau menenangkan anak ADHD yang sedang tantrum akan meningkatkan keyakinan diri mereka secara akumulatif. Kegagalan yang terjadi di masa lalu tidak lagi dipandang sebagai hambatan mutlak, melainkan sebagai bahan evaluasi untuk memperbaiki strategi intervensi berikutnya di rumah. Rasa kompeten yang terbangun melalui runtutan pengalaman nyata ini membuat individu menjadi lebih Tangguh menhadapi fluktuasi perilaku anak yang tidak

¹⁵ Ramadani, R., & Rahman, S., "Sensitivitas Konselor dalam Menangani Keluarga Anak ADHD: Kajian Kualitatif," *Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 8, no. 1 (2022): 30-39.

menentu. Penguatan melalui pencapaian pribadi inilah yang menjadi motor penggerak internal bagi stabilitas kesiapan psikologis pengasuh.

Pengalaman vikarius (*vicarious experience*) melalui pengamatan terhadap orang lain turut memegang peranan penting dalam membentuk ekspektasi efikasi orang tua. Kepercayaan diri individu akan meningkat secara signifikan ketika melihat orang tua lain yang memiliki karakteristik anak serupa sukses menjalankan program bina okupasi. Proses modeling ini memberikan gambaran nyata bahwa tantangan pengasuhan anak ADHD merupakan hal yang realistis untuk dihadapi dan diselesaikan melalui ketekunan. Sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan pengasuh lain di lingkungan sosiologis sekitar beresiko menurunkan motivasi dan memunculkan keraguan atas kemampuan diri sendiri. Ketersediaan figure percontohan yang positif di lembaga terapi menjadi faktor eksternal yang sangat dibutuhkan untuk menjaga optimism keluarga.

Bentuk dukungan lainnya yang memperkuat keyakinan psikologis orang tua adalah persuasi sosial (*verbal persuasion*). Bentuk dari dukungan ini melalui umpan balik positif, validasi emosional, serta arahan yang optimis dari pihak terapis maupun konselor di lembaga. Kata-kata penguatan yang diterima orang tua mampu mengaburkan keraguan internal dan motivasi mereka untuk melipatgandakan usaha dalam mendampingi anak. pengaruh interpersonal yang suportif ini terbukti efektif menurunkan ketegangan mental serta mencegah munculnya perasaan tidak berdaya akibat stress kronis. Sinergitas komunikasi yang konstruktif antara

professional dan orang tua pada akhirnya menjadi landasan bagi terciptanya kolaborasi intervensi yang konsisten.¹⁶

Intervensi bagi anak dengan ADHD saat ini sangat menekankan pada pendekatan multidisipliner yang melibatkan aspek psikologis, edukatif, hingga intervensi medis yang terintegrasi.¹⁷ Salah satu layanan utama yang sering digunakan adalah bina okupasi yang difokuskan untuk meningkatkan fungsi adaptif, kemandirian, dan kemampuan fokus anak dalam menjalankan tugas harian. Fokus utama dari bina okupasi adalah melatih ketrampilan motorik dan koordinasi agar anak mampu beradaptasi dengan tuntutan lingkungan sosialnya secara lebih efektif. Namun, keberhasilan program ini tidak hanya bergantung pada keahlian teknis terapis di ruang terapi, tetapi juga memerlukan dukungan penuh dari sistem pendukung di sekitar anak. Dengan demikian, bina okupasi harus dipandang sebagai media intervensi perilaku yang memerlukan sinergi lintas profesi untuk memastikan perkembangan anak tercapai secara optimal.

Maunah mengatakan, lingkungan pendidikan informal yang diciptakan oleh orang tua melalui pola asuh dan interaksi sosial menjadi fondasi utama bagi perkembangan karakter anak.¹⁸ Namun, realita dilapangan menunjukkan bahwa efektivitas intervensi sering kali terhambat inkonsistensi lingkungan rumah dengan tujuan terapeutik. Meskipun anak

¹⁶ John W. Santrock, *Life-Span Development*, terj. Benedictine Widyasinta (Jakarta: Erlangga, 2011), 165

¹⁷ Sholikhah, T. P., & Pratisti, W. D., "Kolaborasi Orang Tua - Guru dalam Mendukung Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder): Sebuah Studi Kasus," *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Keguruan dan Pendidikan* (2024): 294-300

¹⁸ Binti Maunah, *Sosiologi Pendidikan* (Yogyakarta: Teras, 2016), 84

mampu menunjukkan progress sosial yang positif di lembaga, perkembangan tersebut sering kali mengalami regresi atau kemunduran drastis ketika beralih ke tangan orang tua. Kondisi ini menunjukkan bahwa intervensi yang di berikan belum tergeneralisasi secara permanen.

Pada tanggal 5 Januari 2026 peneliti melakukan pra-penelitian berupa observasi. Selama melakukan observasi, peneliti mengamati interaksi anatra anak dengan terapis, terapis dengan orang tua, dan orang tua dengan anak di LPA Inspirasi. Peneliti menemukan perilaku orang tua yang menunjukkan ketidak efektifan intervensi yang terjalin antara orang tua dan terapis. Ketika terapis mengantar anak dari ruang terapi untuk memberikan penjelasan kepada orang tua mengenai terapi hari ini, yang dilakukan orang tua langsung memberikan *handphone* kepada anak untuk tetap duduk tenang selama berbincang dengan terapis. Sedangkan memberikan *handphone* kepada anak harusnya dikurangi atau bahkan di hilangkan. Tidak jarang juga terdapat orang tua yang memberikan makanan non-diet kepada anak sebagai *reward* kepada anak karena hari ini mau masuk terapi yang seharusnya makanan tersebut tidak boleh di konsumsi anak.¹⁹

Peneliti juga melakukan wawancara dengan terapis terkait bagaimana kolaborasi yang terjalin dengan orang tua. Terapis mengatakan bahwa beberapa orang tua yang memilih untuk langsung mengajak anaknya pulang tanpa mendengarkan intervensi kegiatan terapi. Terapis juga mengatakan bahwa beberapa orang tua mebtakan bahwa telah melakukan diet kepada anknya, tetapi pada pertemuan berikutnya tertangkap bahwa sebelum masuk kelas terapi, anak di berikan makanan non diet sebagai syarat agar anaknya mau masuk ruang terapi.²⁰

Banyak faktor yang mengakibatkan tidak terjalinnya kolaborasi dengan baik, salah satunya adalah hambatan emosional yang dialami orang tua. Dalam kasus ini, orang tua memiliki penolakan terhadap diagnosis ADHD, perasaa malu, merasa bersalah, merasa takut akan stigma sosial, bahkan ketidakpercayaan terhadap efektivitas terapi. Hambatan-hambatan emosional tersebut dapat mengganggu efektivitas intervensi profesional,

¹⁹ Hasil Observasi, LPA Inspirasi Rejotangan, 5 Januari 2026

²⁰ Wawancara Halim, S.Psi., Terapis LPA Inspirasi, 5 Januari 2026

termasuk konseling dan terapi yang di berikan kepada anak. Dalam perspektif bimbingan konseling, Mu'awanah menekankan bahwa layanan konseling harus mampu menyentuh aspek emosional dan kesadaran subjektif individu untuk mencapai trsnformasi mental.²¹ Konseling kolaboratif hadir untuk mnejembatani *gap* emosional diamna konselor bertindak sebagai fasilitator yang mendorong proses refleksi bersama. Hal ini sangat krusial agar orang tua tidak hanya menerima informasi secara teknis, tetapi juga mengalami perubahan kesadaran dari rasa tidak berdaya menjadi mitra trapis yang berdaya.

Pendekatan dalam konseling kolaboratif membantu menyatukan berbagai pihak yang terlibat dalam penanganan anak ADHD, terutama dalam menjembatani gap meosional antara orang tua dan terapis. Dalam pendekatan ini, konselor tidak bertindak sebagai pemberi solusi yang dominan tetapi sebagai fasilitator yang mendorong proses refleksi bersama dengan klien, orang tua, dan terapis untuk membangun pemahaman dan strategi perubahan secara partisipatif. Konseling kolaboratif bersifat terbuka, reflektif, dan berbasis dialog. Sehingga konseling kolaboratif dapat menjadi ruang aman bagi orang tua untuk merefleksikan pengalaman emosionalnya.²²

Melihat literatur yang ada, terdapat celah penelitian yang signifikan dalam kajian bina okupasi untuk kasus ADHD, dimana evaluasi

²¹ Elfi Mu'awanah, *Bimbingan Konseling Islam* (Yogyakarta: Teras, 2011), 45

²² Prayitno, *Dasar-Dasar Konseling* (Padang: Lembaga Pengembangan Pendidikan UNP, 2011), 39

perkembangan selama ini cenderung terduksi pada aspek teknis-motorik dan modifikasi perilaku anak secara klinis. Fokus medis yang sempit ini sering kali mengabaikan orang tua sebagai pengampu utama. Dinamika kesiapan psikologis orang tua bukan sekedar variable pendukung, melainkan fondasi esensial yang menentukan keberlanjutan intervensi. Terdapat kelangkaan penelitian yang secara mendalam mengeksplorasi esensi pengalaman batin orang tua dalam menghadapi ambivalensi dan pergulatan emosional saat mendampingi anak. Oleh karena itu, diperlakukan studi fenomenologi yang menempatkan kesadaran subjektif orang tua sebagai pusat analisis untuk memahami bagaimana mereka memaknai peran dan kesiapan di tengah tantangan perkembangan anak.

Penelitian fenomenologi ini krusial karena menyentuh dimensi eksistensial dalam layanan bimbingan konseling keluarga. Tanpa membedah struktur kesadaran dan hambatan mental orang tua pada fenomena tertentu, seperti pengalaman menghadapi regresi perilaku anak, upaya terapeutik hanya akan menjadi intervensi mekanistik yang mengabaikan sisi kemanusiaan subjek. Urgensi penelitian ini terletak pada upaya mengungkap bagaimana orang tua menegosiasikan rasa lelah, harapan, dan tanggung jawab mereka agar terhindar dari krisis mental yang berkepanjangan. Melalui lensa bimbingan konseling, penelitian ini bertujuan menangkap momen transformasi kesadaran orang tua, dari perasaan tidak berdaya menuju penemuan makna baru sebagai mitra terapis yang memiliki efikasi diri tinggi.

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada penggunaan pendekatan fenomenologi untuk mengintegrasikan prinsip konseling kolaboratif ke dalam program bina okupasi anak ADHD. Jika penelitian terdahulu lebih banyak bersifat deskriptif generalisasi terhadap aspek motorik anak, studi ini secara spesifik melakukan penelurusan mendalam terhadap keunikan pengalaman emosional dan suara batin orang tua. Analisis terhadap fenomena regresi perilaku yang di kaji melalui eksplorasi kesiapan psikologis ini memberikan kontribusi teoritis yang orisinal bagi pengembangan khazanah keilmuan Bimbingan Konseling Islam (BKI). Formulasi data yang di temukan berpotensi memperluas literatur praktik BK Keluarga Islam, khususnya dalam menyediakan indikator klinis mengenai rekonstruksi kesadaran pengasuh sebelum terlibat dalam kolaborasi terapeutik. Melalui penegasan aspek kontributif tersebut, penelitian ini tidak hanya memandang proses konseling sebagai penyelesaian pengasuh utama. Integrasi konseptual inilah yang diharapkan mampu menjadi rujukan akademis baru yang memperkuat sitingsi dan relevansi keilmuan konseling Islam di lembaga pendidikan maupun rehabilitas.

B. Fokus dan Petanyaan Penelitian

1. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada eksplorasi dinamika kesiapan psikologis orang tua yang meliputi penerimaan diri (*self-acceptance*) dan efikasi diri (*self-efficacy*) dalam melaksanakan program bimbingan konseling. Hal tersebut dapat menjadikan faktor penentu bagi

konsistensi perkembangan anak ADHD dalam konteks sistem pengasuhan keluarga.

2. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana esensi pengalaman batin orang tua dalam menghadapi fenomena regresi perilaku anak ADHD selama menjalani program bina okupasi di LPA Inspirasi?
2. Bagaimana dinamika kolaborasi antara orang tua dengan pihak lembaga dalam membangun kesiapan psikologis guna keberlanjutan proses bimbingan konseling?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan esensi pengalaman batin orang tua terkait fenomena regresi perilaku anak ADHD selama masa terapi
2. Untuk menganalisis pengaruh kualitas kolaborasi antara orang tua dan Lembaga terhadap penguatan kesiapan psikologis dalam perspektif layanan bimbingan konseling

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

- a. Pengembangan ilmu bimbingan konseling keluarga, Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pada literatur bimbingan konseling mengenai dinamika keluarga dengan anak berkebutuhan khusus, khususnya dalam memetakan kesiapan mental orang tua sebagai variabel kunci keberhasilan program intervensi.

- b. menjadi referensi akademik dalam memperkaya literatur mengenai integrasi pendekatan konseling kolaboratif dalam setting layanan terapi
- c. menguatkan landasan teoritis mengenai pentingnya aspek penerimaan diri dan efikasi diri orang tua sebagai variable kunci keberhasilan intervensi anak.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Ketua LPA Inspirasi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi strategis dalam Menyusun kebijakan layanan di lembaga. Hasil temuan mengenai dinamika kesiapan psikologis orang tua dapat menjadi landasan untuk mengembangkan unit layanan Bimbingan Konseling Keluarga (BKK) yang lebih terintegrasi, sehingga program Bina Okupasi tidak hanya berfokus pada progress anak secara klinis, tetapi juga pada penguatan kesiapan mental keluarga sebagai mitra lembaga.

b. Bagi Terapis

Penelitian ini memberikan wawasan mendalam mengenai hambatan batin dan struktur kesadaran orang tua yang selama ini mungkin tidak terlihat dalam sesi terapi formal. Dengan memahami tahap kesiapan orang tua, terapis dapat menyesuaikan gaya komunikasi dan strategi edukasi yang lebih empatik, guna membangun aliansi terapeutik yang lebih kokoh dan meminimalisir

risiko regresi perilaku anak akibat ketidaksiapan pendampingan di rumah.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana refleksi diri bagi orang tua untuk mengenali posisi kesiapan psikologis mereka saat ini. Melalui narasi pengalaman partisipan lain yang diungkap dalam studi ini, orang tua diharapkan memperoleh penguatan emosional, peningkatan efikasi diri, dan kesadaran akan pentingnya konsistensi antara intervensi di lembaga dengan pola asuh di lingkungan domestic.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi atau data awal bagi peneliti yang tertarik mengkaji lebih dalam mengenai dinamika keluarga dengan anak berkebutuhan khusus melalui pendekatan kualitatif-fenomenologis. Selain itu, penelitian ini memberikan ruang bagi pengembangan instrument atau model bimbingan konseling keluarga yang lebih spesifik dalam menangani konflik peran dan hambatan psikologis pengasuh utama.

E. Penegasan Istilah

1. Kesiapan Psikologis Orang Tua

Kesiapan psikologis dalam penelitian ini dipandang sebagai keteguhan hati dan kemantapan mental orang tua dalam mendampingi anak ADHD. Secara sederhana, hal ini merujuk pada sejauh mana orang

tua merasa mampu dan siap secara batiniah untuk menghadapi tantangan pengasuhan sehari-hari. Dalam pandangan bimbingan konseling, kesiapan ini bukan kondisi sekali jadi, melainkan sebuah perjalanan perubahan sikap yang dijelaskan dalam *Transtheoretical Model* (TTM) sebagai proses peralihan dari sekedar menyadari masalah menuju komitmen tindakan nyata.²³ Dari sisi pengalaman hidup, kesiapan ini berarti orang tua mulai bisa berdamai dengan keadaan dan menerima kondisi anak sebagai bagian dari dinamika keluarga mereka.

Dinamika kesiapan ini terlihat dari bagaimana orang tua mampu menjaga ketenangan batinnya meskipun anak menunjukkan perilaku yang sulit dikendalikan. Kesiapan ini menuntut adanya penerimaan diri yang tulus agar orang tua tidak terus menerus merasa bersalah atau malu dengan kondisi anaknya.²⁴ Dalam konteks di LPA Inspirasi, istilah ini menekankan pada daya tahan mental partisipan untuk tetap konsisten memberikan dukungan bagi anak, meskipun hasil dari latihan bina okupasi seringkali membutuhkan waktu yang lama dan kesadaran yang ekstra.

2. Bina Okupasi

Bina okupasi dalam konteks bimbingan konseling dipandang sebagai serangkaian aktivitas terarah yang bertujuan untuk membantu anak mencapai kemandirian dalam kehidupan sehari-hari melalui

²³ James O. Prochaska dan Wayne F. Velicer, "The Transtheoretical Model of Health Behavior Change," *American Journal of Health Promotion* 12, No. 1 (1997): 38

²⁴ John W. Creswell dan Cheryl N. Poth, *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (Thousand Oaks: SAGE Publications, 2018): 75

kegiatan yang menyenangkan. Program ini dirancang bukan hanya untuk melatih ketangkasan fisik anak, melainkan sebagai sarana bagi orang tua untuk belajar memahami pola komunikasi dan kebutuhan buah hati mereka secara lebih mendalam. Melalui kegiatan bermain dan belajar yang terstruktur, orang tua diajak untuk melihat potensi yang dimiliki anak di balik hambatan konsentrasi yang mereka alami. Pendekatan ini menekankan bahwa setiap aktivitas bermakna yang dilakukan anak dapat menjadi jembatan untuk membangun hubungan emosional yang lebih kuat antara orang tua dan anak.²⁵ fokus utama dari bina okupasi di sini adalah menciptakan lingkungan yang mendukung agar anak merasa mampu dan percaya diri dalam menjalankan peran sosialnya di rumah maupun di sekolah.²⁶

Penerapan bina okupasi di LPA Inspirasi menuntut adanya keselarasan dan kerja sama yang erat antara pihak terapis di lembaga dengan orang tua di lingkungan rumah. Istilah ini menekankan bahwa keberhasilan seorang anak dalam menguasai keterampilan baru sangat bergantung pada seberapa konsisten orang tua melanjutkan arahan tersebut dalam rutinitas harian. Orang tua berperan sebagai pendamping utama yang bertugas memastikan bahwa nilai-nilai kemandirian yang telah diajarkan tetap terjaga meskipun anak berada di luar ruang terapi. Dinamika yang terjadi selama proses ini seringkali menjadi ujian bagi

²⁵ Ingrid Soderback, *International Handbook of Occupational Therapy Intervention* (London: Springer, 2014): 210

²⁶ Marito, Y., Anggreani, A., Sragih, C., "Peran Orangtua dalam Membantu Anak dengan ADHD," *JICN: Jurnal Intelek dan Cendekiawan Nusantara* 2, No. 1 (2025): 45

kesabaran dan keteguhan batin orang tua dalam menghadapi perkembangan anak yang tidak selalu berjalan mulus.²⁷ Oleh karena itu, bina okupasi dalam penelitian ini dipahami sebagai sebuah proses pendampingan berkelanjutan yang melibatkan seluruh anggota keluarga demi tercapainya kebahagiaan dan kesejahteraan mental bersama.

3. Anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*)

Anak dengan ADHD dalam penelitian ini dipahami sebagai individu yang memiliki karakteristik istimewa berupa kesulitan dalam memusatkan perhatian serta kecenderungan perilaku yang sangat aktif dan impulsif. Karakteristik ini sering kali membuat anak tampak sulit diatur atau kurang patuh terhadap aturan sederhana yang diberikan oleh orang dewasa di sekitarnya. Dalam sudut pandang bimbingan konseling, perilaku tersebut merupakan ekspresi dari hambatan kontrol diri yang membutuhkan pendekatan kasih sayang dan kesabaran ekstra dari orang tua.²⁸ Kondisi ini menuntut orang tua untuk memiliki pemahaman yang utuh agar tidak memberikan label negatif atau sanksi fisik yang justru dapat memperburuk keadaan emosional anak. Fokus utama dalam pendampingan anak ini adalah bagaimana menciptakan

²⁷ Sholikhah, dan Prastisi, "Kolaborasi Orang Tua-Guru dalam Mendukung Anak ADHD: Sebuah Studi Kasus," *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Keguruan dan Pendidikan* (2024): 112

²⁸ Ramadani, R., dan Rahman, "Sensitivitas Konselor dalam Menangani Keluarga Anak ADHD Kajian Kualitatif," *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling* 8, No. 1 (2022): 15

suasana rumah yang tenang dan terstruktur guna membantu anak merasa lebih fokus dan nyaman.²⁹

Fenomena unik yang terjadi pada anak ADHD di lingkungan LPA Inspirasi adalah munculnya perbedaan perilaku yang kontras antara saat berada di ruang terapu dan lingkungan rumah. Banyak anak menunjukkan kemajuan perkembangan yang baik saat didampingi oleh terapis, namun cenderung mengalami kemunduran atau regresi perilaku ketika kembali ke keluarga. Perubahan perilaku yang tidak menentu ini sering kali menjadi pemicu stress yang besar bagi orang tua dan menguji stabilitas emosi mereka dalam proses pengasuhan harian. Oleh karena itu, keberadaan ADHD dalam penelitian ini bukan dipandang sebagai beban, melainkan sebagai stimulus yang menggerakkan dinamika batin orang tua untuk terus belajar dan beradaptasi. Pemahaman yang mendalam mengenai sifat anak ini menjadi kunci utama bagi orang tua untuk mencapai tahap kesiapan psikologis yang lebih matang dan konsisten.

4. Kolaborasi Konseling

Pendekatan konseling kolaboratif membangun hubungan kemitraan yang sejajar antara konselor, terapis, dan orang tua anak dengan ADHD. Kemitraan ini menekankan pada prinsip kesetaraan, keterbukaan, dan partisipasi aktif dari semua pihak dalam proses

²⁹ Rosita. P., dll., "Penerimaan Diri Ibu yang Mempunyai Anak Berkebutuhan Khusus di Kabuoaten Bantul," *PSIKOSTUDIA: Jurnal Psikologi* 14, No. 1 (2025): 22

penanganan. Konselor tidak memposisikan diri sebagai pihak dominan yang menentukan arah intervensi, tetapi sebagai fasilitator dialog yang mendorong eksplorasi pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki oleh orang tua dan terapis. Fokus kolaborasi ini adalah pada upaya pemulihan keberfungsian mental orang tua agar dapat menjadi pendamping yang efektif bagi anak.