

Studi Kasus: Penerapan Biblioterapi Terhadap Ketahanan Psikologis Orang Tua Remaja Dengan Gangguan Hiperkinetik

Bertha Thresia Ponomban dan Nanik
Fakultas Psikologi
Universitas Surabaya

Sasanti Yuniar
Departemen Psikiatri,
Fakultas Kedokteran
Universitas Airlangga / RS Dr. Soetomo

Abstract. Parenting adolescents with ADHD is a difficult and complex task which requires a high level of psychological hardiness. One potential method to develop psychological hardiness is bibliotherapy, a therapy which centers on a set of selected readings. This article presents the findings of several case studies of the application of bibliotherapy to help parents of adolescent with ADHD.

Key Words : psychological hardiness, bibliotherapy, parents, teenager with Attention Deficit and Hyperactivity Disorder.

Abstrak. Berat dan rumit permasalahan yang dialami orang tua dari remaja dengan gangguan hiperkinetik membuat mereka membutuhkan ketahanan psikologis yang tinggi. Ketahanan psikologis perlu ditingkatkan agar mereka mampu mengelola stres dan mendapat semangat baru dalam mencapai makna dan tujuan sebagai orang tua dari remaja dengan GH. Salah satu penanganan yang dipilih untuk meningkatkan ketahanan psikologis adalah dengan Biblioterapi. Biblioterapi merupakan terapi yang menggunakan bacaan terpilih dan di dalamnya terdapat hubungan yang terapeutik antara par-tisipan dan fasilitator. Secara khusus, biblioterapi memberikan keyakinan untuk berharap, sebuah dukungan yang dapat mengembangkan ketahanan psikologis. Penelitian ini mengungkapkan efek penerapan biblioterapi pada kasus orang tua dari remaja dengan GH.

Kata Kunci : studi kasus, ketahanan psikologis, biblioterapi, orang tua, remaja dengan Gangguan Hiperkinetik.

Menjadi orang tua merupakan salah satu momen penting dalam kehidupan manusia. Ada saat-saat membanggakan dan membahagiakan yang dialami ketika melihat anak bertumbuh dan berkembang dari sejak bayi, anak, dan kemudian memasuki masa remaja. Perasaan ini juga tidak lepas dari saat-saat penuh tantangan dan cobaan dalam mengasuh dan mendidik anak hingga usia remaja. Saat anak menginjak usia remaja, orang tua pun juga memiliki beban yang lebih mengingat semakin matangnya anak sebagai individu remaja dan kompleksnya kehidupan sang anak remaja.

Hal serupa juga dialami oleh orang tua dengan A-

nak Berkebutuhan Khusus (ABK), khususnya Gangguan Hiperkinetik (GH) atau *Attention Deficit and Hyperactivity Disorder* (ADHD). Orang tua mengalami masa susah dan senang saat membesarkan, mendidik, dan mengasuh anak mereka yang tentunya memiliki tantangan tersendiri dibandingkan dengan anak bukan berkebutuhan khusus. Orang tua menghadapi saat-saat penuh perjuangan guna memenuhi kebutuhan khusus anak-anak mereka. Saat mereka sudah mampu melewati kesulitan di masa anak masih kecil, akan ada tantangan selanjutnya yang menunggu di masa remaja anak mereka. Barkley (sitat dalam Nanik, 2003, hlm.11.) mendefinisikan GH sebagai berikut.

Sebagian naskah ini telah dipresentasikan pada National Student Conference: Psychological Perspective On Urban Issues, yang diselenggarakan di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, 9-14 November 2009.

Korespondensi mengenai artikel ini dapat dialamatkan kepada Bertha Thresia Ponomban. Bronggalan Sawah VIA-63, Surabaya. E-mail: ber87tha@yahoo.com

Hyperactivity is a developmental disorder of attention, impulsive control, and rule-governed behavior (compliance, self-control, and problem solving) that arises early in development, is significantly chronic and pervasive in nature, and is not attributable to mental retardation, deafness, blindness, gross neurologic impairment or severe emotional disturbance (i.e. psychosis or autism).