

ABSTRAK

Orangtua memiliki banyak masalah yang muncul ketika dihadapkan pada pengasuhan anak yang sudah beranjak remaja. Demikian pula yang dihadapi oleh orangtua dari remaja yang memiliki gangguan hiperkinetik, namun lebih kompleks dengan adanya gangguan yang dialami remaja. Pada remaja dengan gangguan hiperkinetik, gejala-gejala utama gangguan dapat berkurang atau menetap dalam bentuk yang berbeda saat anak beranjak dewasa. Permasalahan yang dihadapi orangtua bukan hanya terkait dengan gejala-gejala gangguan yang dialami seperti saat remaja tersebut masih anak-anak namun juga lebih luas dan berat lagi. Remaja dengan gangguan hiperkinetik kurang dewasa secara sosial dan emosional sehingga mempengaruhi manajemen diri remaja. Di samping itu, orangtua juga mengalami berbagai tekanan dari lingkungan terkait perilaku remaja dan juga perasaan tidak mampu akibat pandangan orang lain. Berat dan rumitnya permasalahan tersebut membuat para orangtua perlu memiliki ketahanan psikologis yang tinggi.

Penelitian ini ingin melihat pengaruh *bibliotherapy* untuk meningkatkan ketahanan psikologis orangtua dari remaja dengan gangguan hiperkinetik. Ketahanan psikologis perlu untuk ditingkatkan agar orangtua mampu menahan serta mengolah stres dan akhirnya mampu memperoleh makna dan tujuan hidup yang baru dalam perannya sebagai orangtua dari remaja gangguan hiperkinetik. *Bibliotherapy* adalah suatu terapi yang menggunakan metode membaca buku terpilih dari fasilitator kepada partisipan. Interaksi antara fasilitator dan partisipan bersifat terapeutik dengan diskusi materi yang disusun. Materi tersebut mengajak partisipan untuk memperoleh pandangan baru mengenai permasalahan yang dimiliki dan mendapat *insight* mengenai pemecahan masalah.

Tingkat ketahanan psikologis diukur dengan menggunakan angket ketahanan psikologis. Partisipan penelitian terdiri dari kelompok eksperimen ($N = 5$) tanpa menggunakan kelompok kontrol karena jumlah populasi yang terbatas. Setiap pertemuan membutuhkan waktu $\pm 60-90$ menit dan membahas tentang satu pokok bahasan, pertemuan pertama mengenai gangguan hiperkinetik, pertemuan kedua pengendalian, pertemuan ketiga komitmen, dan pertemuan terakhir tantangan. Subjek penelitian ini berjumlah 5 orang ibu ($N = 5$) yang berusia 38-49 tahun, yang memiliki ketahanan psikologis sedang hingga sangat tinggi dan bersedia berproses selama 5 minggu berturut-turut. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Uji hipotesis menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil dari pengujian uji, diperoleh $z = -0,406$ dan $\text{sig. (2-tailed)} = 0,684$. Dari pengujian data diperoleh kesimpulan, tidak ada pengaruh *bibliotherapy* terhadap peningkatan ketahanan psikologis. Dari hasil pengujian ini dapat disimpulkan bahwa *bibliotherapy* belum dapat dikatakan memberikan pengaruh yang signifikan untuk meningkatkan ketahanan psikologis. Selain pembahasan secara kuantitatif, dilakukan analisis untuk masing-masing kasus partisipan sehingga dapat dilihat hasil terapi yang berbeda bagi masing-masing partisipan. Kata kunci : ketahanan psikologis, *bibliotherapy*, orangtua, gangguan hiperkinetik.