

Narasi Orang Tua tentang Regulasi Emosi pada Anak dengan *Oppositional Defiant Disorder*

Nurraihan*, Sri Nurhayati Selian

Universitas Muhammadiyah Aceh

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi narasi orang tua mengenai regulasi emosi pada anak dengan *Oppositional Defiant Disorder* (ODD). ODD merupakan gangguan perkembangan yang ditandai dengan pola perilaku pembangkangan, mudah tersinggung, dan sulit dikelola, yang memberikan dampak signifikan bagi orang tua dan dinamika keluarga. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini melibatkan tiga partisipan orang tua yang memiliki anak usia 8–9 tahun dengan diagnosis ODD. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian mengidentifikasi lima tema utama: (1) ekspresi emosi anak yang intens; (2) keterbatasan kemampuan regulasi emosi anak; (3) perubahan strategi pengasuhan dari respons reaktif menuju koregulasi; (4) kelelahan emosional orang tua serta upaya regulasi diri; dan (5) pengaruh stigma sosial yang memperparah tekanan pengasuhan. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya dukungan psikologis bagi orang tua anak dengan ODD serta perlunya edukasi publik untuk mengurangi stigma.

Kata Kunci: Koregulasi; Narasi Orang Tua, *Oppositional Defiant Disorder*, Pengasuhan, Regulasi Emosi

DOI:

<https://doi.org/10.47134/pjp.v3i4.5718>

*Correspondence: Nurraihan

Email: nurraihanraihan02@gmail.com

Received: 12-04-2026

Accepted: 15-05-2026

Published: 25-05-2026



Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: This study aims to explore parental narratives about emotion regulation in children with *Oppositional Defiant Disorder* (ODD). ODD is a developmental disorder characterized by defiant, irritable, and difficult-to-manage behavior patterns, which significantly impact parents and family dynamics. Using a descriptive qualitative approach, this study involved three parent participants whose children aged 8–9 years had been diagnosed with ODD. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and analyzed using thematic analysis. Five main themes were identified: (1) intense emotional expressions of the child; (2) limited emotion regulation ability of the child; (3) evolution of parenting strategies from reactive responses toward co-regulation; (4) parental emotional exhaustion and self-regulation efforts; and (5) social stigma exacerbating parenting pressures. These findings underscore the importance of psychological support for parents of children with ODD and the need for public education to reduce stigma.

Keywords: co-regulation, parental narratives, oppositional defiant disorder, parenting, motion regulation

Pendahuluan

Oppositional Defiant Disorder (ODD) merupakan salah satu gangguan perilaku pada masa kanak-kanak yang paling umum dijumpai dalam praktik klinis maupun setting pendidikan. Gangguan ini ditandai oleh pola perilaku yang berulang dan menetap berupa pembangkangan terhadap otoritas, mudah marah, sering berdebat, serta cenderung

menyalahkan orang lain atas kesalahan yang dibuatnya. Raeymaecker dan Dhar (2022) menjelaskan bahwa ODD didiagnosis berdasarkan pola perilaku pembangkangan, mudah tersinggung, dan agresivitas yang persisten, dengan prevalensi populasi sekitar 3–5% dan umumnya muncul sebelum usia delapan tahun. Prevalensi ODD diperkirakan berkisar antara 3–5% pada populasi anak usia sekolah, dengan gejala yang umumnya muncul sebelum usia delapan tahun. Di Indonesia, beberapa penelitian mulai mendokumentasikan kasus ODD pada anak usia sekolah dasar, meskipun kesadaran masyarakat masih terbatas (Kouwagam & Lunanta, 2021). Kondisi ini kerap disalahpahami oleh lingkungan sekitar sebagai perilaku nakal biasa, sehingga anak tidak mendapatkan penanganan yang tepat.

Salah satu aspek yang paling menonjol pada anak dengan ODD adalah kesulitan dalam regulasi emosi. Regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu untuk memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosional demi mencapai tujuan tertentu. Nobakht et al. (2024) membuktikan secara longitudinal bahwa peningkatan kemampuan regulasi emosi secara signifikan memprediksi penurunan gejala ODD sepanjang masa kanak-kanak hingga remaja. Lin et al. (2022) dalam tinjauan sistematisnya mengidentifikasi bahwa faktor keluarga, termasuk praktik pengasuhan dan regulasi emosi orang tua, merupakan prediktor kuat perkembangan ODD. Peran orang tua dalam mengelola dinamika emosional anak dengan ODD sangat krusial. Saputri dan Puspitasari (2022) menemukan hubungan longitudinal antara regulasi emosi orang tua, regulasi emosi anak, dan gejala ODD: orang tua yang kesulitan meregulasi emosinya sendiri cenderung memperburuk gejala ODD pada anaknya. Raeymaecker dan Dhar (2022) dalam tinjauan sistematis mereka menunjukkan bahwa sosialisasi emosi yang dilakukan orang tua—termasuk emotion coaching—berkaitan erat dengan kemampuan regulasi emosi anak yang lebih baik dan pengurangan perilaku eksternalisasi. Zhang et al. (2023) membuktikan melalui studi longitudinal bahwa terdapat siklus timbal balik antara disregulasi emosi dan gejala ODD pada anak usia sekolah.

Meskipun literatur tentang ODD terus berkembang, perspektif orang tua secara langsung—terutama dalam konteks Indonesia—masih kurang terwakili dalam penelitian ilmiah. Penelitian-penelitian sebelumnya lebih banyak menggunakan pendekatan klinis yang berorientasi pada asesmen diagnostik dan pengukuran gejala perilaku pada anak. Kajian-kajian tersebut umumnya menempatkan anak sebagai subjek utama pengamatan, sehingga perhatian lebih banyak diarahkan pada frekuensi dan intensitas gejala ODD daripada pada konteks relasional dan emosional yang melingkupinya. Akibatnya, pengalaman emosional orang tua—termasuk bagaimana mereka memaknai, merespons, dan berupaya mengelola dinamika emosi anak dengan ODD dalam kehidupan sehari-

hari—belum banyak dieksplorasi secara mendalam dalam literatur ilmiah, khususnya di Indonesia. Islamiyah dan Khoirunnisa (2022) menunjukkan bahwa orang tua dengan anak bermasalah perilaku mengalami berbagai tekanan emosional kompleks yang memengaruhi pola regulasi emosi mereka sendiri. Rahiem (2023) menegaskan bahwa orang tua memegang peran sentral dalam membantu anak usia dini meregulasi emosi melalui berbagai strategi sresponsif. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi narasi orang tua tentang regulasi emosi pada anak dengan ODD, mencakup persepsi terhadap emosi anak, strategi pengasuhan yang digunakan, serta dampaknya terhadap kondisi emosional orang tua. Dengan demikian, peran orang tua tidak hanya terbatas pada pengasuhan perilaku, tetapi juga sebagai model dan fasilitator dalam pengembangan regulasi emosi anak. Namun, perspektif langsung dari orang tua, terutama dalam konteks Indonesia, masih belum banyak diangkat dalam penelitian. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi pengalaman dan narasi orang tua secara lebih mendalam guna memahami dinamika regulasi emosi pada anak dengan ODD serta implikasinya bagi intervensi yang lebih efektif dan kontekstual.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang narasi orang tua mengenai pengelolaan regulasi emosi pada anak dengan ODD. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti mengeksplorasi pengalaman subjektif, makna, dan dinamika yang dialami orang tua dalam konteks kehidupan sehari-hari. Dalam penelitian kualitatif, peneliti berperan sebagai instrumen utama yang terlibat langsung dalam proses pengumpulan dan interpretasi data (Khalefa & Selian, 2021). Subjek penelitian adalah 3 orang tua dari anak dengan kecenderungan ODD, dipilih menggunakan purposive sampling berdasarkan kriteria: (1) memiliki anak usia sekolah (5–12 tahun), (2) anak secara konsisten menunjukkan perilaku oposisional dan sulit dikelola, serta (3) bersedia berbagi pengalaman secara terbuka. Khalefa dan Selian (2021) menjelaskan bahwa purposive sampling merupakan strategi non-random yang paling efektif dalam penelitian kualitatif karena pemilihan subjek didasarkan pada pertimbangan peneliti sesuai tujuan studi. Penelitian melibatkan tiga partisipan: dua ibu (Partisipan 1, usia 34 tahun, guru; Partisipan 2, usia 34 tahun, guru) dan satu ayah (Partisipan 3, usia 38 tahun, karyawan swasta), masing-masing memiliki anak dengan diagnosis ODD berusia 8–9 tahun.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan pendekatan semi-terstruktur, yang memungkinkan partisipan mengembangkan cerita mereka secara bebas. Peneliti menggunakan panduan wawancara yang fleksibel agar dapat

menyesuaikan dengan respons partisipan. Pertanyaan berfokus pada pengalaman sehari-hari menangani emosi anak, respons terhadap perilaku pembangkangan, dan strategi regulasi emosi. Observasi terbatas terhadap interaksi orang tua-anak juga dilakukan untuk memperkaya data. Analisis data menggunakan analisis tematik melalui tahapan: transkripsi data, pembacaan menyeluruh, pengkodean, pengelompokan tema, dan penarikan kesimpulan. Proses analisis dimulai dengan tahap reduksi data, di mana peneliti menyeleksi data yang relevan, kemudian menyajikannya dalam bentuk narasi deskriptif sebelum menarik kesimpulan tematik. Analisis ini dilakukan secara berulang agar hasil yang diperoleh benar-benar merepresentasikan pengalaman asli partisipan. Validitas data dijamin melalui triangulasi sumber dan metode, serta member checking untuk memastikan kesesuaian interpretasi peneliti dengan pengalaman partisipan.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai narasi orang tua tentang regulasi emosi pada anak dengan ODD. Berdasarkan analisis tematik terhadap data wawancara tiga partisipan, ditemukan bahwa pengalaman mengasuh anak dengan ODD menghadirkan dinamika emosional yang kompleks dan berlapis. Dari hasil analisis tematik, muncul lima tema utama yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu: ekspresi emosi anak yang intens, keterbatasan regulasi emosi anak, evolusi strategi pengasuhan, regulasi emosi orang tua, serta stigma sosial dan tekanan lingkungan.

Ekspresi Emosi Anak yang Intens

Seluruh partisipan menggambarkan ekspresi emosi anak yang sangat kuat dan intens. Ketiga orang tua melaporkan anak mereka kerap berteriak, menangis keras, membanting atau melempar barang saat marah. Partisipan 3 menambahkan anaknya terkadang menggunakan kata-kata kasar. Pemicu utama adalah ketidakterpenuhannya keinginan anak, terutama saat diminta berhenti bermain gim atau gadget. Durasi episode marah berkisar 15–30 menit.

Partisipan 1 menggambarkan intensitas emosi anak sejak usia dini:

"Dia bisa marah besar dan berteriak, reaksinya tidak seperti anak-anak lain. Sekali marah bisa berlangsung lama, sekitar 15 sampai 30 menit, bahkan kadang lebih jika tidak ditangani dengan tepat."

Senada dengan itu, Partisipan 2 menjelaskan bagaimana emosi anak muncul dalam situasi sehari-hari:

"Kalau marah, dia bisa berteriak, menangis keras, bahkan membanting barang di sekitarnya. Biasanya emosi itu muncul saat keinginannya tidak dipenuhi atau ketika dia merasa dipaksa, seperti saat belajar atau diminta berhenti bermain."

Partisipan 3 menambahkan bahwa ekspresi emosi anak juga disertai perilaku verbal yang agresif:

"Anak saya kalau marah cenderung langsung meledak. Dia bisa berteriak keras, berkata kasar, bahkan kadang menolak bicara sama sekali. Intensitasnya cukup tinggi dan kalau sudah marah bisa sulit dikendalikan."

Temuan ini sesuai dengan deskripsi klinis ODD dalam DSM-5 yang menyebutkan anak dengan ODD cenderung menunjukkan amarah tidak proporsional dan sulit ditenangkan. menegaskan bahwa pola perilaku marah/mudah tersinggung, argumentatif/pembangkangan, dan balas dendam merupakan ciri khas ODD yang konsisten muncul lintas budaya (Nadhifah Nur Hafshah & Ari Pratiwi, 2024). mengidentifikasi bahwa pola asuh yang diterapkan orang tua secara langsung berdampak pada intensitas dan frekuensi ledakan emosi anak dengan ODD.

Keterbatasan Regulasi Emosi Anak

Ketiga partisipan sepakat bahwa kemampuan regulasi emosi anak mereka masih sangat terbatas. Anak belum mampu menenangkan diri secara mandiri dan bergantung pada bantuan orang tua. Meskipun demikian, ketiga orang tua melaporkan adanya kemajuan bertahap.

Partisipan 1 menjelaskan keterbatasan regulasi emosi mandiri anak beserta perkembangannya: *"Kemampuan anak dalam mengelola emosi masih sangat terbatas. Dia kesulitan untuk menenangkan diri sendiri dan sering membutuhkan bantuan. Biasanya kalau sudah mulai tenang, dia akan duduk sendiri atau mendekati saya tanpa bicara. Saya melihat ada sedikit perubahan dibanding dulu, sekarang dia sudah mulai bisa berhenti lebih cepat."*

Partisipan 2 juga menggambarkan ketergantungan anak pada bantuan eksternal saat hendak menenangkan diri:

"Anak saya masih kesulitan mengatur emosinya. Dia belum bisa menenangkan diri sendiri ketika sedang marah. Biasanya setelah emosinya mulai reda, dia akan diam atau mendekati saya. Kadang saya bantu dengan mengajaknya menarik napas atau memeluknya agar lebih tenang."

Partisipan 3 mengamati adanya pola yang mirip, di mana anak baru bisa menenangkan diri setelah emosi awal mereda: *"Kadang dia pergi ke kamar dan diam sendiri,*

tapi itu biasanya setelah emosinya sudah mulai turun. Kalau di awal, dia sangat sulit dikendalikan. Saya melihat ada sedikit perubahan sejak kami lebih memahami cara menghadapinya."

Nobakht et al. (2024) membuktikan bahwa kemampuan regulasi emosi yang rendah secara konsisten memprediksi gejala ODD yang lebih tinggi dari usia empat hingga empat belas tahun. Zhang et al. (2023) dalam studi longitudinal tiga gelombang menunjukkan adanya siklus timbal balik antara disregulasi emosi dan gejala ODD pada anak usia sekolah, di mana keduanya saling memperburuk satu sama lain dalam studinya tentang ibu dengan anak ADHD—gangguan yang memiliki komorbiditas tinggi dengan ODD—menemukan bahwa kemampuan regulasi emosi anak sangat dipengaruhi oleh intensitas perilaku anak dan kemampuan ibu dalam merespons secara adaptif juga menunjukkan bahwa anak-anak dengan pola perilaku sulit membutuhkan pola asuh yang konsisten dan penuh kesabaran dari orang tua.

Evolusi Strategi Pengasuhan: dari Reaktif menuju Koregulasi

Tema ketiga adalah perubahan signifikan dalam pendekatan pengasuhan. Pada awalnya, ketiga orang tua merespons perilaku anak secara reaktif—membentak, memarahi, bahkan memberikan hukuman keras. Strategi tersebut terbukti tidak efektif dan memperburuk situasi. Seiring berjalannya waktu dan meningkatnya pemahaman tentang kondisi anak, ketiga orang tua secara bertahap mengadopsi pendekatan yang lebih tenang dan suportif.

Partisipan 1 menceritakan perubahan strategi yang dialaminya setelah menyadari pendekatan reaktif tidak berhasil: *"Dulu saya sering merespons dengan marah juga, bahkan membentak. Tapi ternyata itu justru membuat situasi semakin buruk. Sekarang saya mencoba lebih tenang, memberi waktu anak untuk menenangkan diri, lalu setelah itu baru diajak bicara. Strategi yang paling berhasil adalah memberi waktu time-out dan berbicara setelah emosinya reda."*

Partisipan 2 menambahkan strategi pemberian pilihan sebagai cara memberdayakan anak:

"Dulu saya sering merespons dengan emosi juga, seperti membentak atau memarahinya. Tapi itu justru membuat anak semakin marah dan menentang. Sekarang strategi yang paling efektif menurut saya adalah tetap tenang, tidak langsung bereaksi, dan mencoba memahami perasaannya. Saya juga mencoba memberi pilihan agar dia merasa punya kontrol."

Partisipan 3 menekankan pentingnya mendengarkan sebelum merespons: *"Dulu saya cenderung tegas dan keras, sering memarahi atau memberi hukuman dengan harapan anak*

menjadi disiplin. Tapi anak malah semakin melawan. Sekarang saya mencoba pendekatan yang lebih tenang, berusaha mendengarkan dulu, lalu menjelaskan dengan pelan."

Perubahan strategi ini mencerminkan prinsip koregulasi emosional, di mana orang tua secara aktif membantu anak menavigasi pengalaman emosional yang sulit. Maulana et al. (2026) menegaskan bahwa kolaborasi antara keluarga dan lingkungan pendukung anak—termasuk sekolah—sangat penting dalam memastikan strategi pengelolaan emosi dan perilaku anak dapat diterapkan secara konsisten di berbagai konteks. Saputri dan Puspitasari (2022) menemukan bahwa orang tua yang berperan sebagai motivator, fasilitator, dan pembimbing lebih efektif mendukung perkembangan regulasi emosi anak. Fatah et al. (2025) menegaskan bahwa orang tua yang responsif, hangat, dan konsisten terbukti lebih efektif membantu anak mengembangkan kemampuan mengelola emosi. Chandra dan Sairah (2022) menambahkan bahwa strategi regulasi emosi adaptif seperti berpikir positif dan fokus pada rencana diperlukan orang tua dalam proses pengasuhan.

Regulasi Emosi Orang Tua: Kelelahan dan Strategi Koping

Seluruh partisipan mengungkapkan beban emosional yang berat dalam mengasuh anak dengan ODD. Perasaan lelah, marah, sedih, frustrasi, bahkan putus asa menjadi pengalaman berulang. Partisipan 1 dan 2 juga melaporkan rasa bersalah di awal, merasa merekalah penyebab perilaku anak. Salsabillah dan Selian (2025) mengungkapkan bahwa orang tua anak berkebutuhan khusus kerap menghadapi beban emosional yang berlapis, mencakup rasa sedih, rasa bersalah, dan tekanan pengasuhan yang intens, sehingga memerlukan strategi adaptasi yang proaktif. [Akram dan Selian \(2026\)](#) juga mencatat bahwa orang tua yang terlibat dalam proses asesmen anak dengan gangguan perkembangan sering mengalami kecemasan dan ketidakpastian emosional, namun keterlibatan aktif mereka justru memperkuat kapasitas pengasuhan.

Partisipan 1 mengungkapkan kondisi emosional yang kompleks sebagai orang tua: *"Jujur, saya sering merasa lelah secara emosional. Kadang merasa marah, sedih, bahkan putus asa. Saya sempat berpikir mungkin saya yang kurang tegas atau salah dalam mendidik. Perasaan bersalah itu cukup lama saya rasakan."*

Partisipan 2 menggambarkan kondisi emosional serupa, disertai strategi koping yang dikembangkan: *"Menghadapi situasi ini membuat saya sering merasa lelah, marah, bahkan kadang sedih. Ada saat-saat saya merasa tidak sanggup. Untuk mengelola emosi, biasanya saya mencoba menenangkan diri terlebih dahulu, seperti menarik napas dalam atau menjauh sebentar dari situasi. Saya juga sering berbagi cerita dengan pasangan."*

Partisipan 3 menyoroti dampak pengalaman ini terhadap kesabaran dan cara berkomunikasi: *"Sebagai orang tua, saya sering merasa frustrasi. Kadang muncul rasa marah, tapi*

juga ada rasa bersalah setelahnya. Saya belajar untuk menahan emosi, walaupun tidak selalu berhasil. Biasanya saya menarik napas atau memilih diam sejenak sebelum merespons."

Islamiyah dan Khoirunnisa (2022) menemukan bahwa proses regulasi emosi berlangsung melalui tiga tahap: emotion monitoring, emotion evaluating, dan emotion modification, yang semuanya relevan dengan pengalaman orang tua dalam mengasuh anak dengan ODD. Habibah et al. (2025) membuktikan bahwa disregulasi emosi orang tua secara signifikan mempengaruhi pola asuh yang dipilih. Oktawati et al. (2024) menekankan pentingnya edukasi regulasi emosi bagi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Huwaidi dan Selian (2026) juga mencatat pentingnya strategi pendampingan emosional yang konsisten dalam konteks anak dengan kebutuhan khusus di Indonesia.

Untuk mengelola kondisi emosional, ketiga partisipan menggunakan strategi koping berupa: menarik napas dalam, menjauh sebentar dari situasi, dan berbagi cerita dengan pasangan. Zayyan et al. (2026) membuktikan bahwa psikoedukasi efektif meningkatkan regulasi emosi dan self-awareness orang tua dalam pengasuhan anak usia sekolah. Saputri dan Puspitasari (2022) menunjukkan bahwa pelatihan regulasi emosi khusus untuk orang tua terbukti menurunkan perilaku tidak adaptif terhadap anak.

Stigma Sosial dan Tekanan Lingkungan

Tema kelima yang muncul secara konsisten adalah tekanan dari lingkungan sosial. Ketiga partisipan melaporkan bahwa orang-orang di sekitar mereka sering memandang anak mereka sebagai anak yang "nakal" atau "kurang dididik", menimbulkan perasaan tertekan dan tidak didukung. Ramadhini dan Selian (2025) menemukan bahwa pandangan masyarakat terhadap anak berkebutuhan khusus masih diwarnai oleh stereotip negatif dan empati yang keliru, yang justru mempertebal hambatan sosial bagi keluarga. Sejalan dengan itu, Saragih dan Selian (2026) menunjukkan bahwa stigma dan perilaku bullying yang dialami anak berkebutuhan khusus di lingkungan sekolah berdampak signifikan terhadap konsep diri anak dan menambah tekanan psikologis yang dirasakan orang tua. Stigma ini memperparah beban emosional yang sudah berat dirasakan orang tua.

Partisipan 1 menggambarkan bagaimana stigma dari lingkungan memengaruhi kondisi emosionalnya: *"Lingkungan sekitar kadang menganggap anak saya hanya 'nakal' atau kurang dididik, itu cukup membuat saya merasa tidak nyaman. Hambatan terbesar adalah mengontrol emosi saya sendiri dan menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar yang kadang tidak memahami kondisi anak."*

Partisipan 2 mengungkapkan pengalaman serupa, di mana penilaian negatif lingkungan menambah beban yang dirasakan: *"Lingkungan sekitar kadang menganggap anak*

saya hanya nakal atau kurang dididik, dan itu cukup membuat saya merasa tertekan. Hambatan terbesar adalah mengendalikan emosi saya sendiri dan menghadapi komentar dari lingkungan sekitar yang sering tidak memahami kondisi anak."

Partisipan 3 juga merasakan dampak dari minimnya dukungan sosial di lingkungannya: *"Lingkungan sekitar kadang memberikan penilaian negatif, yang membuat kami merasa kurang didukung. Tantangan terbesar bagi saya adalah mengubah cara berpikir dan cara mendidik yang sebelumnya cenderung keras."*

Kouwagam dan Lunanta (2021) dalam studinya tentang anak ODD di Makassar menemukan bahwa pemahaman masyarakat yang terbatas tentang ODD menjadi hambatan besar bagi keluarga dalam mencari bantuan. Rahma et al. (2024) menunjukkan bahwa pengabaian dan minimnya dukungan sosial berdampak negatif pada regulasi emosi anak secara jangka panjang. Nadhifah Nur Hafshah dan Ari Pratiwi (2024) menambahkan bahwa stres pengasuhan yang dialami orang tua berkorelasi negatif dengan kemampuan regulasi emosi, sehingga dukungan sosial yang memadai menjadi sangat penting.

Hasil penelitian ini secara keseluruhan memperkuat pemahaman bahwa mengasuh anak dengan ODD merupakan proses yang dinamis dan penuh tantangan, di mana orang tua perlu terus menyesuaikan strategi pengasuhan sambil mengelola kondisi emosional mereka sendiri. Temuan ini sejalan dengan perspektif koregulasi yang menekankan bahwa regulasi emosi anak tidak berkembang dalam isolasi, melainkan terbentuk melalui hubungan yang responsif dan konsisten dengan pengasuh utamanya.

Simpulan

Penelitian ini mengungkap lima tema utama dalam narasi orang tua tentang regulasi emosi pada anak dengan ODD: ekspresi emosi anak yang intens, keterbatasan regulasi emosi mandiri anak, evolusi strategi pengasuhan dari reaktif menuju koregulasi, kelelahan emosional orang tua beserta strategi kopingnya, serta tekanan stigma sosial dari lingkungan. Temuan ini menegaskan bahwa mengasuh anak dengan ODD merupakan pengalaman yang kompleks dan penuh tantangan, namun juga mengandung potensi pertumbuhan bagi orang tua. Hal ini memiliki implikasi penting, baik pada tataran klinis maupun kebijakan, mengingat selama ini intervensi cenderung terfokus pada perubahan perilaku anak semata tanpa mempertimbangkan secara memadai kondisi emosional dan kebutuhan dukungan orang tua sebagai agen pengasuhan utama. Implikasi praktis mencakup perlunya program dukungan psikologis spesifik bagi orang tua anak dengan ODD, pelatihan koregulasi emosi dalam konteks pengasuhan, serta edukasi publik untuk mengurangi stigma terhadap keluarga yang memiliki anak dengan gangguan

perilaku. Program semacam ini idealnya dirancang secara kontekstual dan berbasis komunitas, sehingga dapat menjangkau orang tua di berbagai latar sosial-ekonomi, termasuk di daerah yang akses terhadap layanan psikologis masih terbatas seperti banyak wilayah di Indonesia. Selain itu, para praktisi klinis dan tenaga pendidik perlu dibekali pemahaman yang lebih komprehensif tentang dinamika emosional keluarga dengan anak ODD, agar pendampingan yang diberikan tidak hanya bersifat simptomatis tetapi juga menyentuh akar persoalan dalam sistem pengasuhan. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan partisipan lebih besar dan menyertakan perspektif multisumber seperti guru, tenaga profesional, dan anak itu sendiri, sehingga gambaran yang diperoleh dapat lebih komprehensif dan representatif. Pendekatan mixed methods yang menggabungkan data kualitatif dan kuantitatif juga dapat dipertimbangkan untuk memvalidasi temuan secara lebih luas, sekaligus menangkap kedalaman pengalaman subjektif yang tidak dapat dijangkau melalui instrumen pengukuran tunggal. Dengan demikian, penelitian mendatang diharapkan mampu menghasilkan model intervensi yang lebih holistik, berbasis bukti, dan responsif terhadap kebutuhan nyata orang tua serta anak dengan ODD di konteks Indonesia.

Referensi

- Akram, H., & Selian, S. N. (2026). Keterlibatan Orang Tua dalam Proses Asesmen Anak dengan Autisme. *Intellektika: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 4(2), 01-14. <https://doi.org/10.59841/intellektika.v4i2.3656>
- Aulia, R., & Selian, S. N. (2026). Assesmen Psikososial Terhadap Korban Bullying Pada Anak Dengan Down Syndrome. *Journal Sultra Elementary School*, 7(2), 1595-1608. <https://jurnal.yayasanmeisyarainsanmadani.com/index.php/JSSES/article/view/671>
- Br Saragih, S. N. S. (2026). Pengalaman Bullying dan Dampaknya terhadap Konsep Diri Anak dengan Disleksia di Sekolah Umum. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 4(2), 01-18. <https://doi.org/10.54066/jikma.v4i2.3763>
- Chandra, A., & Sairah, S. (2022). Implementasi Tiger Parenting dan Regulasi Emosi Orang Tua terhadap Anak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4538–4546. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2483>
- Fatah, N. A., Shanie, A., Muhajirin, M., Fatikah, E. Y. U., Damayanti, L., & Lutfiyah, N. (2025). Analisis Peran Orang Tua dalam Pembentukan Regulasi Emosi Anak Usia Dini *Najwa*. 3(4), 140–149. <https://doi.org/10.61116/jkip.v3i4.827>
- Habibah, R., Kuswartanti, D. R., & Utami, N. P. (2025). Pengaruh Disregulasi Emosi terhadap Parenting Style Orang Tua dalam Mengasuh Anak. *JIPSI Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 46–54. <https://doi.org/10.37278/jipsi.v7i1.1261>

- Huwaiti, M. T., & Selian, S. N. (2026). MAHASISWA DAN AKADEMISI Volume 2 Nomor 1 Strategi Guru Dalam Mendukung Regulasi Emosi Anak Dengan Autism Spectrum Disorder. 2, 1–3. <https://doi.org/10.64690/intelektual.v2i1.663>
- Islamiyah, Z. N., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Gambaran Regulasi Emosi Pada Ibu Dengan Anak Dislesia. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 34–49. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i6.47023>
- Khalefa, E. Y., & Selian, N. (2021). Non-Random Sample Strategy in Qualitative Art-Related Studies. *International Journal of Creative and Arts Studies*, 8(1), 35–49. [10.24821/ijcas.v8i1.5184](https://doi.org/10.24821/ijcas.v8i1.5184)
- Kouwagam, M. L., & Lunanta, L. P. (2021). Pendekatan Eksplorasi pada Kasus Anak Oppositional Defiant Disorder di Kota Makassar. *Jurnal Ilmu Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 2(2), 154. <https://doi.org/10.25278/jitpk.v2i2.622>
- Lin, X., He, T., Heath, M., Chi, P., & Hinshaw, S. (2022). A Systematic Review of Multiple Family Factors Associated with Oppositional Defiant Disorder. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710866>
- Maulana, Z., Selian, S. N., & Learning, S. (2026). FAMILY AND SCHOOLS COLLABORATION IN SUPPORTING. *International Journal of Multidisciplinary Research (IJMR)*, 2(2), 72–82. <https://ojsulthan.com/ijmr>
- Nadhifah Nur Hafshah, & Ari Pratiwi. (2024). A Challenge in Parenting: The Relation Between Parenting Stress and Regulation Emotion in Parent with Preschool Children. *Proceeding of The International Conference of Inovation, Science, Technology, Education, Children, and Health*, 3(1), 170–180. <https://doi.org/10.62951/icistech.v3i1.59>
- Nobakht, H. N., Steinsbekk, S., & Wichstrøm, L. (2024). Development of symptoms of oppositional defiant disorder from preschool to adolescence: the role of bullying victimization and emotion regulation. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 65(3), 343–353. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13845>
- Oktaiwati, A., Itsna, I. N., Insani, U., Faisaluddin, Sabila, F. G., Nugraheni, Erliana D., Isnaeni, D. A., & Nurkhikmah. (2024). Edukasi Tentang Regulasi Emosi Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB Negeri Slawi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 16–25. <https://journal.unas.ac.id/pmn/article/view/3632>
- Raeymaecker, K. De, & Dhar, M. (2022). The Influence of Parents on Emotion Regulation in Middle Childhood: A Systematic Review. *Children*, 9(8), 1200. <https://doi.org/10.3390/children9081200>
- Rahiem, M. D. H. (2023). Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini Maila. 6(1), 40-50. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.441>
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., & Yemima, D. (2024). Dampak Pengabaian Orang Tua

- Terhadap Regulasi Emosi Anak. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 18. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2649>
- Ramadhini, S., & Sri Nurhayati Selian. (2025). Society's View of Children with Special Needs Disabilities: Between Empathy and Stereotypes. *Journal of Insan Mulia Education*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.59923/joinme.v3i1.401>
- Salsabillah, S., & Selian, N. (2025). Tantangan dan Adaptasi Orang Tua dalam Membesarkan Anak Berkebutuhan Khusus. *Naafi: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1), 30-40. <https://doi.org/10.62387/naafi.v1i6.331>
- Saputri, A. A., & Puspitasari, I. (2022). Peran Orangtua dalam Perkembangan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA Tegalsari, Bantul. *Jipsi*, 4(1), 35–44. <https://doi.org/10.37278/jipsi.v4i1.496>
- Selian, S. N. (2023). Asesmen Anak Berkebutuhan Khusus. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press. Retrieved from <https://uskpress.usk.ac.id/product/asesmen-anak-berkebutuhan-khusus/>
- Selian, S. N. (2024). Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press. Retrieved from <https://uskpress.usk.ac.id/product/psikologi-anak-berkebutuhan-khusus/>
- Zayyan, K. U., Shafira, K., Putri, K. A., & Sari, M. S. (2026). PENINGKATAN REGULASI EMOSI ORANG TUA DALAM PENGASUHAN ANAK USIA 6–11 TAHUN MELALUI PSIKOEDUKASI DI KAWASAN WISATA KAYUTANGAN Khansa. 5(1), 1–10. [10.36636/eduabdimas.v5i1.8895](https://doi.org/10.36636/eduabdimas.v5i1.8895)
- Zhang, W., Li, Y., Li, L., Hinshaw, S., & Lin, X. (2023). Vicious cycle of emotion regulation and ODD symptoms among Chinese school-age children with ODD: a random intercept cross-lagged panel model. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 17(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00579-x>