

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah peneliti lakukan dengan judul “Komunikasi Orang Tua Dengan Anak (Studi Fenomenologi *Parental Burnout* Pada Orang Tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus di Alahan Panjang)” maka dapat disimpulkan bahwa

1. Orang tua yang mengalami *parental burnout* menghadapi berbagai tantangan signifikan dalam komunikasi dengan anak berkebutuhan khusus. Banyak orang tua yang mengungkapkan perasaan tertekan dan kewalahan seringkali muncul akibat tuntutan yang tinggi dalam merawat anak dengan kebutuhan khusus. Dalam situasi ini, mereka sering kali merasa tidak mampu untuk menyampaikan kebutuhan dan harapan mereka secara efektif, baik kepada anak maupun kepada orang-orang di sekitar mereka. Kesulitan dalam berkomunikasi ini menyebabkan frustrasi yang mendalam, di mana orang tua merasa terasing dan tidak dipahami. Selain itu, kondisi emosional yang tidak stabil sering kali mengakibatkan ketidakmampuan untuk mendengarkan dan memahami perilaku anak, pada akhirnya memperburuk kondisi *burnout* yang mereka alami. Dengan demikian, pengalaman komunikasi ini tidak hanya mencerminkan tantangan komunikasi interpersonal, tetapi juga menciptakan siklus negatif yang memperburuk kesehatan mental orang tua dan hubungan mereka dengan anak.
2. Makna dari pengalaman komunikasi bagi informan adalah meskipun mereka menghadapi banyak kesulitan, semua informan tetap berusaha untuk

membangun hubungan yang lebih baik dengan anak mereka. Proses komunikasi menjadi sarana bagi orang tua untuk mengekspresikan perasaan mereka, baik yang positif maupun negatif serta untuk mencari dukungan dari lingkungan sosial mereka. Informan menemukan bahwa berbagi pengalaman dengan sesama orang tua atau profesional dapat memberikan perspektif baru dan strategi coping yang efektif. Makna di balik pengalaman komunikasi ini membuat orang tua dapat lebih sadar akan kebutuhan mereka sendiri dan anak, serta berupaya untuk menciptakan lingkungan yang lebih positif dan suportif. Hal ini tidak hanya membantu mereka dalam mengatasi tantangan sehari-hari, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan hubungan yang lebih sehat dan saling mendukung antara orang tua dan anak berkebutuhan khusus. Serta menekankan bagaimana pentingnya dukungan sosial dan komunikasi yang terbuka sebagai kunci untuk mengurangi dampak *parental burnout* dan meningkatkan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

5.2 Saran

1. Bagi mahasiswa Ilmu Komunikasi yang ingin melanjutkan penelitian ini, maka dapat melakukan penelitian lanjutan yang lebih mendalam terkait strategi komunikasi adaptif yang dibangun oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dalam situasi *parental burnout*. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi bagaimana orang tua menggunakan pola komunikasi non-verbal, simbolik, atau komunikasi berbasis budaya lokal sebagai upaya membangun kedekatan emosional di tengah keterbatasan psikologis yang mereka alami.

2. Bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan refleksi untuk lebih memahami pentingnya menjaga kualitas komunikasi dengan anak meskipun dalam kondisi kelelahan fisik maupun emosional. Orang tua disarankan untuk mencari dukungan sosial yang sehat, baik dari lingkungan keluarga, kelompok, maupun tenaga profesional, sebagai bentuk *coping* untuk mengurangi dampak *parental burnout* yang dapat merusak interaksi dengan anak. Selain itu, orang tua diharapkan dapat lebih terbuka dalam mencari informasi, edukasi, dan berbagi pengalaman dengan orang tua lain yang memiliki kondisi serupa agar dapat mengembangkan pola komunikasi yang lebih suportif, adaptif, dan penuh kasih sayang dalam mendampingi tumbuh kembang anak.

