



## Implementasi Program *Mindful Parenting* sebagai Upaya Pendampingan Perkembangan Bahasa pada Anak *Speech Delay*

Rusmiyati<sup>1</sup>, Hamid Patilima<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia

### Informasi Artikel

#### Riwayat Artikel:

Terkirim, Sept 30, 2025

Diterima, Nov 5, 2025

Publish, Nov 21, 2025

#### Kata Kunci:

*Mindful parenting;*  
*Speech Delay;*  
*Pendidikan Inklusif.*

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pemahaman orang tua terhadap konsep *mindful parenting* dalam pengasuhan, pelaksanaan program, dampaknya terhadap interaksi dengan anak, hingga kendala dan faktor pendukung dalam implementasinya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis studi kasus tunggal (*individual case study*). Partisipan penelitian terdiri atas 3 orang tua, 3 siswa *speech delay*, kepala sekolah dan guru. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dan studi dokumen. Setelah mengikuti program *mindful parenting*, orang tua mulai memahami bahwa kehadiran penuh (*presence*), kesabaran, dan regulasi emosi adalah aspek penting dalam mendukung perkembangan komunikasi anak. Tingkat pemahaman orang tua terhadap program mencapai rata-rata skor 80% atau berkriteria Baik, diperoleh melalui analisis hasil observasi menggunakan instrumen berskala 1-5. Program *mindful parenting* dilaksanakan melalui: (a) seminar parenting, (b) haflah akhirussanah, (c) tes psikologi, (d) kunjungan rumah, dan (e) tambahan jam belajar sepuлang sekolah untuk siswa *speech delay*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program *mindful parenting* berdampak positif terhadap keterlibatan orang tua dan perkembangan komunikasi anak dengan *speech delay*. Implikasi dari penelitian ini adalah guru PAUD dan konselor keluarga diharapkan dapat menerapkan intervensi berbasis *mindfulness* untuk memperkuat kolaborasi dengan orang tua dalam mendukung perkembangan bahasa anak.

### ABSTRACT

*This study aims to describe parents' understanding of the concept of mindful parenting in parenting, program implementation, its impact on interactions with children, to obstacles and supporting factors in its implementation. This study uses a qualitative method with a single case study type. The research participants consisted of 3 parents, 3 speech delay students, the principal and teachers. Data collection by observation, interviews, and document studies. After participating in the mindful parenting program, parents recognized that full presence, patience, and emotional regulation are essential in supporting children's communication development. The parents' level of understanding of the program reached an average score of 80%, categorized as "Good", obtained through the analysis of observation results using a 1-5 rating scale instrument. The program was implemented through: (a) parenting seminars, (b) haflah akhirussanah, (c) psychological tests, (d) home visits, and (e) additional study hours after school for students with speech delay. The findings indicate that the mindful parenting program has a positive impact on parental involvement and the development of communication in children with speech delay. The implication is that early childhood teachers and family counselors are encouraged to apply mindfulness-based interventions to strengthen collaboration with parents in supporting children's language development.*



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License. This license lets others remix, tweak, and build upon your work even for commercial purposes, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms ©2018 by author and Universitas Negeri Padang.

### Corresponding Author:

Rusmiyati

Afiliasi: Universitas Panca Sakti, Bekasi. Indonesia

Email: [rusmiyatirc@gmail.com](mailto:rusmiyatirc@gmail.com)

## Pendahuluan

Pendidikan anak usia dini telah menjadi perhatian penting di dunia internasional karena masa ini merupakan fondasi utama bagi perkembangan individu secara menyeluruh. Organisasi dunia seperti PBB (Persatuan Bangsa-Bangsa atau *United Nations*) menekankan pentingnya pendidikan inklusif bagi seluruh anak, termasuk mereka yang memiliki kebutuhan khusus. Menurut perkiraan PBB, setidaknya 10% anak usia sekolah mempunyai kebutuhan khusus yang memerlukan layanan pendidikan dan intervensi yang sesuai.

Di Indonesia, isu anak berkebutuhan khusus juga menjadi perhatian serius. Berdasarkan data yang dikutip dari Desiningrum (2016), jumlah anak berkebutuhan khusus di Indonesia mencapai 1.544.184 orang, dengan 330.764 di antaranya berada pada rentang usia 5-18 tahun (sekitar 21,42 persen). Namun, dari jumlah tersebut, baru sekitar 85.737 anak yang mengenyam pendidikan, sementara 245.027 anak lainnya belum memperoleh akses pendidikan yang memadai, baik di sekolah khusus maupun sekolah inklusif. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih banyak anak yang membutuhkan dukungan dalam aspek perkembangan dan komunikasi mereka.

Salah satu permasalahan perkembangan yang sering ditemukan pada anak usia dini adalah keterlambatan bicara (*speech delay*). Fenomena ini kini semakin banyak dijumpai dalam praktik pendidikan maupun klinis. Data menunjukkan bahwa sekitar 5–10% anak prasekolah mengalami keterlambatan dalam perkembangan bahasa. Jika tidak diintervensi sejak dini, kondisi ini dapat berdampak pada kesulitan komunikasi, rendahnya kepercayaan diri, hingga hambatan dalam kemampuan sosial anak di masa depan.

Intervensi dini menjadi krusial untuk membantu anak dengan keterlambatan bicara agar dapat berkembang optimal. Dalam konteks ini, peran orang tua sangat penting karena lingkungan keluarga merupakan tempat pertama dan utama bagi anak belajar berkomunikasi. Salah satu pendekatan yang semakin mendapat perhatian dalam bidang intervensi perkembangan anak adalah *mindful parenting*, yaitu pola pengasuhan yang menekankan kesadaran penuh, empati, dan responsivitas orang tua terhadap kebutuhan emosional dan komunikasi anak. mencegah dampak negatif jangka panjang terhadap kemampuan komunikasi dan sosial anak.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa integrasi pendekatan *mindfulness* dalam pelatihan orang tua dapat meningkatkan kualitas hubungan antara orang tua dan anak, serta mengurangi perilaku bermasalah pada anak (Coatsworth et al., 2015). Penelitian McKee et al. (2018) juga menemukan bahwa *mindful parenting* dapat membantu orang tua merespons emosi anak secara lebih adaptif dalam jangka pendek maupun panjang. Keberhasilan dalam *mindfulness* dapat menurunkan stres sekaligus memperbaiki gaya pengasuhan (Van de Weijer-Bergsma et al., 2012). Hal ini juga sejalan dengan temuan Benn et al. (2012) bahwa pelatihan *mindfulness* efektif menurunkan kecemasan sekaligus meningkatkan welas asih. Pelatihan semacam ini membantu orang tua lebih hadir secara sadar, tidak reaktif terhadap perilaku anak, dan lebih peka terhadap sinyal komunikasi yang ditunjukkan anak dalam keseharian. Hal tersebut menjadikan *mindfulness* relevan diterapkan dalam konteks penanganan keterlambatan bicara.

Hasil penelitian terdahulu juga menunjukkan efektivitas pelatihan *mindful* pada berbagai kelompok orang tua. Özeke-Kocabas dan Koyuncu (2023) melaporkan peningkatan signifikan pada aspek *non-judgmental* dan emosi positif setelah pelatihan *mindfulness*, meskipun tidak terdapat perubahan berarti pada tingkat stres dan kecemasan. Julian et al. (2021) menemukan bahwa *mindfulness* berhubungan dengan penurunan perilaku pengasuhan keras (*harsh parenting*) dan potensi kekerasan terhadap anak. Intervensi keluarga berbasis *mindfulness* memperkuat hubungan orang tua-remaja melalui peningkatan kesadaran diri, regulasi emosi, dan empati dalam interaksi (Coatsworth et al., 2014). Sementara itu, dalam konteks ADHD, Valero dan Cebolla (2017) menyoroti masih terbatasnya studi terkontrol tentang penerapan *mindfulness-based intervention* (MBI) untuk anak dengan ADHD. Dari beberapa penelitian tersebut, meskipun hasilnya menjanjikan, sebagian besar studi masih berfokus pada konteks klinis dan menggunakan pendekatan kuantitatif, sehingga belum banyak yang menggambarkan secara mendalam pengalaman orang tua dalam praktik nyata.

Di Indonesia, penelitian mengenai implementasi *mindful parenting* dalam penanganan *speech delay* masih sangat terbatas. Studi yang ada umumnya hanya menyoroti efektivitas program secara kuantitatif. Sebagaimana penelitian Ramadhan dan Diniyah (2022) yang menunjukkan efektivitas pusat pembelajaran keluarga dalam pencegahan kekerasan pada anak, serta penelitian Akmal et al. (2015) yang menemukan efektivitas program pelatihan orang tua dalam meningkatkan motivasi menulis pada anak. Namun, beberapa penelitian tersebut belum mengeksplorasi secara mendalam pengalaman subjektif orang tua sebagai pelaku utama dalam proses pendampingan. Padahal, pemahaman terhadap persepsi dan pengalaman orang tua sangat penting untuk merancang program yang lebih sesuai dengan kebutuhan lokal dan budaya pengasuhan di Indonesia.

Kajian meta-analisis yang dilakukan oleh Caetano et al. (2024) mengonfirmasi bahwa program *parent coaching* yang mengintegrasikan praktik *mindful* dapat meningkatkan kualitas interaksi orang tua-anak serta perkembangan bahasa anak secara signifikan. Hal ini juga diperkuat dengan teori *attachment* Bowlby yang menjelaskan bahwa hubungan emosional yang aman antara anak dan orang tua membentuk dasar bagi perkembangan bahasa dan sosial anak (Muthmainah et al., 2025). Dalam pengasuhan *mindful*, orang tua belajar mengatur emosi (*emotion regulation*) dan menumbuhkan *secure attachment* melalui interaksi yang penuh perhatian. Dengan demikian, *mindfulness* berperan dalam membangun komunikasi positif yang dapat menstimulasi kemampuan verbal anak secara alami. Temuan ini memperkuat urgensi penerapan *mindful parenting* di berbagai konteks, termasuk di lembaga pendidikan anak usia dini. Namun, penerapannya di Indonesia, terutama pada sekolah Islam terpadu, masih sangat jarang dieksplorasi sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut yang bersifat kontekstual dan kualitatif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan di TKIT Thoriq Al Fath, Desa Kedungwaringin, Kabupaten Bekasi. Tujuannya adalah untuk mengeksplorasi secara mendalam implementasi program *mindful parenting* dalam penanganan *speech delay*. Secara khusus, penelitian ini menganalisis: (1) proses perencanaan dan pelaksanaan program, (2) pengalaman dan persepsi orang tua terhadap penerapan strategi *mindful parenting*, (3) tantangan dan faktor pendukung implementasi, serta (4) dampak program terhadap perkembangan bahasa anak dan kualitas interaksi orang tua-anak. Dengan demikian,

penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pengembangan model pengasuhan berbasis mindfulness di Indonesia.

## Metode

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus tunggal (*individual case study*). Desain ini dipilih karena TKIT Thoriq Al Fath Desa Kedungwaringin, Kabupaten Bekasi, telah menginisiasi program *mindful parenting* sejak tahun 2024, namun belum terdapat kajian sistematis yang mengevaluasi implementasi dan dampaknya. Kesenjangan ini menjadi penting untuk diteliti mengingat perlunya model intervensi yang efektif dan kontekstual dalam penanganan *speech delay* pada setting pendidikan Islam terpadu. Fokus penelitian diarahkan untuk memahami secara mendalam pelaksanaan program *mindful parenting*, termasuk dinamika interaksi antara guru dan orang tua serta konteks penerapannya di lapangan. Penelitian dilakukan di TKIT Thoriq Al Fath sebagai lokasi utama, dan juga di rumah partisipan untuk memperoleh informasi yang lebih komprehensif mengenai praktik *mindful parenting* dalam konteks alami (*natural setting*), baik di sekolah, rumah, maupun situasi sehari-hari.

Penelitian dilaksanakan mulai bulan Oktober 2024 sampai dengan Februari 2025 dengan prosedur penelitian mengikuti tahapan penelitian kualitatif yang dijelaskan oleh Nasution (2023) yang meliputi tahap deskripsi, reduksi fokus, seleksi, kesimpulan, dan pencandraan. Latar penelitian ini berfokus pada pelaksanaan program *mindful parenting* dalam menangani anak dengan *speech delay* dan bagaimana program tersebut dapat membantu orang tua dalam menstimulasi perkembangan bahasa anak.

Dalam penelitian ini diperoleh data primer melalui wawancara terstruktur, observasi langsung, dan dokumentasi yang bersumber dari orang tua siswa *speech delay*, guru kelas dan Kepala TKIT Thoriq Al Fath. Sedangkan data sekunder diperoleh dari dokumentasi, literatur dan website serta subjek lain seperti tenaga kependidikan dan siswa yang mendukung penelitian.

Analisis data dalam penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tiga tahapan, yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*. Reduksi data dilakukan dengan menyeleksi hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang relevan dengan fokus penelitian. Observasi dilakukan menggunakan lembar ceklis yang dikuantifikasi melalui skala Likert lima tingkat untuk menilai tingkat pemahaman dan pelaksanaan *mindful parenting*. Hasil skor kemudian dihitung rata-rata persentasenya dari setiap item jawaban atau catatan lapangan, dan diubah menjadi pernyataan penilaian untuk mengetahui kualitas serta tingkat kemanfaatan program. Selanjutnya, data disajikan secara deskriptif dalam bentuk uraian naratif yang menggambarkan proses implementasi program secara sistematis dan kronologis. Unit analisis penelitian mencakup pengalaman individu orang tua dan dinamika pelaksanaan program di lingkungan TKIT Thoriq Al Fath maupun di rumah subjek penelitian. Penarikan kesimpulan dilakukan melalui proses verifikasi berulang untuk memastikan keterpaduan antara temuan lapangan dan teori yang digunakan.

Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga melalui teknik triangulasi. Peneliti menggunakan triangulasi sumber, teknik, dan waktu untuk memastikan konsistensi serta validitas hasil penelitian. Ringkasan penerapan triangulasi disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Penerapan Triangulasi untuk Keabsahan Data

Jenis Triangulasi	Sumber	Tujuan
Sumber	Orang tua, guru, kepala sekolah	Memastikan konsistensi informasi dari berbagai pihak yang terlibat langsung dalam program
Teknik	Wawancara, observasi, studi dokumentasi	Memperkuat validitas dengan menggabungkan beragam metode pengumpulan data
Waktu	Rumah, sekolah, situasi sehari-hari	Menangkap dinamika perilaku dan implementasi program secara alamiah

Melalui penerapan triangulasi ini, peneliti berupaya menjamin kredibilitas serta keandalan (*dependability*) data sehingga interpretasi hasil penelitian benar-benar merefleksikan kondisi nyata di lapangan.

## Hasil Penelitian dan Pembahasan

### Hasil Penelitian

Fokus pada penelitian ini adalah implementasi penanganan anak *speech delay* melalui program *mindful parenting* di TKIT Thoriq Al Fath. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini, ditemukan bahwa banyak orang tua menghadapi kebingungan dalam menstimulasi kemampuan bicara anak mereka. Beberapa di antaranya merasa cemas karena keterlambatan bicara anak menyebabkan mereka sulit berkomunikasi dengan lingkungan sekitar, sementara yang lain mengalami tekanan sosial akibat stigma dari keluarga besar maupun masyarakat yang menganggap keterlambatan bicara sebagai tanda kurangnya perhatian orang tua dalam mendidik anak. Banyak dari mereka yang sebelumnya menganggap bahwa keterlambatan bicara pada anak hanya dapat diatasi melalui terapi formal yang dilakukan oleh tenaga profesional, bukan melalui pola asuh di rumah. Program ini menyoroti tiga aspek utama, yaitu pengalaman emosional orang tua, strategi dan teknik *mindful parenting*, serta dampak program terhadap perkembangan anak.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Sekolah dan guru TKIT Thoriq Al Fath diperoleh informasi bahwa sekolah mengetahui pemahaman orang tua terhadap konsep program *mindful parenting* dalam pengasuhan anak dengan *speech delay* melalui adanya keterlibatan orang tua dalam kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan sekolah, berupa seminar parenting yang diselenggarakan tiap awal Semester Ganjil tiap tahunnya dengan narasumber profesional, haflah akhirussanah sebagai yang diselenggarakan tiap akhir tahun pelajaran dengan melibatkan orang tua siswa, tes psikologi yang diselenggarakan atas kerja sama dengan lembaga psikologi, kunjungan rumah yang diselenggarakan sewaktu-waktu sesuai

kebutuhan, dan tambahan jam belajar sepulang sekolah untuk siswa *speech delay* yang diselenggarakan setiap hari Sabtu di Sekolah.

Berdasarkan hasil observasi yang dikuantifikasi melalui lembar penilaian, diperoleh bahwa rata-rata tingkat pemahaman orang tua terhadap program *mindful parenting* mencapai 80% atau berkategori baik, sedangkan kemampuan berbicara anak meningkat dengan rata-rata skor 67% setelah pelaksanaan program.

Dari hasil wawancara dan observasi terhadap tiga orang tua dengan anak *speech delay* kategori ringan, sedang, dan berat, muncul tiga tema utama:

Tabel 2. Tema-tema Utama Hasil Penelitian

No	Tema Utama	Deskripsi Temuan	Kutipan Wawancara	Sumber
1	Pengalaman emosional	Sebelum mengikuti program, orang tua sering merasa cemas, frustasi, dan tertekan akibat keterlambatan bicara anak.	"Kadang saya merasa putus asa, saya tidak tahu bagaimana harus berbicara dengan anak saya. Setiap kali saya mencoba mengajaknya berbicara, dia hanya diam atau menunjuk"	Partisipan 1
2	Tantangan pendampingan	Kurangnya respons verbal dan tekanan sosial membuat orang tua merasa kewalahan.	"Saya sering berbicara dengan anak saya, mengajaknya bercerita atau sekadar menyebutkan nama benda di sekitar rumah, tetapi dia tidak merespons. Bahkan ketika saya memanggil namanya berkali-kali, dia tidak menoleh. Saya jadi bertanya-tanya, apakah dia tidak mendengar saya atau memang tidak memahami?"	Partisipan 2
3	Strategi pengasuhan	Strategi yang diterapkan meliputi <i>mindful listening</i> , regulasi emosi, penggunaan media bermain, serta konsistensi dalam stimulasi bicara di rumah.	"Saya sering merasa kesal kalau anak saya hanya diam saat diajak bicara. Tapi setelah belajar teknik pernapasan, saya jadi lebih bisa mengontrol emosi. Saya tarik napas dulu sebelum bicara, supaya tidak buru-buru atau terkesan memaksa."	Partisipan 3

No	Tema Utama	Deskripsi Temuan	Kutipan Wawancara	Sumber
			<i>Sekarang interaksi kami lebih menyenangkan."</i>	

Secara umum, hasil menunjukkan adanya perubahan perilaku orang tua dalam berinteraksi dengan anak serta peningkatan kemampuan komunikasi anak, meskipun dengan kecepatan perkembangan yang berbeda-beda.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan program *mindful parenting* di TKIT Thoriq Al Fath memberikan perubahan signifikan terhadap cara orang tua dalam mendampingi anak dengan *speech delay*. Perubahan tersebut tidak hanya tampak pada peningkatan kemampuan komunikasi anak, tetapi juga pada pola pikir dan perilaku pengasuhan yang lebih tenang, sabar, dan berempati.

Dalam konteks teori *Mindful Parenting* yang dikembangkan oleh Bögels dan Restifo (2014), temuan ini mencerminkan tiga dimensi utama, yaitu *mindful presence*, *emotional regulation*, dan *interpersonal attunement*. Pertama, dimensi *mindful presence* atau kehadiran penuh terlihat dari bagaimana orang tua mulai menaruh perhatian secara utuh kepada anak ketika berinteraksi. Sebelum mengikuti program, sebagian besar orang tua cenderung terburu-buru dalam memberikan instruksi atau koreksi terhadap anak. Namun setelah mendapatkan pelatihan *mindfulness*, mereka belajar untuk memperlambat respons, mendengarkan dengan penuh perhatian, dan menunggu anak mengekspresikan diri tanpa tekanan. Kehadiran penuh ini membuat anak merasa lebih aman dan didengar, sehingga memunculkan keberanian untuk mencoba berkomunikasi. Hal ini selaras dengan pendapat Kiong (2015) yang menyatakan bahwa orang tua hendaknya mampu mendengarkan dengan penuh perhatian dan berbicara dengan empati, memahami dan menerima tanpa menghakimi, serta kecerdasan emosional.

Kedua, dimensi *emotional regulation* atau regulasi emosi menjadi aspek penting yang menjembatani keberhasilan program. Banyak orang tua mengaku sebelumnya mudah marah dan frustasi karena merasa tidak mampu memahami anaknya. Melalui pelatihan dan pendampingan, mereka belajar untuk mengelola emosi negatif seperti cemas dan marah dengan teknik sederhana seperti pernapasan dan refleksi diri. Regulasi emosi ini berperan langsung dalam menciptakan iklim komunikasi yang positif antara orang tua dan anak. Dalam teori *mindful parenting*, ketenangan batin orang tua akan menular kepada anak, sehingga anak lebih terbuka untuk belajar dan berinteraksi secara alami. Kiong (2015) mengemukakan bahwa orang tua yang mampu menerima anak dengan atributnya sendiri dengan baik dan menerapkan standar-standar yang dikomunikasikan dan disetujui bersama, maka mereka akan mampu menjadi pengasuh yang teladan bagi anak-anaknya.

Ketiga, *interpersonal attunement* atau kepekaan terhadap hubungan interpersonal terlihat dari perubahan cara orang tua dalam memperhatikan bahasa tubuh, kontak mata, serta nada bicara ketika berinteraksi. Hal ini sejalan dengan temuan Hasbi et al. (2020) yang mengungkapkan bahwa empati merupakan salah satu prinsip utama dalam komunikasi dengan anak yang terlambat bicara. Orang tua yang peka terhadap isyarat non-verbal anak lebih mampu memberikan respon yang sesuai, sehingga komunikasi menjadi dua arah dan

---

bermakna. Sebagaimana temuan Kurniawan dan Kasmiati (2020) yang juga mengungkapkan bahwa interaksi dan komunikasi langsung anak dengan lingkungan akan meningkatkan kemampuan dan keterampilan berbahasanya, termasuk dalam penggunaannya untuk menyampaikan keinginan dan gagasan.

Selain ketiga dimensi tersebut, hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa praktik *mindfulness* berperan sebagai sarana penguatan hubungan spiritual orang tua dengan anak. Dalam konteks lembaga pendidikan Islam terpadu, pendekatan ini sejalan dengan nilai-nilai *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa) dan *rahmah* (kasih sayang) yang menjadi dasar pengasuhan Islami. Kesadaran diri, kesabaran, dan kasih sayang dalam interaksi sehari-hari menjadi bentuk nyata dari implementasi spiritualitas Islam dalam pola asuh modern, dimana sikap sabar terbukti dapat membantu dalam menerima keadaan dengan cara yang positif dan mengurangi kecemasan berlebih (Cahyadi, 2022).

Lebih jauh, peningkatan pemahaman orang tua terhadap prinsip *mindful parenting* sebesar 80% menunjukkan bahwa pelatihan orang tua memiliki peran penting dalam keberhasilan intervensi. Sementara peningkatan kemampuan berbicara anak sebesar 67% menggambarkan bahwa perubahan perilaku pengasuhan membawa dampak nyata terhadap perkembangan anak, meskipun laju perkembangan antar anak berbeda-beda. Perubahan ini mengindikasikan bahwa pendekatan *mindfulness* tidak hanya berdampak pada orang tua, tetapi juga pada pola komunikasi anak, yang menjadi lebih terstruktur dan meningkat secara bertahap. Sebagaimana hasil temuan Coatsworth et al. (2015) yang mengungkapkan bahwa program pelatihan orang tua berbasis *mindfulness* dapat memperbaiki penyesuaian emosi dan perilaku anak, keterampilan pengasuhan, serta mengurangi stres dan kecemasan pada orang tua. Variasi hasil ini memperkuat pandangan bahwa pengasuhan yang efektif memerlukan konsistensi, kesabaran, dan dukungan lingkungan sosial yang positif.

Kendala yang muncul, seperti keterbatasan waktu, tekanan sosial, dan rasa cemas akan hasil yang lambat, menunjukkan bahwa keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh individu, tetapi juga oleh ekosistem pendukungnya. Dalam hal ini, peran sekolah dan komunitas orang tua menjadi sangat penting. Sekolah yang secara aktif menyelenggarakan kegiatan parenting, kunjungan rumah, dan sesi konsultasi psikologis berkontribusi besar terhadap keberlanjutan praktik *mindful parenting* di rumah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan program *mindful parenting* dalam pengasuhan memiliki dampak positif dalam mendukung perkembangan bahasa anak dengan *speech delay*. Hal ini sejalan dengan hasil temuan Gustiana (2024) bahwa orang tua yang melibatkan perhatian, motivasi, dan dukungan yang tepat dalam pola asuhnya dapat membantu anak mengatasi keterlambatan berbicara dan mengembangkan keterampilan komunikasi. Rinaldi dan Retnowati (2018) juga memperkuat bahwa intervensi berbasis *mindfulness* efektif meningkatkan kepuasan hidup dan afek positif, serta menurunkan afek negatif pada ibu dengan anak retardasi mental. Secara teoretis, penelitian ini juga memperluas pemahaman bahwa *mindful parenting* bukan hanya strategi psikologis individual, tetapi juga pendekatan holistik yang mengintegrasikan kesadaran diri, empati, dan spiritualitas dalam pengasuhan anak usia dini. Dengan menempatkan orang tua sebagai mitra aktif sekolah, pendekatan ini berpotensi menjadi model intervensi yang relevan dan kontekstual untuk lembaga pendidikan Islam terpadu di Indonesia.

Dengan demikian, program *mindful parenting* tidak hanya membantu mengatasi keterlambatan bicara pada anak, tetapi juga memperkuat fondasi hubungan emosional dan spiritual dalam keluarga. Keterampilan seperti *mindful listening*, komunikasi positif, dan regulasi emosi yang diajarkan melalui program ini memberikan dampak ganda—meningkatkan kemampuan anak sekaligus menumbuhkan kesadaran diri pada orang tua.

## Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa implementasi *mindful parenting* di TKIT Thoriq A1 Fath memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman orang tua dan perkembangan komunikasi anak dengan *speech delay*. Program yang mencakup seminar parenting, kunjungan rumah, serta pendampingan belajar terbukti membantu orang tua menerapkan kehadiran penuh (*presence*), kesabaran, dan regulasi emosi dalam pengasuhan. Sebanyak 67% anak menunjukkan kemajuan dalam kemampuan berbicara dan partisipasi sosial, meskipun masih terdapat kendala seperti keterbatasan waktu dan konsistensi orang tua. Temuan ini menegaskan bahwa *mindful parenting* berpotensi menjadi strategi intervensi yang efektif dalam pendidikan anak berkebutuhan khusus, serta menekankan pentingnya dukungan kebijakan yang mendorong pelatihan *mindfulness* bagi orang tua dan guru. Penelitian lanjutan disarankan melibatkan sampel lebih luas dan pengukuran longitudinal untuk mengamati perkembangan anak secara lebih komprehensif.

## Daftar Rujukan

- Akmal, S. Z., Ali-Nafis, T. R., & Adam, P. (2015). Efektivitas program pelatihan orang tua untuk meningkatkan motivasi menulis pada siswa lambat belajar (suatu studi kasus). *Journal Psikogenesis*, 2(1), 1–13. <https://doi.org/10.24854/jps.v2i1.39>
- Benn, R., Akiva, T., Arel, S., & Roeser, R. W. (2012). Mindfulness training effects for parents and educators of children with special needs. *Developmental Psychology*. <https://doi.org/10.1037/a0027537>
- Bögels, S., & Restifo, K. (2014). *Mindful parenting: A guide for mental health practitioners*. New York: Springer.
- Caetano, B., Chorão, A., Alves, S., Canavarro, M. C., & Pires, R. (2024). Mindfulness-based interventions for parents: a systematic review of target groups, effects, and intervention features. *Mindfulness*, 15(10), 2429–2447. <https://doi.org/10.1007/s12671-024-02451-1>
- Cahyadi, A. (2022). *Mindful parenting: Solusi dalam mengatasi stress pengasuhan*. Surabaya: UKWMS.
- Coatsworth, J. D., Duncan, L. G., Berrena, E., Bamberger, K. T., Loeschinger, D., Greenberg, M. T., & Nix, R. L. (2014). The mindfulness-enhanced strengthening families program: Integrating brief mindfulness activities and parent training within an evidence-based prevention program. *New Directions for Youth Development*. <https://doi.org/10.1002/yd.20096>
- Coatsworth, J. D., Duncan, L. G., Nix, R. L., Greenberg, M. T., Gayles, J. G., Bamberger, K. T., Berrena, E., & Demi, M. A. (2015). Integrating mindfulness with parent training:

- Effects of the mindfulness-enhanced strengthening families program. *Developmental Psychology*, 51(1), 26–35. <https://doi.org/10.1037/a0038212>
- Desiningrum, D. R. (2016). *Psikologi anak berkebutuhan khusus*. Depdiknas. Yogyakarta: Psikosain. <https://core.ac.uk/download/pdf/76939829.pdf>
- Gustiana, A. A. (2024). Analisis keterlambatan berbicara pada anak. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 8(2), 100-108. <https://doi.org/10.24036/jpkk.v8i2.900>
- Hasbi, M., Harnandita, R. W., Baswara, T., Maryana, Ngasmawi, M., Mangunwibawa, A. A., Jakino, & Nurhasanah, N. (2020). *Alat bantu komunikasi untuk anak yang terlambat bicara*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. [https://paudpedia.kemdikbud.go.id/uploads/anggun/images/30\\_buku\\_orang\\_tua/22\\_Alat\\_Bantu\\_Komunikasi.pdf](https://paudpedia.kemdikbud.go.id/uploads/anggun/images/30_buku_orang_tua/22_Alat_Bantu_Komunikasi.pdf)
- Julian, M. M., Muzik, M., Jester, J. M., Handelzalts, J., Erickson, N., Stringer, M., Brophy-Herb, H., Ribaudo, J., Huth-Bocks, A., Lawler, J., Stacks, A., & Rosenblum, K. L. (2021). Relationships heal: Reducing harsh parenting and child abuse potential with relationship-based parent-infant home visiting. *Children and Youth Services Review*. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2021.106135>
- Kiong, M. (2015). *Mindful parenting*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kurniawan, H., & Kasmiati. (2020). *Pengembangan bahasa anak usia dini*. Banyumas: CV Rizquna.
- McKee, L. G., Parent, J., Zachary, C. R., & Forehand, R. (2018). Mindful parenting and emotion socialization practices: concurrent and longitudinal associations. *Family Process*. <https://doi.org/10.1111/famp.12329>
- Muthmainah, Bali, E. N., Puspitasari, E., Novita, R., Suhendro, E., Windiarti, R., Fara, E. W., Pratiwi, H., Wijayanti, A., Nafi'ah, Q., Qalbi, Z., & Kristanto, W. (2025). *Analisis teori PAUD*. Yogyakarta: UNY Press.
- Özeke-Kocabas, E., & Koyuncu, B. (2023). The effects of neuroscience-based mindfulness training on adolescents. *International Journal of Education and Literacy Studies*. <https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.11n.4p.332>
- Ramadhan, T., & Diniyah, N. (2022). Efektivitas pusat pembelajaran keluarga (PUSPAGA) dalam pencegahan kasus kekerasan pada anak di Tangerang Selatan. *Sahaja*. <https://doi.org/10.61159/sahaja.v1i2.23>
- Rinaldi, M. R., & Retnowati, S. (2018). Program “mindful parenting” untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif ibu yang memiliki anak retardasi mental. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 2(2), 96–111. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.33362>
- Valero, M., & Cebolla, A. (2017). Mindfulness training for adults and children with ADHD: Variables and outcomes. *Current Developmental Disorders Reports*. <https://doi.org/10.1007/s40474-017-0118-x>
- Van de Weijer-Bergsma, E., Formsma, A. R., de Bruin, E. I., & Bögels, S. M. (2012). The Effectiveness of mindfulness training on behavioral problems and attentional functioning

in adolescents with ADHD. *Journal of Child and Family Studies.*  
<https://doi.org/10.1007/s10826-011-9531-7>