

Strategi *Coping Stress* pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus

Daniel Simanjuntak¹, Suryanto², Wiwin Hendriani³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

e-mail: simanjuntakdaniel640@gmail.com

Abstract

Parents of children with special needs are particularly vulnerable to psychological stressors such as anxiety, sleep disturbances, and frustration, making the selection of appropriate coping strategies essential for managing caregiving challenges. This study aimed to identify and describe the coping strategies commonly used by parents of children with special needs and to examine protective factors that support parental well-being. A descriptive qualitative design was employed, with three participants who were mothers of children with special needs. Findings indicate that participants primarily utilized emotion-focused and problem-focused coping strategies to address caregiving demands. Two protective factors, social support and the parent-child relationship were identified as instrumental in reducing negative emotional impact and sustaining caregiving efforts. The study's findings contribute to understanding coping processes among parents of children with special needs and may serve as a reference for future research and interventions aimed at enhancing parental resilience.

Keywords: coping strategies for stress, parents, children with special needs

Abstrak

Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus lebih rentan terhadap tekanan psikologis, seperti kecemasan, gangguan tidur, dan frustrasi. Maka dari itu penting bagi orang tua untuk mampu menuntukan strategi coping yang tepat untuk mengatasi setiap tantangan pengasuhan. Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi dan memberikan gambaran strategi coping yang cenderung digunakan oleh orang tua dan faktor-faktor yang dianggap menjadi pelindung bagi orang tua anak berkebutuhan khusus. Penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Partisipan penelitian ini sebanyak 3 orang tua yaitu ibu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa partisipan menggunakan strategi emotion focused coping dan problem focused coping sebagai cara utama dalam penyelesaian tantangan selama pengasuhan abk. Terdapat dua faktor pelindung, yaitu dukungan sosial dan hubungan orang tua dan anak. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam penelitian selanjutnya.

Kata Kunci: strategi coping stress, orang tua, anak berkebutuhan khusus.

I. Pendahuluan

Menjadi orang tua merupakan perjalanan yang menantang sekaligus bermanfaat yang dapat membawa kebahagiaan, kepuasan, dan pertumbuhan pribadi. Pada saat sama, kehidupan sebagai orang tua juga menghadirkan berbagai tantangan dan tuntutan yang harus dihadapi. Kompleksitas kehidupan seperti, merawat dan memenuhi kebutuhan anak baik secara fisik maupun emosional, serta tekanan dan tuntutan pekerjaan sering kali menimbulkan tekanan bagi orang tua (Rusu et al., 2025). Selain itu, stigma sosial yang menganggap bahwa orang tua harus mampu untuk mencintai, mendukung, menerima, dan menghargai anak-anak mereka tanpa syarat menjadikan tugas sebagai orang tua semakin berat. Kompleksitas yang mencakup tuntutan dan tantangan yang dihadapi oleh orang tua pada akhirnya menjadi pemicu stres yang sering dialami oleh kebanyakan orang tua.

Stres orang tua mengacu pada perasaan kewalahan, cemas, frustrasi, dan kelelahan yang



disebabkan oleh faktor-faktor seperti, tanggungjawab pengasuhan, tekanan finansial, konflik pernikahan, kurangnya dukungan sosial, dan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan anak (Coşkuner Aktaş & Çiçek, 2024; Cusinato et al., 2020; Rusu et al., 2025). Penelitian terdahulu telah membuktikan berbagai dampak yang ditimbulkan dari stress yang dirasakan oleh orang tua seperti, penurunan kualitas hidup (Chu et al., 2023), penurunan kebahagiaan (Aramburu et al., 2022), mengurangi kualitas hubungan dan komunikasi bersama pasangan (Priego-Ojeda & Rusu, 2023). Selain itu, stres yang dirasakan orang tua juga berdampak pada peningkatan perilaku internalisasi dan eksternalisasi anak (Beckmeyer et al., 2022), penurunan prestasi anak (Tan et al., 2017), dan meningkatkan stres yang tinggi pada anak (Pereira et al., 2023).

Tugas sebagai orang tua semakin menjadi tantangan ketika dalam sebuah keluarga tersebut hadir seorang anak yang membutuhkan pendampingan khusus. Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus menghadapi tantangan yang jauh lebih berat dibandingkan orang tua pada umumnya (Liang et al., 2024). Tantangan tersebut meliputi, kekhawatiran akan masa depan anak, stigma sosial, kurangnya keterampilan dan pengetahuan mengenai diagnosa anak, serta kesulitan finansial untuk memenuhi kebutuhan anak (Benešová & Sikorová, 2022; Ljubičić et al., 2022). Anak berkebutuhan khusus membutuhkan pendampingan penuh dari keluarga untuk mempelajari berbagai aktivitas hingga akhirnya mampu secara mandiri melakukannya.

Secara global, hampir 240 juta anak di dunia termasuk ke dalam kategori anak berkebutuhan khusus (ABK) (Unicef Indonesia, 2023). Anak-anak berkebutuhan khusus memiliki hambatan seperti, hambatan intelektual, epilepsi, hambatan pendengaran atau penglihatan, spektrum autisme (ASD), atau perhatian dan hiperaktivitas (ADHD) (Olusanya et al., 2022). Di Indonesia istilah “anak dengan kebutuhan khusus” dan “orang atau anak dengan disabilitas” digunakan sesuai dengan penunjukan kategori pada masing-masing individu, “orang atau anak dengan disabilitas” menjadi istilah yang sering digunakan sesuai dengan konsep dan definisi dari The United Convention on the Rights of Person with Disabilities (UNCRPD) (Unicef Indonesia, 2023). Secara umum “anak dengan kebutuhan khusus” dan “orang atau anak dengan disabilitas” merujuk pada anak-anak atau individu yang memiliki hambatan atau kesulitan tertentu (Hasugian et al., 2019).

PBB memperkirakan bahwa paling sedikit ada 10% anak usia sekolah yang memiliki kebutuhan khusus, di Indonesia jumlah anak sekolah pada usia 5-14 tahun yaitu sebanyak 42,8 juta jiwa berdasarkan perkiraan tersebut, maka di Indonesia diperkirakan ada kurang lebih 4,2 juta anak Indonesia yang dikategorikan berkebutuhan khusus (Mardiansah et al., 2024). Di Indonesia belum terdapat data resmi dari pemerintah yang menggambarkan jumlah ABK. Namun, berdasarkan hasil survei nasional sosio ekonomi tahun 2017 melaporkan bahwa lebih dari 37,1 juta orang hidup dengan disabilitas, dan dari total, ditemukan bahwa kurang dari 10% atau 3,2 juta

adalah anak-anak (Asa, Fauk, Ward, et al., 2021). Berdasarkan data, dapat ditarik kesimpulan bahwa masih terdapat banyak keluarga yang harus menghadapi tugas yang berat dalam merawat dan memenuhi kebutuhan anak berkebutuhan khusus.

Merawat anak berkebutuhan membawa perubahan dalam kehidupan keluarga secara keseluruhan dan berdampak pada berbagai aspek kehidupan. Bagi orang tua, mengasuh anak berkebutuhan khusus dapat menjadi suatu perjalanan yang indah dengan rasa pencapaian dan kegembiraan, tetapi hal ini juga menjadi tantangan dalam proses perawatan ABK (Bruce et al., 2014). Orang tua ABK dianggap lebih rentan terhadap gangguan psikologis, seperti kecemasan, gangguan tidur, dan rasa frustrasi ketika menghadapi masalah perilaku anak berkebutuhan khusus (Beckers et al., 2021; Duncan et al., 2009). Penelitian oleh Caley, (2012) melaporkan bahwa ibu sebagai pengasuh utama anak berkebutuhan khusus mengalami tingkat stres yang lebih tinggi.

Dampak merawat anak berkebutuhan khusus (ABK) bersifat multifaset, misalnya stres pengasuhan. Stres tinggi yang dialami oleh orang tua dapat berasal dari mengelola perilaku dan kebutuhan anak dengan kebutuhan khusus (Cheng & Lai, 2023). Studi oleh Beckers et al., (2021); Duncan et al., (2009) menemukan bahwa tekanan psikologis seperti kecemasan, gangguan tidur, dan frustrasi cenderung dialami oleh orang tua ketika menghadapi masalah perilaku anak-anak mereka. Selain itu, stres yang tinggi juga dapat berasal dari pemaknaan orang tua dalam menerima kehadiran seorang ABK. Pemaknaan orang tua yang memandang keberadaan ABK dalam keluarga sebagai tantangan, mengalami tingkat stres yang lebih rendah, sedangkan orang tua yang menganggap anak berkebutuhan sebagai beban atau ketegangan mengalami tingkat stres yang tinggi dan sering kali menyalahkan diri mereka sendiri atas kondisi hambatan anaknya (Arif et al., 2021).

Dampak yang dihadirkan ketika merawat ABK tidak hanya dapat dilihat dari sisi negatif, namun studi juga menemukan adanya dampak positif. Berdasarkan penelitian oleh (Stainton & Besser, 1998) menyatakan bahwa peningkatan toleran dan kedekatan yang semakin terjalin dalam keluarga merupakan salah satu dampak positif yang dihadirkan ketika merawat anak berkebutuhan khusus (ABK). Dalam merespon dampak dan tuntutan dari merawat anak berkebutuhan khusus, penelitian melaporkan bahwa orang tua cenderung menggunakan berbagai strategi penanggulangan yang meliputi proses dan perilaku aktif untuk mengelola stres yang berkelanjutan (Ganjiwale et al., 2016; Ishtiaq et al., 2020). Penanggulangan stres merujuk pada cara individu merespon situasi stres yang disebut coping, lebih jelasnya coping dipahami sebagai serangkaian upaya baik dalam bentuk perilaku atau kognitif yang digunakan individu untuk meminimalkan tingkat ketidaknyamanan mereka (Bujnowska et al., 2021; Carver et al., 1989; Lazarus & Folkman, 1984).

Penelitian terdahulu telah menemukan berbagai bentuk *coping* yang digunakan oleh orang



tua ABK misalnya, penerimaan yang merujuk pada kemampuan untuk menerima dan merawat anak meskipun ada keterbatasan (Bawalsah, 2016), telah dilaporkan sebagai strategi yang digunakan oleh orang tua untuk mengatasi dampak negatif disabilitas pada masa kanak-kanak (Bonab et al., 2017; Taanila et al., 2002). Selain itu, *coping* dalam bentuk keagamaan seperti berdoa, melihat iman atau spiritualitas sebagai sumber kenyamanan, kedamaian, harapan, dan keyakinan bahwa Tuhan mengendalikan hidup mereka, merupakan strategi lainnya yang digunakan oleh orang tua (Golfenshtein et al., 2017; Herrera et al., 2009; Wei et al., 2017). Berdasarkan berbagai bentuk coping yang ditemukan, penelitian ini akan mengacu pada teori coping stres dari Lazarus & Folkman, (1984) yang menjelaskan bahwa terdapat dua mekanisme coping yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping* yang bertujuan untuk mengelola atau mengubah masalah yang menyebabkan ketidaknyamanan dan mengatur respon emosional terhadap permasalahan yang dihadapi sebagai lensa utama.

Teori *coping stress* Lazarus & Folkman, (1984) sering dijadikan acuan untuk memahami pengalaman stres individu dan cara individu merespon stres yang dirasakan. Teori ini mengungkapkan bagaimana interaksi yang terjadi antara individu dan lingkungan dalam menghadapi stressor. Dinamika orang tua ABK yang tidak hanya fokus pada dirinya sendiri tetapi juga membutuhkan dukungan lingkungan sosial dapat dieksplorasi melalui teori coping stress ini. Menurut Lazarus & Folkman, (1984), *problem focused coping* merupakan bentuk penanggulangan dimana individu menggunakan strategi aktif dalam mengatasi stres, *problem focused coping* terdiri dari, *plantful problem focused* dan *confrontative coping* (Armajyanthi et al., 2017), sedangkan *emotion focused coping* merupakan bentuk penanggulangan dimana individu mencari merespon situasi stres secara emosional, *emotion focused coping* terdiri dari, *Distancing*, *Escape avoidance*, *self-control*, *seeking social support*, *accepting responsibility*, dan *positive reappraisal* (Armajyanthi et al., 2017).

Penelitian sebelumnya telah mengkonfirmasi berbagai bentuk *coping* yang digunakan oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). Namun, terdapat peran faktor sosial budaya yang mempengaruhi bentuk *coping* yang akan digunakan oleh orang tua ABK. Orang tua di negara non-barat mungkin lebih cenderung menggunakan strategi yang berfokus pada emosi atau menghindar dibandingkan orang tua dari negara barat (Fani et al., 2025; McCabe, 2008). Norma budaya yang mengutamakan reputasi keluarga dapat mendorong orang tua non-barat untuk menahan emosi yang dihasilkan dari stress dan menghindari mencari dukungan sosial untuk menghindari stigma dan perasaan malu (Lin et al., 2008; Luong et al., 2009).

Dalam konteks di Indonesia, dukungan sosial dan keagamaan atau spiritualitas menjadi salah satu bentuk coping yang paling mendominasi, hal ini disampaikan oleh Ilias et al., (2018) dalam penelitian terkait *coping* pada orang tua ABK di negara asia termasuk Indonesia yang

menemukan bahwa peran agama dapat berfungsi sebagai sumber dukungan positif dan membantu orang tua dalam penerimaan pada fase awal dan penyesuaian yang lebih cepat, selain itu pencarian dukungan sosial dari teman, keluarga, dan professional juga dapat berdampak positif bagi orang tua.

Pada kenyataannya, orang tua dengan anak berkebutuhan khusus masih sering mengalami kesulitan dalam menentukan strategi *coping* yang tepat (Alós et al., 2022). Hal ini sering terjadi karena kurangnya pemahaman mendalam yang dimiliki orang tua terkait strategi penanggulangan stress. Selain itu, di Indonesia masih terdapat kesenjangan akses dalam mendapatkan bantuan professional terkait anak berkebutuhan khusus sehingga orang tua cenderung berusaha secara mandiri untuk merawat anak berkebutuhan khusus (Asa et al., 2021; Jiu et al., 2020).

Beberapa studi telah menyoroti perkembangan terkait penelitian pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, namun sebagian besar penelitian tersebut hanya berfokus pada konteks ataupun populasi barat atau eropa (Hayes & Watson, 2013; Khan et al., 2016). Kesadaran mengenai kesehatan mental dan anak berkebutuhan khusus masih mengalami perkembangan di kawasan asia, sehingga masih diperlukan dukungan untuk meningkatkan kesejahteraan orang tua ABK sebagai pengasuh utama (Ilias et al., 2018; Sun & Allison, 2010; Ting et al., 2014). Berdasarkan pernyataan tersebut, Peneliti menyoroti bahwa masih terdapat kebutuhan untuk mengeksplorasi pengalaman orang tua anak berkebutuhan khusus terkait strategi coping stres. Selain itu, penelitian ini juga berusaha untuk mengisi kesenjangan penelitian mengenai kesejahteraan orang tua anak berkebutuhan khusus di asia khususnya di Indonesia.

Penelitian ini, bertujuan memberikan gambaran mengenai strategi penanggulangan atau *coping* yang diterapkan oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus (ABK) di Indonesia khususnya kota Surabaya. Untuk lebih jelasnya, penelitian ini akan mencoba untuk memberikan gambaran terkait, 1). Strategi *coping* yang cenderung diterapkan oleh orang tua dengan anak berkebutuhan khusus (ABK), 2), dan Gambaran mengenai faktor-faktor apa saja yang menjadi dukungan atau pelindung bagi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). Berdasarkan tujuan tersebut, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi praktisi dan pembuat kebijakan untuk meningkatkan kesejahteraan orang tua ABK.

II. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *qualitative descriptive study*. Menurut (Sandelowski, 2000) studi *qualitative descriptive* bertujuan untuk menghasilkan gambaran yang komprehensif dan langsung tentang fenomena yang sedang dipelajari dalam istilah sehari-hari para partisipan, sehingga hasil penelitian tetap dekat dengan data “permukaan” tanpa menuntut interpretasi teoritis



yang lebih dalam. Pendekatan *qualitative descriptive* berfokus pada interpretasi rendah (*low-inference*), sehingga pendekatan ini tidak berusaha untuk menghasilkan teori baru.

Partisipan pada penelitian ini yaitu sebanyak tiga orang yang merupakan orang tua dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). Pemilihan partisipan dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, adapun kriteria inklusi penelitian yaitu, 1). Orang tua atau pengasuh utama dari anak berkebutuhan khusus, 2). Bersedia berpartisipasi dalam penelitian, dan 3). Dapat berkomunikasi dengan bahasa Indonesia yang baik tidak hanya menggunakan bahasa Jawa. Dikarenakan anak dari partisipan sedang menjalankan pendidikan di sekolah X di Surabaya, maka dari itu proses pemilihan dan persetujuan dilakukan oleh pihak sekolah terlebih dahulu, pihak sekolah menentukan partisipan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti, kemudian meminta persetujuan kepada orang tua untuk menjadi partisipan, setelah pihak sekolah menghubungi partisipan kemudian peneliti juga melakukan komunikasi kembali untuk mengkonfirmasi persetujuan partisipan untuk ikut serta dalam penelitian melalui *informed consent*. Data lengkap mengenai partisipan, dapat dilihat pada tabel 1.1

Tabel I. Demografi Partisipan

Isial	Jenis Kelamin	Usia	Pendidikan terakhir	Pekerjaan	Domisili	Jenis Kebutuhan Anak
NY	Perempuan	46	D3	Ibu rumah tangga	Surabaya	Disabilitas Tunanetra
S	Perempuan	54	SPG	Ibu rumah tangga	Surabaya	Disabilitas Tunanetra
LM	Perempuan	44	S1	PNS	Surabaya	Disabilitas Intelektual

Sejalan dengan tujuan penelitian kualitatif deskriptif, penelitian ini akan berusaha untuk memberikan gambaran faktual terkait *coping stress* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). Pada penelitian ini, pengambilan data dilakukan melalui wawancara mendalam *in dept interview* semi terstruktur yang telah disusun sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun pertanyaan wawancara yang telah disusun, yaitu 1). Pemaknaan orang tua terhadap tugas sebagai orang tua dari anak berkebutuhan khusus, 2). Penerimaan orang tua terhadap kondisi anak, 3) Bagaimana orang tua menentukan strategi coping yang efektif, 4). Efektifitas strategi *coping* yang diterapkan, 5). Faktor-faktor apa saja yang menjadi dukungan bagi orang tua. pada saat proses wawancara, untuk mencapai kedalaman data yang digali, peneliti akan terus mengembangkan setiap pertanyaan ketika diperlukan.

Pelaksanaan pengambilan data bersama partisipan dilakukan mulai dari tanggal 11-29 oktober 2024 dengan menggunakan metode *offline* dan *online*. Pelaksanaan wawancara bersama partisipan NY dilakukan pada hari jum'at tanggal 11, oktober 2024 yang berlokasi di tempat tinggal (Rumah) partisipan, wawancara dilakukan pada waktu sore hari dan berlangsung selama

45 menit, wawancara bersama partisipan LM dilakukan pada hari rabu 25 oktober 2024 yang berlokasi di tempat tinggal (Rumah) partisipan, wawancara dilakukan pada waktu siang hari dan berlangsung selama 40 menit. Pelaksanaan wawancara bersama partisipan S dilakukan pada sabtu 12 oktober 2024 yang dilakukan melalui platform berupa *zoom meeting* dan menggunakan fitur rekaman untuk menangkap keseluruhan alur pengambilan data, wawancara dilakukan pada siang hari dan berlangsung selama kurang lebih 40 menit. Proses pemilihan lokasi dan metode dalam pengambilan data wawancara dilakukan berdasarkan saran dan persetujuan partisipan penelitian. Berdasarkan persetujuan dan *informed consent*, peneliti akan menjamin kerahasiaan data yang diberikan oleh partisipan, dan pada saat proses wawancara bersama partisipan peneliti berusaha untuk mengatur lokasi dan situasi wawancara agar jauh dari gangguan pihak lain sehingga proses wawancara tidak terganggu dan dapat menghasilkan data yang mendalam.

Analisis data pada penelitian ini mengacu pada tahapan analisis yang telah disampaikan oleh Sandelowski, (2000), yaitu 1). Mempersiapkan data berupa transkrip verbatim, 2). Melakukan immersi atau pembacaan berulang pada transkrip untuk mendapatkan pemahaman lebih dalam dan kedekatan dengan bahasa partisipan, 3). Melakukan pengkodean terbuka (*open coding*), 4). Melakukan pengelompokan kode berdasarkan kategori deksriptif yang lebih luas, 5). Menentukan tema yang merangkup setiap kategori.

2.1 Refleksi Peneliti

Salah satu peneliti merupakan seorang mahasiswa psikologi yang sedang menjalani pendidikan di salah satu universitas di kota Surabaya. sedangkan peneliti lainnya adalah seorang akademisi dibidang psikologi sosial dan juga aktif dalam penelitian. Menurut Sandelowski, (2000) studi *qualitative descriptive* sangat rentan terhadap bias intepretasi karena bergantung pada pengalaman subjektif partisipan dan sensitivitas peneliti dalam membaca data. Oleh karena itu, beberapa langkah reflektif dilakukan untuk meminimalkan bias:

1. Kesadaran posisi peneliti (*Reflexivity*):

Peneliti menyadari bahwa latar belakang akademik dan pengalaman pribadi dapat mempengaruhi cara peneliti dalam memahami pengalaman yang dialami partisipan. Maka dari itu, peneliti dalam penelitian ini akan berusaha untuk menjaga jarak kritis dengan tidak memasukkan asumsi pribadi ke dalam analisis dan hanya fokus pada narasi partisipan sebagaimana adanya. Selain itu, salah satu peneliti berasal dari budaya yang berbeda yaitu sumatra, sehingga ini akan menjadi hambatan peneliti dalam memahami pengalaman yang diceritakan oleh partisipan, sehingga untuk meminimalisir kesalahan pemahaman, peneliti



berkerja sama bersama peneliti lainnya yang juga tergabung dalam penelitian ini, yang berasal dari budaya yang sama untuk melakukan analisis data.

2. Keterbatasan Partisipan:

Peneliti menyadari bahwa kurangnya pendalaman data terkait partisipan yaitu Ayah sehingga mempengaruhi kekayaan dan keberagaman data yang dihasilkan. Peneliti juga menyoroti kurangnya variasi terhadap jenis kebutuhan anak sehingga data yang dihasilkan tidak mewakili keseluruhan jenis anak dengan berkebutuhan khusus yang pada akhirnya juga berdampak pada kekayaan dan keberagaman data yang dihasilkan. Refleksi ini penting agar pembaca memahami ruang lingkup penelitian secara proporsional.

3. Integrasi Teori dan Data:

Untuk menghindari bias konfirmasi, kami tidak memaksakan teori tertentu sebagai kerangka utama. Sebaliknya, kami menggunakan teori coping stress dari Lazarus dan Folkman sebagai lensa utama interpretatif untuk memperkaya pemahaman terhadap data. Dengan demikian, teori berfungsi sebagai pendukung, bukan pengarah tunggal.

4. Bahasa dan Representasi Data:

Sesuai dengan prinsip *qualitative description* (Sandelowski, 2000), peneliti berusaha menyajikan data dalam bahasa sehari-hari partisipan, tanpa mengubah makna atau memaksakan abstraksi filosofis. Hal ini dilakukan agar hasil penelitian tetap pada pengalaman nyata partisipan.

III. Hasil Penelitian dan Pembahasan

3.1 Hasil Penelitian

Tema Penelitian

Tema superordinat	Tema sub-ordinat
Emosional	Reaksi emosional
Strategi coping	Upaya pemecahan masalah Upaya dalam meningkatkan pengetahuan Pengasuhan dan pengembangan potensi anak Penerimaan dan adaptasi Pengelolaan emosional
Hubungan orang tua dan anak	komunikasi orang tua dan anak
Dukungan Sosial	Dukungan sosial keluarga Dukungan dari teman sebaya Dukungan sosial dari Masyarakat Dukungan sosial dari sekolah

Tema 1 : Reaksi emosional orang tua terhadap situasi

Peran orang tua dengan anak berkebutuhan khusus menjadi tantangan terutama pada situasi awal ketika mengetahui fakta bahwa anak tersebut memiliki perbedaan dengan anak pada umumnya, berbagai reaksi emosional muncul ketika mengetahui keadaan anak. Partisipan pertama menjelaskan bahwa, pada awal ia mengetahui tentang anaknya, reaksi emosional seperti merasakan kebingungan dengan perilaku anak yang cenderung tidur, merasa kaget saat

mengetahui ada perbedaan pada mata anak, bahkan ada perasaan kesal yang dirasakan partisipan 1, karena tidak adanya informasi dari rumah sakit, seperti yang telah dikatakan pada transkrip berikut.

“Ini ceritanya itu, saya juga agak sedikit gimana gitu ya. Waktu dirumah sakit, kan lahir dirumah sakit. Itu taunya saya malah dirumah nggak dikasih tau” (139-149)

“Waktu tau itu bapaknya gini “anak ini kok tidur aja ya” kan di goda gitu “ayo bangun-bangun”. Terus bapak itu ngomong gini “anaknya kok gitu ya?”, “kenapa?” kata saya kan, “aneh deh nggak kayak anak-anak biasa nya” kata bapak nya, saya pun “yang benar, aku juga nggak nyadar sudah sampai seminggu dirumah baru tau aku” (143-156)

“loh kenapa?, coba satunya satunya gitu, loh satunya gini, satunya putih satunya kecil tapi ada itamnya gitu, ceritanya gitu” (158-161)

Partisipan 2, juga menunjukkan reaksi yang hampir sama seperti partisipan sebelumnya, perasaan sedih dan langsung down yang dirasakan ketika mengetahui bahwa anaknya harus masuk ke sekolah luar biasa (SLB), partisipan menunjukkan perasaan menolak terhadap keadaan anak dimana dirinya masih berusaha untuk menyembuhkan anak.

“seperti ini apalagi saat Dr. Samsu itu bilang Ya sudah, anaknya masuk di SLB. Karena itu saya langsung drop waktu itu, wes down” (384-388)

“ya memang kalau yang kecil dulu sih mulai dari tahu sampai ya agak lama memang menolaknya itu juga lama sih saya Mas sampai wong saya juga tetap berusaha bagaimana caranya dia bisa sembuh sampai hampir mau sekolah TK itu saya masih mengoperasikan dia Kryo ke Dharmo waktu itu sama Prof Gatot Swendro” (373-382)

Partisipan 3 juga mengungkapkan bahwa dirinya merasakan reaksi emosional seperti partisipan lainnya seperti kesedihan, perkembangan anak yang harus mulai dari awal akibat dari pengobatan yang lama sehingga orang tua merasakan ada kekhawatiran terhadap masa depan anak, berdasarkan pernyataan partisipan terdapat makna bahwa dirinya masih belum menerima situasi yang di alami sekarang terutama terkait kondisi anak.

“Sedih, sedih kali ya, seusianya dia itu kan udah lari-lari, dia cuman duduk. itu ya yang masih ini “ngeganjel”. Harusnya kan kalo udah umur segitu sudah waktunya dilepas keluar ini kita masih “was-was gitu” (192-197)

Tema 2 : Upaya Pemecahan Masalah

Sebagai orang tua, partisipan 1 berinisiatif untuk mencari solusi pada permasalahan yang dihadapi dengan mencari bantuan medis, Keputusan untuk langsung aktif mencari solusi walaupun dihadapkan pada situasi yang penuh emosional menandakan bahwa partisipan memiliki kemampuan untuk tidak larut seterusnya dalam situasi yang penuh emosional. Dalam prosesnya, partisipan mengikuti setiap arahan yang diberikan oleh dokter tanpa mempersoalkan alasan instruksi yang diberikan, sesuai dengan transkrip berikut ini.

“Ini kita harus ke dokter ini, setelah itu kita langsung malam itu kontrol ke dokter, terus sama dokter disarankan ke poli mata kita ya ngalir aja ke poli mata gitu. Terus disarankan ke rumah sakit mata Mulya Mulya gitu saya lupa ya kayak klinik gitu la, tapi ya nggak ada apa gitu sama aja” (161-182)

Begitu juga dalam proses perkembangannya, partisipan 1 mengungkapkan bahwa dirinya



cenderung mencari solusi dalam setiap permasalahan yang dihadapi, seperti mencarikan khursus, hal ini dilakukan oleh partisipan untuk dapat mendukung perkembangan anak. Sesuai dengan transkrip berikut.

“jadi seandainya perlu khursus apa ya saya khursusin seandainya kurang apa saya les, kan dulu saya matematika kan kurang ya itu saya leskan, seandainya kalo ada kendala ya “bagaimana caranya aku ngatasi kendala itu” cuman itu aja misalnya “kurang apa” itu yang kita cari, nyarikan Solusi yang tepat untuk dia gitu aja.” (376-382)

Seperti yang dilakukan partisipan sebelumnya, begitu juga dengan partisipan 2, yang juga berupaya untuk menjalani pengobatan, upaya orang tua untuk membantu anak untuk dapat menjalani kehidupan normal seperti anak pada umumnya, harapan tersebut menjadi alasan orang tua tetap tekun dan gigih menjalankan pengobatan medis dalam jangka waktu yang lama. Sesuai dengan transkrip berikut ini.

“saya Mas sampai wong saya juga tetap berusaha bagaimana caranya dia bisa sembuh sampai hampir mau sekolah TK itu saya masih mengoperasikan dia Kryo ke Dharmo waktu itu sama Prof Gatot Swendro” (373-382)

Sebagai orang tua, partisipan 3 berinisiatif untuk mencari solusi pada permasalahan yang dihadapi dengan mencari bantuan medis, keputusan cepat dalam mencari solusi walaupun dihadapkan pada situasi yang penuh emosional menandakan bahwa partisipan memiliki kemampuan untuk tidak larut seterusnya dalam situasi yang penuh emosional. Sesuai dengan transkrip berikut.

“begitu kejang saya kan langsung ke dokter Sutomo, itu usaha kita udah macam-macam, pokoknya semua udah dijalani, setelah pulang dari rumah sakit itu yang dia akhirnya karena panas atau karena dia terlalu berbaring itu akhirnya di aitu mulai lagi dari awal, dari awal dia yang 14 bulan itu udah belajar jalan, suara itu umur 11 bulan dia sudah bisa berhitung akhirnya ulang semua,” (3-8, 38-50)

Tema 3 : Penerimaan dan Adaptasi

Partisipan 1 menunjukkan proses penerimaan terhadap kondisi fisik anak yang berbeda dari anak pada umumnya, saran yang diterima dari pihak medis menjadi acuan bagi partisipan untuk mencoba menerima perbedaan fisik anak, dan seiring berjalan waktu dan bertambah usia, partisipan terlihat mampu menerima sepenuhnya kondisi anak dengan hambatan yang di alami, terlihat dari sikap santai dan tidak lagi merasa terbebani terhadap situasi.

“terus dokternya langsung bilang gini “bu anaknya ini jangan di apa-apain ya mata nya”, “ini nggak bisa ini dioperasi”, “pokonya ibu nggak usah ngutik-ngutik apa matanya anak ini biar dia berkembang apa adanya”. yaudah lama-lama apalagi sekarang kan udah besar ya “udah mah nyantai aja, saya nggak papa”. (170-182, 190-196)

“itu ke dokter terus setiap bulan, tapi ya hasilnya gitu, saya sudah di bilangin sama yang rekomendasikan itu tapi nggak nyerah gitu loh, tapi ya lama-lama eee yaudah, saya masih ingat kata-kata dokter yang itu “jangan, jangan di utik bu” gitu yaudah” (183-190)

Bagi partisipan 2, proses penerimaan yang melibatkan upaya yang penuh tantangan, pada awalnya partisipan merasakan kesedihan dan penolakan terhadap kondisi anak, pengobatan yang juga berlangsung lama seperti partisipan sebelumnya dengan tujuan dapat mengatasi hambatan

anak, namun hasilnya tidak sesuai harapan, hal ini kemudian mengubah cara pandang partisipan sebagai orang tua untuk dapat menerima dan mendukung perkembangan anak.

“Ya sedih sih Mas waktu itu Ya gimana Tapi ya Ya dijalani aja mungkin jalannya seperti ini dia sempat menjalani kriopeksi tujuh kali Sampai usianya hampir mau TK tapi enggak ada hasil ya hasilnya cuma bisa membedakan gelap terang gitu aja tapi setelah itu anaknya sudah enggak mau yaudah enggak dilanjutkan” (44-51)

“Akhirnya ya, ya memang awalnya saya denial. Saya ya saya stres lah. Intinya enggak terima. Intinya ya gimana gitu. Tapi akhirnya ya hari-hari dijalani akhirnya ya saya mau enggak mau ya harus mau, akhirnya saya belajar juga” (56-61)

Partisipan ketiga menunjukkan penerimaan yang diperkuat oleh pengalaman perbandingan dan refleksi pribadi. Ketika melihat anak-anak lain yang kondisinya lebih sulit, ia mulai menyadari bahwa situasi anaknya masih memiliki hal-hal yang bisa di syukuri. Perspektif ini membantu mengurangi tekanan dan membuka ruang untuk rasa syukur. Kepercayaanannya pada rencana ilahi juga memainkan peran penting dalam proses penerimaan, memungkinkan partisipan untuk merasa lebih pasrah dan percaya bahwa kondisi anaknya adalah bagian dari perjalanan hidup yang harus dijalani.

“terus setelah saya di daycare ternyata liat yang jauh di bawah dia itu akhirnya yang keluar “alhamdulillah alhamdulillah” anaku ternyata gini, gitu loh akhirnya ya saya ya pasrah sama Allah “sudah kalo memang saya dipikirkan jalan kegitu ya sudah saya jalani aja” (477-450)

Tema 4 : Model pengasuhan dan upaya mengembangkan potensi anak

Partisipan pertama menekankan pentingnya memberikan dukungan tambahan melalui kursus untuk mengembangkan keterampilan anak. Upaya ini menunjukkan bahwa partisipan berorientasi pada pencapaian potensi anak dengan memberikan akses ke sumber daya yang relevan. Model pengasuhan ini mencerminkan pola asuhan yang responsif, di mana kebutuhan anak menjadi fokus utama, serta keyakinan bahwa kemampuan anak dapat dikembangkan dengan dukungan yang tepat.

“jadi seandainya perlu khursus apa, ya saya khursusin seandainya kurang apa saya les, kan dulu saya matematika kan kurang ya itu saya leskan,” (197-202)

Partisipan kedua mengadopsi pendekatan yang lebih tegas dalam mengasuh anak, terutama terkait penguasaan keterampilan yang dianggap penting, seperti menggunakan teknologi. Ia menganggap kemampuan anak untuk menggunakan perangkat seperti HP dan laptop sebagai hal mendasar, terutama untuk mendukung pendidikan anak yang memiliki kebutuhan khusus. Selain itu, partisipan juga secara aktif mencari guru musik yang memiliki pendekatan tegas untuk membantu anak berkembang lebih optimal.

“kalau dulu saya sempat keras sama dia waktu belum bisa pakai HP itu soalnya itu menurut saya penting jadi kamu harus bisa kamu harus bisa gitu aja akhirnya dia juga bisa laptop juga gitu menurut saya itu penting jadi media untuk kamu kerjakan tugas ke media kamu sekolah kan tidak semua guru itu bisa braille



jadi ya harus bisa mengerjakan pakai laptop, Ini guru musiknya juga saya cari yang agak strong sama dia jadi nggak lemes gitu. Jadi agak gimana gitu” (433-458,478-489)

Partisipan ketiga fokus pada pengajaran keterampilan praktis untuk meningkatkan kemandirian anak, seperti memasak sederhana. Namun, ia juga menyadari keterbatasan anak dalam melakukan aktivitas tertentu, seperti memotong atau menggunting, yang mungkin dipengaruhi oleh hambatan dalam terapi. Model pengasuhan ini mencerminkan upaya untuk menyeimbangkan kemampuan anak dengan realitas keterbatasannya, meskipun partisipan tampak menerima situasi tersebut dengan pasrah.

“Ya paling bikin makan untuk dirinya sendiri si, ntah itu goreng telur, bikin mie instan kalo motong sama menggunting masih belum bisa, mungkin karena terapinya mandet ya.” (256-262)

Tema 5 : Pengelolaan Emosi

Partisipan 2 mengungkapkan bahwa ia memilih untuk tidak terlalu memperdulikan komentar atau pandangan negatif dari orang lain, partisipan sebagai orang tua berusaha untuk menjaga kesejahteraan dirinya dan anak dengan memilih untuk menghindari interaksi yang dapat memicu konflik. Perilaku ini menunjukkan kontrol emosional yang kuat dan upaya untuk menjaga prioritas utama, yaitu kesejahteraan anak. Strategi ini mencerminkan kemampuan untuk memfilter stresor eksternal dan menjaga fokus pada hal yang lebih penting.

“yang aneh-aneh kalau misalnya ada apa ya paling kalau di keluarga itu yang paling itu ya dari yang saya kasih tahu tadi dari ibu itu aja tapi nggak begitu saya hiraukan, biarin aja itu kan juga haknya dia merasa malu ya silahkan merasa menerima ya silahkan yang penting itu tidak mempengaruhi psikologinya anak saya” (516-523)

“Sekiranya itu nggak penting ya kalau nggak penting ya wes nggak saya hiraukan pokoknya fokus aja” (499-501)

“Jadi ya sedapat mungkin saya menghindari kontak sama beliaunya, menghindari dari anak saya ke beliaunya. Jadi nggak terlalu itu saja. Ya wis nggak pokoknya yang enggak terlalu penting wis enggak usah direkan gitu aja loh Mas” (526-531)

Upaya yang dilakukan partisipan 3, dalam mengurangi emosi negatif dengan melakukan aktivitas-aktivitas diluar rumah yang dapat membantu untuk meredakan emosi negatif, seperti keluar sejenak untuk makan bakso atau membeli es teh. Aktivitas ini berfungsi sebagai cara untuk menyegarkan diri dan kembali ke keadaan yang lebih stabil sebelum menghadapi situasi berikutnya. Pendekatan ini menunjukkan kesadaran akan pentingnya strategi yang tepat dalam mengelola tekanan emosional, meskipun dilakukan dengan cara sederhana dan terbatas.

“ya saya biasanya kalo lagi nahan marah gitu biasanya sekedar keluar makan bakso atau beli es teh sudah habis itu balik lagi refresh lagi memang semenjak punya anak saya kan memang nggak pernah keluar nongkrong, beli bakso terus kadang ke indomaret makan es cream sendiri hahaha selesai udah pulang lagi”. (445-456)

“udah liat anak-anak jenuh kan ya, liat statusnya teman-teman nongkrong, kadang ke pengen terus nggak la hahah akhirnya saya pergi sendiri gitu ya paling sebentar aja 10 menit atau 15 menit keluar, ntah itu kadang cuma keliling-keliling aja”. (459-468)

Tema 6 : Dukungan Sosial (Keluarga, lingkungan sekolah, masyarakat, dan teman sebaya)

Partisipan 1 mengungkapkan bahwa dukungan yang didapatkan dari keluarga sangat membantunya terhindar dari emosi-emosi negatif, sebagai orang tua penting untuk dapat menjaga pola pikir positif terutama dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus, partisipan menyoroti pentingnya dukungan sosial dari keluarga, lingkungan tempat tinggal, teman, dan lingkungan sekolah.

“Saya merasa nggak mas, jujur aja ya, mungkin karena keluarga saya mendukung, ha ini terutama keluarga saling mendukung” (207-210)

“Eee penting itu, kita saling menjaga, saling membantu, saling support, “gimana enaknyanya anak ini” gitu, “gimana enaknyanya untuk kedepannya” ya itu saling aja saling bantu”(214-217)

“dan alhamdulillah nyaman aja disitu, akademiknya aman, bisa ngikutin. Pendidikan sma Muhammadiyah itu modelnya itu sekolah potensi ya “anak ini bakatnya dimana” “minatnyanya dimana” (266-274)

Begitu juga dengan partisipan 2, ia mengatakan bahwa berada di lingkungan dengan individu yang memiliki tugas yang sama sangat membantu, dukungan dari teman sebaya membantu partisipan untuk mampu menambah semangat dalam mengasuh anak, berada di lingkungan tempat tinggal dengan masyarakat yang terbuka terhadap keadaan partisipan juga sangat berperan sehingga partisipan merasa tidak khawatir ketika anak melakukan kegiatan di luar rumah. Dalam hal pendidikan, sekolah membantu partisipan untuk memperoleh informasi untuk mendukung perkembangan anak.

“apalagi setelah anak saya masuk di SLB saya merasa itu banyak teman di sana saya enggak sendiri saya nggak terpukul sendiri saya bisa berjuang bersama mereka dan Alhamdulillah saya masih ada bersyukur waktu itu ternyata yang di SLB itu banyak anak yang mohon maaf tuna netra kayak anak saya itu dengan kebutuhan yang lain dengan ada yang dengan ADHD ada yang dengan plus-plus yang lain jadi saya di situ semakin ya bersyukurlah” (389-402)

“nanti kalau iya kalau ada yang saya nggak paham atau itu biasanya saya ke bu wardha terus kalau nggak gitu ya saya datang kalau misalnya itu butuh apa-apa saya kurang paham ya saya datang ke sana. Ya Ya terkait dengan perkembangannya anak saya. Apalagi ini kan persiapan, Mas. Dia pengennya kan kuliah. Konsultasi mampunya dia di mana gitu”(124,138)

“untuk untuk aktivitasnya berkaitan dengan anak saya yang ini Alhamdulillah lingkungan saya enak Mas jadi anak saya itu kalau semisal berangkat ke masjid enggak pakai tongkat gitu pulang bisa bareng sama tetangga tetangga itu atau kalau itu sama adiknya.” (159-172)

Partisipan ketiga menekankan pentingnya lingkungan sekolah dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional anaknya. Ia merasa bahwa sekolah tidak hanya membantu perkembangan akademik anak tetapi juga meningkatkan rasa percaya diri anak melalui interaksi dengan teman-teman yang memiliki kebutuhan serupa. Anak merasa lebih diterima dan setara di lingkungan tersebut, sehingga rasa minder mulai berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah berperan sebagai tempat yang inklusif dan memberdayakan, baik untuk anak maupun orang tua.

“bukan kalo dari keluarga nggak ada ya dari sendiri aja, dari apa ya justru dari lingkungan, lingkungan sekolah justru kayak sharing gitu kan “harusnya gini-gini” (391-396)

“Banyak sekali ya, sekolah itu penting sekali, karena sekolah itu kan, dia kan di sd kreatif Muhammadiyah, bagus sekali dari perkembangannya itu dari hafalannya terus dari dia walaupun nggak bisa membaca tapi dia hafal dari a-z dua kata itu dia masih nyambung, dua huruf itu dia masih nyambung” (397-407)

“ternyata dia bisa terus sosialisasi disekolah gitu kan disana kan memang banyak anak abk ya jadi dia merasa teman-temannya sama semua, mau di ajak sharing, dia merasa aku sama seperti mereka, jadi mindernya itu mulai sedikit berkurang, terus smp itu setiap kali dia di masukkan kelas anak abk itu dia mau ya.” (416-427)



Tema 7 : Komunikasi Orang tua dan Anak

Partisipan 1 menunjukkan kedekatan antara orang tua dan anak, komunikasi yang terjalin aktif dimana orang tua menggunakan pendekatan berupa dialog dan saling memahami, partisipan memberikan ruang bagi anak untuk menyampaikan pendapat dan keinginannya. Pendekatan ini tidak hanya mendidik anak tentang konsekuensi dari tindakan mereka, tetapi juga memperkuat rasa dihargai dan didengarkan. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi adalah alat utama untuk membangun kepercayaan dan kedekatan dengan anak.

“intinya komunikasi aja mas, dan pemahaman ya ke anak itu “gimana menurut kita yang terbaik” dan anaknya bisa nerima gitu aja dengan kondisi dia “kalo menurut ayah sama mama itu begini dek, tapi kalo menurut kamu gimana” kan kita harus bisa ngasih pandangan kan nanti itu begini itu efeknya itu begini kalo itu begitu nanti efeknya itu begitu.” (327-335)

Begitu juga dengan partisipan 2, yang menekankan pentingnya komunikasi dan kedekatan bersama anak, kegiatan yang sering dilakukan seperti kumpul bersama keluarga, partisipan memanfaatkan waktu tersebut untuk membangun hubungan emosional dengan anak dan anggota keluarga lainnya. Ini menekankan pentingnya kualitas daripada kuantitas dalam komunikasi keluarga.

”Kadang ya sama adik-adiknya ini sama adiknya Saddil ini sama kakaknya jadi kadang kita ngumpul kalau habis maghrib itu ngelompok HP mati TV mati kita mau ngomongan Pas gak lama paling ya paling lama satu jam setengah satu jam setelah itu anu dewe.” (645-649)

3.2 Pembahasan

Sebagai orang tua dengan anak berkebutuhan khusus, berbagai permasalahan sering terjadi selama proses perawatan anak. Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus lebih rentan terhadap tekanan psikologis, seperti kecemasan, gangguan tidur, dan frustrasi, ketika menghadapi masalah perilaku anak-anak mereka (Beckers et al., 2021; Duncan et al., 2009). Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai strategi coping yang cenderung diterapkan oleh orang tua anak berkebutuhan khusus dan faktor-faktor apa saja yang menjadi pendukung atau pelindung bagi orang tua.

Orang tua terutama ibu sebagai pengasuh utama, rentan mengalami penurunan motivasi dalam pendampingan anak bahkan sampai merasakan stress, maka dari itu penting untuk memberikan dukungan baik secara sosial dan moral terhadap keluarga dengan anak berkebutuhan khusus terutama ibu, sebuah studi oleh Caley, (2012) menemukan bahwa ibu, sebagai pengasuh utama mengalami tingkat stres yang lebih tinggi. Selain itu, penting bagi individu untuk mampu mengubah situasi yang penuh tekanan untuk meningkatkan kesejahteraan individu, pemilihan coping yang tepat menjadi faktor dalam hal tersebut.

Teori coping stress oleh Lazarus & Folkman, (1984) digunakan sebagai rujukan utama dalam mendukung pemahaman terkait coping orang tua pada penelitian ini. *Coping stress* menurut

Lazarus & Folkman, (1984) mengacu pada dua *coping* utama yaitu, *problem focused coping* dimana individu berusaha untuk mencari cara (*confrontative coping*) dan membuat rencana (*plantfull problem solving*) untuk mengatasi keadaan yang menyebabkan stres, serta *emotion focused coping*, yaitu dimana individu merespon situasi stress secara emosional (Armajayanthi et al., 2017). Namun, sebelum sampai pada tahap penanggulangan atau coping terlebih dahulu individu akan melalui tahap penilaian (primer dan sekunder) yang diikuti dengan mekanisme mengatasi dan tingkat stres lanjutan yang dijelaskan oleh (Lazarus, 1984) dalam konsep stres transaksional. (Arif et al., 2021).(Caley, 2012)Folkman et al, (1985)

Penelitian ini menemukan bahwa mekanisme *emotion focused coping* dan *problem focused coping* sebagai bentuk penanggulangan utama yang diterapkan oleh ketiga partisipan untuk mengatasi situasi penyebab stress. Hasil penelitian juga menemukan bahwa *problem focused coping* cenderung diterapkan oleh ketiga partisipan dibandingkan *emotion focused coping* dalam mengatasi situasi pemicu stres. Sejalan dengan penelitian oleh Armajayanthi et al., (2017) yang menemukan bahwa coping yang berfokus pada masalah lebih banyak digunakan oleh orang tua ABK khususnya orang tua pada anak ASD. Tema tentang reaksi emosional yang berkaitan dengan tahapan transaksional stres yaitu penilaian primer, menurut Folkman et al., (1986) individu akan mengevaluasi situasi yang dialami berkaitan dengan ancaman atau manfaat yang akan berdampak pada dirinya atau orang lain, berbagai karakteristik seperti kepribadian, nilai-nilai, komitmen, tujuan dan keyakinan mempengaruhi penilaian individu terhadap situasi stress.

Sejalan dengan perspektif *primary appraisal*, penelitian ini menemukan bahwa reaksi emosional sebagai respon awal orang tua ketika pertama kali mengetahui kondisi anak mereka. partisipan NY menunjukkan reaksi terkejut, dan sedih ketika mengetahui kondisi anak namun juga terdapat perasaan kesal karena partisipan baru mengetahui keadaan anak ketika sudah berada dirumahnya. Partisipan S juga menunjukkan reaksi yang hampir sama dengan partisipan NY seperti perasaan sedih, partisipan S menjelaskan bahwa dirinya merasa *down* ketika mengetahui bahwa anaknya harus masuk sekolah luar biasa (SLB), partisipan LM menunjukkan kesedihan terhadap kondisi anak yang harus memulai kembali proses perkembangan dari awal, partisipan LM menyatakan bahwa seharusnya banyak hal yang bisa dilakukan sang anak dengan usianya tetapi terhambat karena anak mengalami kebutuhan khusus. Reaksi emosional yang dirasakan oleh ketiga partisipan merupakan hasil dari penilaian individu yang menganggap situasi yang dirasakan seperti kondisi anak merupakan ancaman bagi masa depan anak mereka dan kesejahteraan keluarga. Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya, misalnya Barak-Levy & Paryente, (2023) yang menyatakan bahwa orang tua dengan anak berkebutuhan khusus cenderung memiliki kekhawatiran terhadap masa depan anak mereka.



Selanjutnya, individu akan melalui tahap *appraisal secondary* dimana individu menilai potensi penanggulangan dengan memilih strategi yang tepat berdasarkan sumber daya yang dimiliki (Lazarus, 1984). Kedua tahapan penilaian ini penting bagi individu untuk akhirnya mampu menentukan strategi penanggulan yang efektif (Spätaru et al., 2024). Walaupun pada tahap penilaian awal (primer), ketiga partisipan memposisikan situasi anak sebagai ancaman yang dimana menurut Lazarus, (1984), individu akan menilai situasi pemicu stres sebagai ancaman atau hambatan ketika individu merasa tidak mampu mengatasi situasi tersebut. Namun, menurut Horan et al., (2020) penilaian stres bersifat dinamis dan subjektif, satu pemicu stres dapat secara bersamaan dianggap sebagai tantangan dan hambatan.

Berdasarkan penelitian oleh Spätaru et al., (2024) menemukan bahwa penilaian sekunder berperan lebih penting dibandingkan primer dalam memprediksi gaya penanggulangan di masa depan. Sejalan dengan perspektif penilaian stres, penelitian ini menemukan bahwa ketiga partisipan mampu mengelola perasaan emosional yang dirasakan akibat situasi pemicu stres, tidak larut seterusnya pada perasaan tersebut dan menilai potensi penanggulangan berdasarkan sumber daya yang dimiliki misalnya bantuan medis dan terapis. Hasil ini mengkonfirmasi bahwa peran penilaian sekunder dalam memilih penanggulangan yang tepat.

Upaya dalam pemecahan masalah, sesuai dengan mekanisme *problem focused coping*, yaitu *confrontive coping* dimana individu berusaha untuk menyelesaikan masalah secara konkrit (Folkman et al, 1985). Partisipan NY menerapkan *coping* yang berfokus pada masalah dengan menerapkan langkah atau solusi nyata seperti, membawa anak ke dokter, dan mencarikan kursus untuk membantu dalam perkembangan anak, begitu juga dengan partisipan S dan LM yang juga menerapkan coping yang berfokus pada masalah dengan mengandalkan bantuan medis untuk menyembuhkan anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Santos et al., (2016) yang menemukan bahwa tindakan medis atau sumber daya medis merupakan bentuk strategi yang berfokus pada masalah. Bagi ketiga partisipan, bantuan medis berperan sebagai sumber kepercayaan mereka terkait penanganan anak dan mengurangi perasaan khawatir mereka.

Pada penerimaan dan adaptasi, penelitian ini menemukan bahwa para partisipan mampu menerima kehadiran anak berkebutuhan khusus di keluarga mereka, hal ini terlihat dengan tindakan yang dilakukan oleh orang tua dengan memberikan kegiatan-kegiatan yang dapat mendorong potensi anak. Berdasarkan perspektif teori stres Lazarus & Folkman, (1984) penerimaan dan adaptasi merupakan bentuk mekanisme *emotion focused coping* yaitu, *accepting responsibility* dimana individu berusaha mengatur perasaan dan menerima permasalahan yang dihadapi sembari memikirkan cara menyelesaikannya. *Accepting responsiblity* terlihat pada partisipan NY yang menjelaskan bahwa dirinya mampu menerima keadaan anak dan tanggungjawab terhadap tugas nya sebagai orang tua ABK sering dengan bertambahnya usia dan

berjalannya waktu, begitu juga dengan partisipan S yang menjelaskan bahwa dirinya cukup membutuhkan waktu yang lama untuk mampu menerima kondisi anak, namun upaya terus menerus yang kunjung tidak mendapatkan hasil yang diinginkan partisipan S membuat dirinya memutuskan untuk mencoba menerima kondisi anak. Sedangkan partisipan LM menunjukkan penerimaan ketika dirinya melihat kondisi anak lainnya di tempat terapi yang jauh lebih membutuhkan bantuan khusus dibandingkan anaknya, hal ini membuat partisipan LM merasa lebih bersyukur dan menerima keadaan anaknya.

Penerimaan orang tua terhadap kondisi anak merupakan hal yang penting (Faradina, 2016; Kandel & Merrick, 2007). Penerimaan orang tua terhadap kondisi anak berdampak pada kemampuan orang tua untuk memenuhi kebutuhan anak (Kranenburg et al., 2003; Wolff & Ijzendoorn, 1997). Penelitian sebelumnya menemukan bahwa orang tua yang menerima kondisi anak akan lebih mampu untuk menghadapi tugas barunya dan menerapkan gaya pengasuhan yang lebih memadai (Marvin & Pianta, 1996; Oppenheim et al., 2009; Poslawsky et al., 2013).

Pada penerimaan dan adaptasi yang akhirnya berdampak pada kemampuan orang tua untuk menghadapi tugas nya dan menerapkan gaya pengasuhan yang memadai. Hal ini terlihat dari cara pengasuhan dan pengembangan potensi anak yang dilakukan oleh ketiga partisipan. Berdasarkan teori (Lazarus & Folkman, 1984) mengenai *problem focused coping* yaitu *confrontative* dan *planfull focused coping* dimana individu langsung mengambil tindakan untuk mencari solusi berdasarkan masalah yang dihadapi. Penelitian ini menemukan bahwa ketiga partisipan mampu dan berusaha untuk memenuhi setiap kebutuhan anak mereka. Setiap partisipan cenderung menerapkan upaya nyata sebagai bentuk penanggulangan situasi pemicu stres dan juga sebagai bentuk dukungan terhadap pengembangan potensi anak misalnya, partisipan NY yang menerapkan *problem focused coping* dengan mencarikan anaknya les matematika dan lainnya untuk mendukung perkembangan dan potensi anak, begitu juga dengan partisipan S yang menerapkan beberapa latihan kemandirian seperti, penggunaan teknologi laptop dan hp, dan partisipan LM yang menerapkan pendidikan dirumah seperti latihan memasak mie dan memasak telur. Temuan ini, di dukung oleh penelitian sebelumnya, misalnya Wolff & Ijzendoorn, (1997) yang menyatakan bahwa orang tua yang menerima kondisi anak, menunjukkan perilaku berupa dukungan dalam memenuhi kebutuhan anak, selain itu penelitian oleh Benson, (2010) menemukan bahwa bentuk coping yang dimana orang tua secara aktif merencanakan dan mencari solusi serta dukungan instrumental atau emosional terkait dengan tingkat stress yang lebih rendah di kalangan orang tua ABK.

Berkaitan dengan pengelolaan emosional. Penelitian ini menemukan mekanisme *emotion focused coping* yaitu *Escape evidence* (Folkman et al, 1985) yang diterapkan oleh partisipan S.



Berdasarkan hasil wawancara, partisipan S mengatakan bahwa perilaku ini terjadi karena komentar-komentar negatif yang mengarah padanya, perilaku menghindar ini dilakukan demi menjaga kesejahteraan mental diri orang tua dan juga anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Alsharaydeh et al., (2019) dan Divan et al., (2012) yang menyatakan bahwa strategi penghindaran sering digunakan oleh orang tua ABK untuk menghindari stigma negatif dari orang lain. Strategi penghindaran ini dapat berpotensi mengarah pada strategi maladaptif (Divan et al., 2012).

Berbeda dengan partisipan S, partisipan LM menerapkan *problem focused coping*, yaitu *planful problem solving* (Lazarus & Folkman, 1984). Partisipan LM dalam penelitian ini melakukan kegiatan-kegiatan sederhana seperti, makan bakso, jalan-jalan di sekitar perumahan, dan meminum es teh sebagai cara untuk mengurangi emosi negatif yang dirasakan sebagai reaksi dari stress pengasuhan yang dialami, dari pernyataan partisipan LM, alasan ia melakukan kegiatan ini selain efektif bagi dirinya juga karena ia berusaha untuk tidak terlalu lama meninggalkan rumah. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Ghane et al., (2016) yang menemukan bahwa tindakan konkret dan tindakan praktis sehari-hari dapat berdampak pada penurunan stress orang tua dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). Sedangkan untuk partisipan NY, tidak ditemukan pernyataan yang berkaitan dengan tema pengelolaan emosional, karena bentuk dukungan sosial dari keluarga, pihak sekolah, dan lingkungan sosial tempat tinggal sudah sangat membantu dirinya, selain itu diagnosa anak yang dianggap tidak memberatkan partisipan yang pada akhirnya tidak berdampak pada kondisi emosional partisipan.

Penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat strategi *coping* lainnya yang digunakan oleh orang tua yaitu, *coping* dalam bentuk keagamaan misalnya partisipan LM yang menyatakan bahwa dirinya pasrah terhadap kondisi anak dan percaya kepada Allah bahwa dirinya mampu menjali tugasnya dalam merawat anak berkebutuhan khusus. Sejalan dengan penelitian Ilias et al., (2018) yang menemukan bahwa coping dalam bentuk keagamaan sering ditemukan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Asia termasuk Indonesia, coping ini membantu orang tua dalam menerima kondisi anak. Menurut Willis et al., (2016) agama dapat berfungsi sebagai sumber dukungan positif dan membantu dalam fase penerimaan awal dan penyesuaian terhadap situasi.

Penelitian ini, menemukan terdapat faktor-faktor yang mendukung orang tua untuk menjaga kondisi psikologis mereka seperti, dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya, lingkungan masyarakat, keluarga, dan sekolah. Secara khusus, dukungan sosial informal (dari pasangan, keluarga, atau teman) telah dikaitkan dengan optimisme dan kesejahteraan yang lebih besar serta tingkat stres yang lebih rendah pada orang tua anak berkebutuhan khusus (Benson, 2010; Ekas et al., 2010). Berkaitan dengan dukungan sosial, partisipan NY menyatakan bahwa dukungan dari keluarga dan pihak sekolah membantu dirinya untuk menjaga agar tidak merasa

stres dalam merawat anak, dukungan yang diterima oleh partisipan NY membantunya untuk menyusun rencana dan memutuskan dukungan terbaik bagi anaknya. Begitu juga dengan partisipan S yang merupakan pengasuh utama anak dikarenakan suaminya sangat sibuk dengan pekerjaan sangat menghargai dukungan yang didapatkan dari keluarga seperti saudara dan teman sebaya serta pihak sekolah. Teman sebaya yang juga memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi tempat bagi partisipan S untuk bertukar informasi terkait dengan kebutuhan, selain itu sekolah juga menjadi tempat partisipan untuk mencari dan menambah pengetahuan terkait jenis kebutuhan anak. Partisipan S menyebutkan bahwa dukungan sosial membantu dirinya untuk menjaga persepsi positif sehingga menghindari resiko stres.

Berbeda dengan partisipan LM yang menyatakan bahwa dirinya tidak mendapatkan dukungan dari keluarga, keluarga partisipan cenderung menolak keadaan anak, tetapi partisipan menjelaskan bahwa dirinya tetap mendapat dukungan dari lingkungan sosial dari salah satu tetangga terdekatnya dan pihak sekolah. Partisipan LM menyatakan bahwa dukungan ini membantu dirinya sehingga merasa aman dan tenang saat sedang bekerja, karena memiliki tetangga yang mau diminta bantuan untuk menjaga anaknya sehingga partisipan LM merasa mampu lebih fokus terhadap pekerjaannya. Selain itu, dukungan dari pihak sekolah juga sangat membantu partisipan LM untuk menyusun rencana masa depan yang sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan anaknya. Menurut Lazarus & Folkman, (1984) menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah salah satu faktor yang dapat mengurangi tekanan emosional dan meningkatkan kapasitas individu untuk mengatasi stres.

Selain dukungan sosial, hubungan orang tua dan anak dianggap sebagai salah satu faktor pelindung orang tua dari resiko stres dalam merawat anak berkebutuhan khusus, partisipan NY dan S menerapkan komunikasi efektif dalam kehidupan mereka sehari-hari bersama anak, para partisipan mengungkapkan bahwa mereka selalu berusaha menyempatkan waktu untuk mengobrol bersama anak, komunikasi yang terjalin ini berdampak terhadap pengurangan rasa khawatir partisipan ketika melepas anak untuk beraktivitas di lingkungan sosial. Menurut (Ello & Donovan, 2005) menyatakan bahwa efektivitas komunikasi, terlepas dari model atau jenisnya, adalah faktor yang lebih penting dalam memprediksi tingkat stres orang tua. Keterbukaan anak terhadap orang tuanya berdampak terhadap penyesuaian dukungan yang diberikan orang tua. Berbeda dengan partisipan LM, hambatan komunikasi yang dialami anak menjadi penyebab ia tidak menerapkan komunikasi yang rutin dalam kesehariannya. Folkman et al, 1985)

IV. Simpulan dan Saran

Penelitian ini menemukan mekanisme *problem focused coping* dan *emotion focused*



coping sebagai bentuk coping utama yang diterapkan oleh orang tua anak berkebutuhan khusus dalam menghadapi situasi stress dalam perawatan anak. Di antara dua mekanisme tersebut, penelitian ini menemukan bahwa problem focused coping ditemukan sebagai bentuk penanggulangan yang cenderung diterapkan oleh orang tua ABK. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bentuk coping lainnya yaitu, coping dalam bentuk keagamaan yang cenderung ditemukan pada orang tua ABK di Indonesia. Hasil penelitian juga menegaskan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, masyarakat, dan sekolah berperan penting sebagai faktor pelindung. Komunikasi yang baik antara orang tua dan anak turut membantu mengurangi beban psikologis orang tua. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi terkait strategi *coping* stres yang diterapkan oleh orang tua anak dengan berkebutuhan khusus. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat mendukung pengembangan dan membantu pihak terkait dalam menyusun program untuk meningkatkan kesejahteraan orang tua ABK.

Penelitian ini memiliki keterbatasan seperti, jumlah partisipan yaitu ibu yang hanya ikut serta dalam pengambilan data sehingga data yang dihasilkan tidak menangkap pengalaman dari sisi ayah sebagai orang tua ABK, kurangnya variasi terhadap jenis kebutuhan anak, dan metode penelitian kualitatif deskriptif yang digunakan cenderung berpotensi bias dan kurang mendalam dalam mengeksplorasi pengalaman partisipan. Maka dari itu, peneliti memposisikan penelitian ini sebagai eksplorasi awal. Peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya untuk mendalami dan memahami pengalaman dari sisi ayah agar data yang dihasilkan lebih kaya dan beragam, peneliti juga menyarankan agar penelitian selanjutnya menggunakan metode yang lebih kuat dan tajam seperti fenomenologis.

Daftar Pustaka

- Alós, F. J., García, A. G., & Maldonado, M. A. (2022). Coping strategies in parents of children with disabilities: A case-control study. *Brain and Behavior*, 12(8). <https://doi.org/10.1002/brb3.2701>
- Alsharaydeh, E. A., Alqudah, M., Lee, R. L. T., & Chan, S. W.-C. (2019). Challenges, Coping, and Resilience Among Immigrant Parents Caring for a Child With a Disability: An Integrative Review. *Journal of Nursing Scholarship*, 51(6), 670–679. <https://doi.org/10.1111/jnu.12522>
- Amna Arif, Farzana Ashraf, & Aasia Nusrat. (2021). Stress and coping strategies in parents of children with special needs (SN). *Journal of the Pakistan Medical Association*, 71(5), 1369–1372. <https://doi.org/10.47391/JPMA.1069>
- Aramburu, I., Ferrer, L., Mercadal, J., Dachs, I., Salas, M., & Prades, N. (2022). Psychological

- Wellbeing, Dyadic Adjustment, and Parental Stress among Spanish Families during the COVID-19 Outbreak. *Journal of Child and Family Studies*, 31(8), 2229–2238. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02347-5>
- Armajayanthi, E., Victoriana, E., Kangga, D., & Ayu, L. (2017). Studi Deskriptif mengenai Coping Stress pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Autism Sebuah Penelitian di Sekolah di Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(1). <https://doi.org/10.28932/HUMANITAS.V1I1.401>
- Asa, G. A., Fauk, N. K., Mwanri, L., & Ward, P. R. (2021). Understanding Barriers to the Access to Healthcare and Rehabilitation Services: A Qualitative Study with Mothers or Female Caregivers of Children with a Disability in Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), 11546. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111546>
- Asa, G. A., Fauk, N. K., Ward, P. R., Hawke, K., Crutzen, R., & Mwanri, L. (2021). Psychological, sociocultural and economic coping strategies of mothers or female caregivers of children with a disability in Belu district, Indonesia. *PLOS ONE*, 16(5), e0251274. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251274>
- Bagher Ghobari Bonab, Farzaneh Motamedi, & Fazlolah Zare. (2017). Effect of Coping Strategies on Stress of Parent with Intellectual Disabilities Children. *Asian Education Studies*, p11. <https://doi.org/10.20849/aes.v2i3.187>
- Bakermans-Kranenburg, M. J., Van Ijzendoorn, M. H., & Juffer, F. (2003). Less is more: meta-analyses of sensitivity and attachment interventions in early childhood. *Psychnet.Apa.Org* MJ Bakermans-Kranenburg, MH Van Ijzendoorn, F Juffer *Psychological Bulletin*, 2003•psychnet.Apa.Org. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.195>
- Barak-Levy, Y., & Paryente, B. (2023). Diving into the Resolution Process: Parent's Reactions to Child's Diagnosis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3295. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043295>
- Bawalsah, J. A. (2016). Stress and Coping Strategies in Parents of Children with Physical, Mental, and Hearing Disabilities in Jordan. *International Journal of Education*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.5296/ije.v8i1.8811>
- Beckers, L. W. M. E., Smeets, R. J. E. M., & van der Burg, J. J. W. (2021a). Therapy-related stress in parents of children with a physical disability: a specific concept within the construct of



- parental stress. *Disability and Rehabilitation*, 43(8), 1185–1192. <https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1646815>
- Beckers, L. W. M. E., Smeets, R. J. E. M., & van der Burg, J. J. W. (2021b). Therapy-related stress in parents of children with a physical disability: a specific concept within the construct of parental stress. *Disability and Rehabilitation*, 43(8), 1185–1192. <https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1646815>
- Beckmeyer, J. J., Markham, M. S., & Troilo, J. (2022). Domains of Ongoing Communication Between Former Spouses: Associations With Parenting Stress and Children’s Post-Divorce Well-Being. *Journal of Family Issues*, 43(6), 1579–1600. <https://doi.org/10.1177/0192513X211029264>
- Benešová, P., & Sikorová, L. (2022). Factors influencing the burden and stress of parents taking care of a children with disability: systematic review. *Pediatric pro Praxi*, 23(4), 287–291. <https://doi.org/10.36290/PED.2023.009>
- Benson, P. R. (2010). Coping, distress, and well-being in mothers of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4(2), 217–228. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2009.09.008>
- Bruce, E., Lilja, C., & Sundin, K. (2014). Mothers’ lived experiences of support when living with young children with congenital heart defects. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 19(1), 54–67. <https://doi.org/10.1111/jspn.12049>
- Bujnowska, A. M., Rodríguez, C., García, T., Areces, D., & Marsh, N. V. (2021). Coping with stress in parents of children with developmental disabilities. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 21(3), 100254. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2021.100254>
- Caley, L. M. (2012a). Risk and Protective Factors Associated With Stress in Mothers Whose Children Are Enrolled in Early Intervention Services. *Journal of Pediatric Health Care*, 26(5), 346–355. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2011.01.001>
- Caley, L. M. (2012b). Risk and Protective Factors Associated With Stress in Mothers Whose Children Are Enrolled in Early Intervention Services. *Journal of Pediatric Health Care*, 26(5), 346–355. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2011.01.001>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

- Cheng, A. W. Y., & Lai, C. Y. Y. (2023). Parental stress in families of children with special educational needs: a systematic review. *Frontiers in Psychiatry, 14*. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1198302>
- Chu, S. Y., Rafi, A. B. M., Lee, J., Fierro, V., Gan, C. H., Joginder Singh, S., Hersh, D., & Lin, L.-Y. (2023). The relationship between affiliate stigma, stress, and quality of life for parents of individuals with cerebral palsy in Malaysia. *Disability and Rehabilitation, 45*(24), 4035–4047. <https://doi.org/10.1080/09638288.2022.2153304>
- Coşkuner Aktaş, S., & Çiçek, B. (2024). Financial Stress, Family, Marital, and Life Satisfaction of Turkish Families During Covid-19: What Did We Learn? *Journal of Family Issues, 45*(4), 1044–1068. <https://doi.org/10.1177/0192513X231169558>
- Cusinato, M., Iannattone, S., Spoto, A., Poli, M., Moretti, C., Gatta, M., & Miscioscia, M. (2020). Stress, Resilience, and Well-Being in Italian Children and Their Parents during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(22), 8297. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228297>
- De Wolff, M. S., & Van Ijzendoorn, M. H. (1997). Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment. *Wiley Online LibraryMS De Wolff, MH Van IjzendoornChild Development, 1997•Wiley Online Library, 68*(4), 571–591. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1997.tb04218.x>
- Divan, G., Vajaratkar, V., Desai, M. U., Strik-Lievers, L., & Patel, V. (2012). Challenges, Coping Strategies, and Unmet Needs of Families with a Child with Autism Spectrum Disorder in Goa, India. *Autism Research, 5*(3), 190–200. <https://doi.org/10.1002/aur.1225>
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009a). A Model of Mindful Parenting: Implications for Parent–Child Relationships and Prevention Research. *Clinical Child and Family Psychology Review, 12*(3), 255–270. <https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009b). A Model of Mindful Parenting: Implications for Parent–Child Relationships and Prevention Research. *Clinical Child and Family Psychology Review, 12*(3), 255–270. <https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>
- Ekas, N. V., Lickenbrock, D. M., & Whitman, T. L. (2010). Optimism, Social Support, and Well-Being in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 40*(10), 1274–1284. <https://doi.org/10.1007/s10803-010-0986->



y

- Ello, L. M., & Donovan, S. J. (2005). Assessment of the relationship between parenting stress and a child's ability to functionally communicate. *Research on Social Work Practice, 15*(6), 531–544. <https://doi.org/10.1177/1049731505278928>
- Fani, O. R., Scheeren, A. M., de Jonge, M. V, Janssen, S. M., & de Vries, M. (2025). Distress and Coping Strategies Among Parents of Autistic Children in Malaysia and the Netherlands. *Neurodiversity, 3*. <https://doi.org/10.1177/27546330251353635>
- Faradina, N. (2016). Penerimaan Diri Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 4*(1), 18–23. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i1.3925>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If It Changes It Must Be a Process. Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*(1), 150–170. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*(3), 571–579. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.3.571>
- Ganjiwale, D., Ganjiwale, J., Sharma, B., & Mishra, B. (2016). Quality of life and coping strategies of caregivers of children with physical and mental disabilities. *Journal of Family Medicine and Primary Care, 5*(2), 343. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.192360>
- Ghane, G., Farahani, M. A., Seyedfatemi, N., & Haghani, H. (2016). Effectiveness of Problem-Focused Coping Strategies on the Burden on Caregivers of Hemodialysis Patients. *Nursing and Midwifery Studies, 5*(2), e35594. <https://doi.org/10.17795/nmsjournal35594>
- Golfenshtein, N., Deatrck, J. A., Lisanti, A. J., & Medoff-Cooper, B. (2017). Coping with the Stress in the Cardiac Intensive Care Unit: Can Mindfulness Be the Answer? *Journal of Pediatric Nursing, 37*, 117–126. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.08.021>
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The Impact of Parenting Stress: A Meta-analysis of Studies Comparing the Experience of Parenting Stress in Parents of Children With and Without Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 43*(3), 629–642. <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1604-y>
- Herrera, A. P., Lee, J. W., Nanyonjo, R. D., Laufman, L. E., & Torres-Vigil, I. (2009). Religious coping and caregiver well-being in Mexican-American families. *Aging & Mental Health, 13*(1), 84–91. <https://doi.org/10.1080/13607860802154507>

- Horan, K. A., Nakahara, W. H., DiStaso, M. J., & Jex, S. M. (2020). A Review of the Challenge-Hindrance Stress Model: Recent Advances, Expanded Paradigms, and Recommendations for Future Research. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.560346>
- Ilias, K., Cornish, K., Kummar, A. S., Park, M. S.-A., & Golden, K. J. (2018). Parenting Stress and Resilience in Parents of Children With Autism Spectrum Disorder (ASD) in Southeast Asia: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00280>
- Ishtiaq, N., Mumtaz, N., & Saqulain, G. (2020). Stress and coping strategies for parenting children with hearing impairment and autism. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(3). <https://doi.org/10.12669/pjms.36.3.1766>
- Jiu, C. K., Pitri, P., Pratama, K., Usman, U., & Kardiatun, T. (2020). Maternal Barriers in Raising Children with Special Needs in Rural Areas: A Qualitative Study. *IJDS Indonesian Journal of Disability Studies*, 7(2), 156–163. <https://doi.org/10.21776/ub.ijds.2020.007.02.04>
- Kandel, I., & Merrick, J. (2007). The child with a disability: parental acceptance, management and coping. *TheScientificWorldJournal*, 7, 1799–1809. <https://doi.org/10.1100/tsw.2007.265>
- Khan, T. M., Ooi, K., Ong, Y. S., & Jacob, S. A. (2016). A meta-synthesis on parenting a child with autism. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 745. <https://doi.org/10.2147/NDT.S100634>
- Lazarus, R. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=i-ySQQUUp8C&oi=fnd&pg=PR5&ots=DhJRqphhMi&sig=JKeBjmYqwvwaKfCQd284YHLQBu4>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. <https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=i-ySQQUUp8C&oi=fnd&pg=PR5&ots=DhJPhvefQf&sig=iXOmADs7CyLLFcc4ePD7C6GpeWQ>
- Lin, C., Tsai, Y., & Chang, H. (2008). Coping mechanisms of parents of children recently diagnosed with autism in Taiwan: a qualitative study. *Journal of Clinical Nursing*, 17(20), 2733–2740. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2008.02456.x>



- Ljubičić, M., Delin, S., & Kolčić, I. (2022). Family and Individual Quality of Life in Parents of Children with Developmental Disorders and Diabetes Type 1. *Journal of Clinical Medicine* 2022, Vol. 11, 11(10). <https://doi.org/10.3390/JCM111102861>
- Luong, J., Yoder, M. K., & Canham, D. (2009). Southeast Asian Parents Raising a Child With Autism: A Qualitative Investigation of Coping Styles. *The Journal of School Nursing*, 25(3), 222–229. <https://doi.org/10.1177/1059840509334365>
- Mardiansah Mardiansah, Rizki Alvi Ramadhan, & Reni Suryani. (2024). Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus dan Klasifikasinya. *Ta'rim: Jurnal Pendidikan Dan Anak Usia Dini*, 5(1), 164–170. <https://doi.org/10.59059/tarim.v5i1.1013>
- Marvin, R. S., & Pianta, R. C. (1996). Mothers' reactions to their child's diagnosis: Relations with security of attachment. *Journal of Clinical Child Psychology*, 25(4), 436–445. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2504_8
- McCabe, H. (2008). The Importance of Parent-to-Parent Support among Families of Children with Autism in the People's Republic of China. *International Journal of Disability, Development and Education*, 55(4), 303–314. <https://doi.org/10.1080/10349120802489471>
- Olusanya, B., Yun Boo, N., Kraus de Camargo, O., Hadders-Algra, M., Wertlieb, D., & Davis, A. (2022). Child health, inclusive education and development. *Bulletin of the World Health Organization*, 100(7), 459–461. <https://doi.org/10.2471/BLT.22.288103>
- Oppenheim, D., Koren-Karie, N., Dolev, S., & Yirmiya, N. (2009). Maternal Insightfulness and Resolution of the Diagnosis Are Associated With Secure Attachment in Preschoolers With Autism Spectrum Disorders. *Child Development*, 80(2), 519–527. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01276.x>
- Pereira, A. I., Muris, P., Roberto, M. S., Stallard, P., Garcia-Lopez, L.-J., Tulbure, B. T., Podina, I., Simon, E., Sousa, M., & Barros, L. (2023). Cumulative Risk Exposure and Social Isolation as Correlates of Carer and Child Mental Health During the COVID-19 Pandemic: An Online Study with Families from Various European Countries. *Child Psychiatry & Human Development*, 54(1), 176–188. <https://doi.org/10.1007/s10578-021-01233-3>
- Poslawsky, I. E., Naber, F. B. A., Van Daalen, E., & Van Engeland, H. (2013). Parental Reaction to Early Diagnosis of Their Children's Autism Spectrum Disorder: An Exploratory Study. *Child Psychiatry & Human Development* 2013 45:3, 45(3), 294–305. <https://doi.org/10.1007/s10578-013-0400-z>

- Priego-Ojeda, M., & Rusu, P. P. (2023). Emotion regulation, parental stress and family functioning: Families of children with disabilities vs normative families. *Research in Developmental Disabilities, 139*, 104548. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2023.104548>
- Rusu, P. P., Candel, O.-S., Bogdan, I., Ilciuc, C., Ursu, A., & Podina, I. R. (2025). Parental Stress and Well-Being: A Meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review, 28*(2), 255–274. <https://doi.org/10.1007/s10567-025-00515-9>
- Sandelowski, M. (2000). Focus on Research Methods Whatever Happened to Qualitative Description? *Research in Nursing & Health, 23*. [https://doi.org/10.1002/1098-240X\(200008\)23:4<334::AID-NUR9>3.0.CO;2-G](https://doi.org/10.1002/1098-240X(200008)23:4<334::AID-NUR9>3.0.CO;2-G)
- Santos, M. A. dos, & Pereira-Martins, M. L. de P. L. (2016). Estratégias de enfrentamento adotadas por pais de crianças com deficiência intelectual. *Ciência & Saúde Coletiva, 21*(10), 3233–3244. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152110.14462016>
- Spătaru, B., Podină, I. R., Tulbure, B. T., & Maricuțoiu, L. P. (2024). A longitudinal examination of appraisal, coping, stress, and mental health in students: A cross-lagged panel network analysis. *Stress and Health, 40*(5). <https://doi.org/10.1002/smi.3450>
- Stainton, T., & Besser, H. (1998). The positive impact of children with an intellectual disability on the family. *Journal of Intellectual and Developmental Disability, 23*(1), 57–70. <https://doi.org/10.1080/13668259800033581>
- Sun, X., & Allison, C. (2010). A review of the prevalence of Autism Spectrum Disorder in Asia. *Research in Autism Spectrum Disorders, 4*(2), 156–167. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2009.10.003>
- Taanila, A., Syrjälä, L., Kokkonen, J., & Järvelin, M. -R. (2002). Coping of parents with physically and/or intellectually disabled children. *Child: Care, Health and Development, 28*(1), 73–86. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2214.2002.00244.x>
- Tan, T. X., Wang, Y., & Ruggerio, A. D. (2017). Childhood Adversity and Children’s Academic Functioning: Roles of Parenting Stress and Neighborhood Support. *Journal of Child and Family Studies, 26*(10), 2742–2752. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0775-8>
- Ting, T., Neik, X., Wah, L., Hui, L., Low, M., Kok, N., Chia, H., Chee, A., & Chua, K. (2014). PREVALENCE, DIAGNOSIS, TREATMENT AND RESEARCH ON AUTISM SPECTRUM DISORDERS (ASD) IN SINGAPORE AND MALAYSIA. *INTERNATIONAL JOURNAL OF SPECIAL EDUCATION, 29*(3).



- Unicef. (2023). *Hampir 240 juta anak di seluruh dunia memiliki disabilitas, menurut analisis statistik terlengkap UNICEF*. <https://www.unicef.org/press-releases/nearly-240-million-children-disabilities-around-world-unicefs-most-comprehensive>
- Waldes Hasugian, J., Gaurifa, S., Blandina Warella, S., Haries Kelelufna, J., & Waas, J. (2019). Education for children with special needs in Indonesia. *Journal of Physics: Conference Series*, 1175, 012172. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1175/1/012172>
- Wei, H., Roscigno, C. I., & Swanson, K. M. (2017). Healthcare providers' caring: Nothing is too small for parents and children hospitalized for heart surgery. *Heart & Lung*, 46(3), 166–171. <https://doi.org/10.1016/j.hrtlng.2017.01.007>
- Willis, K., Timmons, L., Pruitt, M., Schneider, H. L., Alessandri, M., & Ekas, N. V. (2016). The Relationship Between Optimism, Coping, and Depressive Symptoms in Hispanic Mothers and Fathers of Children with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(7), 2427–2440. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-2776-7>
- Wong Siea Liang, & Mohd Mokhtar Tahar. (2024). PARENTING STRESS: COMPARISON BETWEEN PARENTS OF ATYPICAL CHILDREN AND TYPICAL CHILDREN. *Special Education [SE]*, 2(1), e0021. <https://doi.org/10.59055/se.v2i1.21>