

---

**GAMBARAN RESILIENSI PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**Miranda Situmorang<sup>1</sup>, Nancy Naomi G.P. Aritonang<sup>2</sup>**  
[situmorangmiranda06@gmail.com<sup>1</sup>](mailto:situmorangmiranda06@gmail.com)  
**Universitas HKBP Nommensen Medan**

**ABSTRAK**

Memiliki anak berkebutuhan khusus merupakan pengalaman yang dapat memberikan tantangan emosional, psikologis, sosial, dan ekonomi bagi seorang ibu. Perbedaan diagnosis pada anak berkebutuhan khusus juga dapat memengaruhi cara ibu menghadapi berbagai tuntutan dalam pengasuhan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan diagnosa yang berbeda. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Partisipan penelitian adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan diagnosis yang berbeda dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi ibu berkembang melalui proses adaptasi terhadap kondisi anak, penerimaan terhadap diagnosis, dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan, keyakinan religius, serta kemampuan dalam mengelola emosi dan menemukan makna positif dari pengalaman pengasuhan. Meskipun setiap ibu menghadapi tantangan yang berbeda sesuai dengan diagnosis anak, seluruh partisipan menunjukkan kemampuan untuk bangkit, beradaptasi, dan mempertahankan fungsi pengasuhan secara optimal. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi psikologis dan program dukungan bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

**Kata Kunci:** Resiliensi, Ibu, Anak Berkebutuhan Khusus, Diagnosa Berbeda, Studi Kualitatif.

**ABSTRACT**

*Having a child with special needs presents emotional, psychological, social, and economic challenges for mothers. Differences in the child's diagnosis may also influence how mothers cope with the demands of caregiving. This study aims to describe the resilience of mothers who have children with special needs with different diagnoses. This research employed a qualitative approach using a case study method. Participants were mothers of children with different special needs diagnoses, selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews and observations and analyzed using thematic analysis. The findings indicate that maternal resilience develops through a process of adapting to the child's condition, accepting the diagnosis, receiving social support from family and the surrounding environment, maintaining religious or spiritual beliefs, and managing emotions while finding positive meaning in the caregiving experience. Although each mother encountered different challenges depending on her child's diagnosis, all participants demonstrated the ability to recover, adapt, and maintain effective parenting. The findings are expected to provide a basis for developing psychological interventions and support programs for mothers of children with special needs.*

**Keywords:** Resilience, Mothers, Children With Special Needs, Different Diagnoses, Qualitative Study.

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang Masalah**

Setiap manusia pada umumnya pernah merasakan masa-masa sulit dalam hidupnya, dimana masalah seolah datang tanpa henti. Terkadang ada kalanya seseorang merasa hidup begitu berat setiap kali terbangun di pagi hari, dipenuhi dengan berbagai beban dan kesulitan untuk merasakan kebahagiaan yang sejati dalam menjalani hari-harinya. Perasaan seperti ini tergolong dalam dinamika kehidupan manusia dan berpotensi dialami oleh setiap individu, termasuk pada seorang ibu yang memiliki anak.

Anak merupakan karunia yang berharga dari Tuhan untuk setiap keluarga. Kehadiran anak menjadi harapan pada setiap pasangan suami istri untuk memastikan keberlanjutan garis keturunan keluarga serta memberikan afeksi dan kepedulian secara optimal. Pada umumnya, ibu memiliki harapan agar anak tumbuh dengan kondisi fisik dan psikologis yang sehat. Namun, tidak semua keluarga dapat mewujudkan harapan tersebut, beberapa anak dilahirkan dengan kondisi yang memerlukan perhatian khusus karena adanya hambatan yang mencakup perkembangan fisik, mental, intelektual, sosial, maupun emosional, kondisi ini sering kali disebut sebagai anak berkebutuhan khusus Rizky Idhartono & Hidayati (2024).

Pastinya setiap ibu tentu sangat ingin anaknya lahir dengan normal seperti anak-anak pada umumnya, namun tidak semua anak terlahir dengan kondisi yang normal dan sempurna. Situasi tersebut dapat menimbulkan perasaan sulit menerima kenyataan, keterpurukan sehingga menimbulkan stress dan pastinya orang tua harus lebih ekstra dalam memberi parenting untuk menjaga anak berkebutuhan khusus, kesulitan seperti itulah yang harus dihadapi seorang ibu sebagai pengasuh untuk anak tersebut.

Berdasarkan data organisasi kesehatan dunia (WHO) mengemukakan jumlah penyandang disabilitas di Indonesia diperkirakan mencapai 10 persen dari total populasi atau sekitar 27,3 juta jiwa. Sementara itu, Badan Pusat Statistik (2020) melaporkan bahwa jumlah penduduk disabilitas di Indonesia sebesar 22,5 juta jiwa. Data lain dari Survei Ekonomi Nasional tahun 2020 menunjukkan angka yang lebih tinggi, yaitu 28,05 juta jiwa. Dari jumlah tersebut, sekitar 6,1 juta orang termasuk dalam kategori disabilitas berat, yang terdiri atas 1,2 juta penyandang disabilitas fisik, 3,07 juta disabilitas sensorik, 149 ribu disabilitas mental, dan 1,7 juta disabilitas intelektual ((Poerwanti et al., 2024). Namun demikian, angka-angka tersebut masih bersifat estimatif dan belum sepenuhnya mencerminkan kondisi riil, mengingat adanya kemungkinan fenomena gunung es dalam pendataan disabilitas di Indonesia.

Perjalanan hidup manusia tidak terlepas dari perjuangan, sebagaimana yang dirasakan oleh seorang ibu dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus. Mereka dituntut harus memiliki kekuatan dan ketabahan dalam menerima kondisi anak, serta menghadapi berbagai tantangan yang ada. Tantangan tersebut dapat muncul dalam bentuk hambatan fisik, gangguan kesehatan, maupun keterlambatan perkembangan (Artistia et al., n.d.). Dengan demikian, seorang ibu perlu memahami pendekatan yang efektif dalam mendampingi anak sesuai dengan tahap perkembangannya. Mereka harus berusaha lebih keras dalam menghadapi serta merespons berbagai tantangan, terutama yang berkaitan dengan perkembangan anak yang berkebutuhan khusus. Situasi tersebut dapat menimbulkan tekanan emosional dan stres yang berkelanjutan. Oleh karena itu, ibu dituntut untuk memiliki kemampuan adaptasi dan ketahanan psikologis agar mampu menyesuaikan diri, menerima kondisi yang ada serta tetap berfungsi secara optimal dalam menghadapi situasi yang penuh tantangan (Hasanah et al., 2023). Dengan adanya tantangan tersebut orang tua dituntut untuk memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit (Revich & Shatte (2002)).

Menurut Stuart (2013) resiliensi merupakan kemampuan untuk mempertahankan, memulihkan, bangkit kembali sehingga dapat mencapai serta mendapatkan kembali kesehatan fisik dan emosional setelah menghadapi peristiwa traumatis, kesulitan, peristiwa yang tidak

diinginkan, atau suatu stressor yang signifikan. Resiliensi sangat penting untuk menjaga kesinambungan hidup secara optimal (Connor & Davidson, 2003) menambahkan bahwa individu yang resilien dapat mempertahankan atau memulihkan kesehatan fisik dan psikologisnya melalui dampak negative yang timbul akibat pengalaman masa sulit .

Individu yang memiliki resiliensi yang baik akan menunjukkan kemampuan regulasi emosi yang efektif, sehingga mampu mengelola perasaan sedih, kecewa, atau cemas tanpa terlarut secara berlebihan. Selain itu, mereka memiliki kontrol impuls yang baik, sehingga tidak mudah bereaksi secara emosional dalam situasi yang menekan, misalnya ketika menghadapi stigma sosial atau perilaku anak yang sulit dikendalikan. Keterbatasan pada anak berkebutuhan khusus membuat orang tua harus berusaha lebih keras dalam perawatannya. Sikap optimisme juga menjadi ciri penting, di mana ibu tetap memiliki harapan terhadap perkembangan anak dan percaya bahwa usaha yang dilakukan akan membawa perubahan positif.

Dengan adanya kesulitan yang dihadapi oleh orang tua dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus dapat membuat perubahan pada individu yaitu pada sisi negatif dapat memiliki dampak melemahkan individu, tetapi pada sisi positif dapat menguatkan individu, namun semuanya tergantung bagaimana pola pikir dan tanggapan seseorang untuk memanfaatkan kondisi tersebut. Kesulitan yang dialami secara terus-menerus dapat mengganggu keberlanjutan kehidupan individu baik secara fisik maupun psikologis yang memicu pada stress atau kurangnya semangat hidup. Namun, apabila individu mampu merespons kesulitan secara adaptif, kondisi tersebut berpotensi menjadi peluang bagi penguatan diri, perkembangan psikologis, serta peningkatan berbagai kapasitas individu.

Pada umumnya manusia sangat membutuhkan resiliensi agar mampu mengatasi dan menghadapi berbagai kesulitan, tekanan serta trauma yang dialami di masa lalu. Kemampuan individu untuk mengelola dan menyesuaikan diri terhadap peristiwa berat maupun permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya disebut dengan resiliensi Revich & Shatte (2002). Mereka tidak merasa malu ketika mengalami kegagalan, melainkan mampu mengambil makna dari kegagalan tersebut dan memanfaatkan pengalaman itu untuk menjadikan perubahan yang semakin baik dari pengalaman sebelumnya. Individu dengan tingkat resiliensi yang baik tentu memiliki kehidupan yang lebih sejahtera.

Valentia et al (2017) menyatakan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu self-efficacy, pengendalian kognitif dan emosi, kemampuan adaptasi, aspek agama dan spritualitas, status sosial ekonomi, serta dukungan sosial. Dengan adanya faktor tersebut dapat dikatakan bahwa resiliensi akan timbul ketika seseorang memiliki keyakinan yang kuat terhadap dirinya, mampu mengelola emosi, mudah menyesuaikan diri dalam perubahan yang ada, serta dapatnya dukungan dari lingkungan keluarga atau pun lingkungan sekitar.

Dengan menyesuaikan teori Revich & Shatte (2002) dalam penelitian resiliensi, terdapat 7 aspek yang menjadi sasaran dalam penelitian ini yaitu regulasi emosi, pengendalian implus, optimisme, empati, causal analysis, self-efficacy, dan reaching out. Dari 7 aspek yang dimaksud memiliki kesamaan yang saling mendukung sehingga Ketika individu dapat menjalani aspek tersebut dengan baik maka akan lebih mampu mengatasi kesulitan, menghadapi tekanan, serta kembali pulih dari pengalaman sulit.

Selanjutnya selain adanya manfaat, faktor, dan aspek, resiliensi juga dapat dikenali dengan karakteristik. Seseorang memiliki resiliensi tentunya memiliki karakteristik didalam dirinya. Menurut Masten & Coatworth (dalam Papalia & Matorell 2020) menjelaskan bahwa terdapat 3 karakteristik individu yang memiliki resiliensi yaitu sumber dari diri sendiri, sumber dari keluarga, sumber dari konteks ekstras familial. Ketiga komponen dari karakteristik ini bekerja sama dalam

membentuk kekuatan, semangat dalam menghadapi kesulitan dan tentukan harus berfungsi secara adaptif.

Untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam serta mengenali resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, peneliti melakukan wawancara langsung sebagai survei awal terhadap dua orang subjek. Salah satu subjek merupakan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan kondisi anak tunagrahita yang saat ini berusia 19 tahun.. Berikut pemaparan dari subjek pertama:

*“Waktu pertama kali tante tahu kalau anak ku punya kelainan, jujur tante terkejut dan sedih di bilang anak tante tunagrahita. Tapi tante berusaha untuk menerima, karna tante percaya semuanya emang rencana Tuhan, awalnya emang ga terima aku anakku kayak gini, tapi apala mau ku buat, ku paksa terima semuanya ini walaupun sakit kurasa, tapi itula karna ada opungnya selalu ngedukung, makin semangat la aku, ku terimala keadaan anakku kek gini. Dulu tante gampang x terpancing emosi, kalau anak ku tiba-tiba marah ngelemparin barang rusak semua barang, langsung ku pukul, ku maki-maki dia. Jadi itu la hilang kesabaranku naik langsung tensi ku. Tapi seiring waktu berjalan, da mulai sadar la aku, kalau dia sebenarnya ga ngerti apa yang dia lakukan, dia pun ga pengennya kondisinya seperti itu. Dari situ aku belajar untuk menahan diri, ga melampiaskan emosi dengan cara kasar. Sekarang, kalau dia lagi marah atau emosi, ku bujuk la dia pelan, ku peluk, berusahanya aku untuk sabar dalam menghadapinya.”*

(Komunikasi Personal, 26 November 2025)

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa pada tahap awal subjek mengalami keterkejutan, kesedihan, dan penolakan ketika mengetahui kondisi anaknya yang tunagrahita. Kondisi tersebut menimbulkan tekanan emosional yang berdampak pada pola pengasuhan yang kurang adaptif. Seiring berjalannya waktu, subjek mulai menunjukkan proses penerimaan terhadap kondisi anak serta memperoleh kekuatan melalui dukungan keluarga. Subjek juga mulai mampu mengendalikan emosi dan menghadapi perilaku anak dengan lebih sabar. Perubahan tersebut menunjukkan adanya perkembangan resiliensi yang tercermin dari kemampuan regulasi emosi dan sikap penerimaan terhadap kondisi anak.

Anak tunagrahita merupakan anak yang mempunyai kemampuan intelektual dibawah rata-rata, artinya tingkat kecerdasan dibawah rata-rata dan ditandai intelegensi serta ketidakcakapan dalam interaksi sosial (Matahari et al., 2021).Salah satu ciri-ciri dari anak tunagrahita dilihat dari adanya kesulitan dalam belajar yang disebabkan adanya hambatan perkembangan intelegensi, mental, emosi, sosial, dan fisik. Individu dikategorikan sebagai tunagrahita apabila memiliki tingkat kecerdasan di bawah rata-rata, sehingga proses perkembangannya memerlukan bantuan atau layanan khusus, termasuk dalam program pendidikan. Dengan demikian, tunagrahita atau retardasi mental dapat didefinisikan sebagai kondisi anak mengalami hambatan dan keterbelakangan intelektual jauh di bawah rata-rata sehingga menyebabkan kesulitan dalam tugas-tugas akademik dan komunikasi.

Menurut Maria Napitupulu et al (2022) Karakteristik anak tunagrahita umumnya ditandai dengan lambatnya proses belajar terhadap hal-hal baru serta daya ingat yang terbatas. Selain itu, anak mengalami hambatan dalam kemampuan bahasa dan komunikasi, keterbatasan dalam menyelesaikan tugas-tugas sederhana, serta kesulitan dalam keterampilan perawatan diri sendiri.

Selanjutnya, untuk mendapat informasi dan wawasan yang lebih luas, peneliti melakukan wawancara kembali kepada partisipan kedua. Yang dimana pada partisipan kedua yaitu ibu dengan anak berkebutuhan khusus dimana anak tersebut berusia 13 tahun dengan diagnosa penyakit virus (Encephalitis) yang menyerang otaknya sehingga motorik saraf nya tidak berfungsi dengan baik, dari hasil wawancara tersebut partisipan menyampaikan bahwa :

*“Kalau di ingat kembali masa awalnya, waktu itu kalau di bilang sedih, jatuh ya pasti, terpuruk ya wajib, tapi kedepannya berusaha lagi terus berdoa, berharap, terus lihat kebawah jangan lihat ke atas, karna kalau kita lihat ke atas kita gatau apa yang dibawah, kulihat kebawah, ternyata ada yang jauh lebih dari aku sakit yang mereka rasakan, istilahnya bangkitnya bisa karna kita jumpa para orang tua yang lain, dan ternyata ada yang lebih parah sakitnya dari anakku, masih banyak hal yang harus aku syukuri, berserah sama Tuhan, terus menerima keadaan inila yang di titipkan, karna anak istimewa seperti ini kan ga semua orang bisa memiliki dan ga semua orang tua sanggup merawat atau mendidiknya, ya pokoknya selalu berusaha bangkit la, jadi aku ngajarin anakku gimana dia buang air kecil jadi sekarang da tau dia buang air kecil sendiri, gimana dia makek baju, tapi harus pelan”, jadi anak ku ini marah kalau dia di ganggu atau ga di kasih apa keinginanya, tapi dia lebih sering mukul orang kayak contoh mukul kakaknya, tapi terkadang mukul diri sendiri atau lemparin barang, kalau dia uda mulai marah terkadang aku dibawa emosi mau langsung marah juga aku, kadang ku cubit la pahanya, tapi sekarang ga gitu lagi aku, kalau dia mulai marah nangis, lompat lompat aku langsung karna dia suka hal-hal yang unik, kalau gitu aku ketawa la langsung dia, jadi ikut ketawa juga aku, jadi pelan-pelan aku mengenali anakku ini, apa yang dia mau, gimana cara aku menanganinya harus pelan-pelan la semuanya.*

(Komunikasi Personal 9 November 2025)

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dipahami bahwa subjek mengalami kesedihan dan keterpurukan pada awal mengetahui kondisi anaknya. Meskipun demikian subjek berusaha bangkit melalui doa dan rasa syukur serta membangun cara pandang yang lebih positif. Subjek memperoleh kekuatan setelah bertemu dengan orang tua lain yang memiliki kondisi serupa sehingga mampu menerima keadaan anak sebagai amanah. Dalam proses pengasuhan subjek juga menghadapi perilaku anak yang sering marah dan agresif. Pada awalnya subjek masih mudah terbawa emosi namun seiring waktu ia mulai belajar memahami karakter anak dan mencari cara yang lebih tepat dalam menanganinya. Perubahan tersebut menunjukkan adanya perkembangan resiliensi yang terlihat dari sikap penerimaan kemampuan mengendalikan emosi dan usaha menyesuaikan pola pengasuhan secara bertahap.

Encephalitis adalah radang jaringan otak yang umumnya penyakit ini merupakan akibat bakteri, protozoa, cacing, jamur, spirochaeta dan virus (Ridwan et al., 2019). Tetapi yang paling umum adalah terjadinya komplikasi dari infeksi jaringan otak pada sistem saraf pusat (SSP).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan (Hermawati, 2018) tentang “Resiliensi Orang Tua Sunda yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” metode yang dilakukan yaitu metode kualitatif deskriptif yang bersifat fenomenologi untuk mengungkap makna pengalaman yang didasari oleh kesadaran yang terjadi pada individu. Data yang di peroleh dengan menggunakan wawancara dan observasi yang mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua sunda yang memiliki anak berkebutuhan khusus termaksud individu yang memiliki resiliensi yang dikenali dengan keyakinan terhadap kemampuan menjalin hubungan baik dengan orang lain dan mengelola temperamen dalam interaksi sosial.

Dan selanjutnya berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan (Fauziah & Dirga Dwatra, n.d.) tentang “Dinamika Resiliensi Orang Tua Anak Disabilitas Intelektual di Kota Padang” metode yang digunakan yaitu metode kualitatif dengan pendekatan fenomologis sebagai teknik penentuan sampel, observasi dan wawancara yang mendalam sebagai teknik pengumpulan data. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari tiga orang tua yang memiliki anak penyandang disabilitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para ibu memiliki kemampuan resiliensi yang ditandai dengan terbentuknya koping aktif dan adaptasi positif melalui perubahan dalam pengelolaan emosi, kognisi, dan perilaku sebagai upaya persiapan menghadapi tantangan di masa mendatang.

Berdasarkan pemaparan teori dan hasil penelitian terdahulu, penelitian mengenai resiliensi pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus penting untuk dilakukan, mengingat proses pencapaian resiliensi melibatkan tahapan yang panjang serta berbeda pada setiap individu. Dari hasil wawancara awal menunjukkan bahwa orang tua mengalami fase psikologi yang dinamis dimulai dari terkejut, penolakan, hingga muncul penerimaan dan resiliensi. Pada penelitian sebelumnya sudah mengungkapkan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki kemampuan resiliensi. Penelitian sebelumnya belum sepenuhnya menggambarkan variasi pengalaman berdasarkan jenis hambatan anak serta strategi adaptasi emosional yang dimiliki oleh masing-masing orang tua.

Penelitian ini penting dilakukan lebih mendalam untuk memahami bagaimana resiliensi terbentuk pada setiap orang tua yang memiliki anak kebutuhan khusus yang berbeda diagnosanya, bagaimana resiliensi dikelola oleh orang tua tersebut dan dikembangkan dalam kehidupan sehari-hari khususnya pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan tunagrahita dan anak gangguan encephalitis.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif bersifat fenomenologi untuk mengungkapkan makna pengalaman individu yang didasari oleh kesadaran yang terjadi pada individu. Metode kualitatif sendiri bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai fenomena dari sudut pandang partisipan melalui teknik seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi. Rizal et al (2023) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif menawarkan pendekatan alternatif untuk memperdalam pemahaman dan bertujuan untuk memahami fenomena yang dialami oleh subjek, termasuk perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan aspek lainnya.

Dalam penelitian ini, digunakan metode kualitatif fenomenologi. Rizal et al (2023) Pendekatan fenomenologis dalam penelitian berupaya memahami peristiwa dalam kehidupan seseorang dalam kerangka pemikiran dan perilaku masyarakat, sebagaimana dipahami atau dikonsepsikan oleh individu tersebut. Fenomenologi adalah sesuatu yang dipersepsikan oleh seseorang, dan penelitian kualitatif yang menggunakan pendekatan fenomenologis menawarkan pemahaman yang lebih mendalam tentang realitas sosial. Penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dilakukan oleh peneliti sebagai pelengkap dalam keterbatasan penelitian kuantitatif yang tidak mampu menggali makna dibalik angka serta tidak selalu dapat menjelaskan faktor penyebab suatu fenomena, sebagaimana hal ini telah menjadi paradigma sejak lama setelah menempatkan kedua jenis penelitian tersebut sebagai dua pendekatan berbeda namun saling melengkapi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti terhadap partisipan pertama dan partisipan kedua ditemukan bahwa kedua subjek memiliki kemampuan resiliensi dalam menghadapi berbagai tantangan selama merawat anak berkebutuhan khusus. Meskipun kedua subjek sama-sama menghadapi tekanan emosional, kesulitan dalam pengasuhan, serta berbagai keterbatasan dalam kehidupan sehari-hari, namun masing-masing subjek menunjukkan proses resiliensi yang berbeda sesuai dengan pengalaman hidup yang dijalani. Subjek pertama cenderung menunjukkan kemampuan resiliensi yang lebih stabil melalui dukungan keluarga, hubungan yang baik dengan pasangan, serta keyakinan spiritual yang dimiliki. Sementara itu, subjek kedua menunjukkan proses resiliensi melalui usaha bertahan di tengah keterbatasan ekonomi, minimnya dukungan pasangan, serta beban pengasuhan yang lebih banyak dijalani sendiri. Namun demikian, kedua subjek tetap berusaha menjalankan peran

sebagai orang tua dengan penuh perhatian, kasih sayang, dan harapan terhadap perkembangan anak di masa depan.

Pada partisipan pertama, kemampuan regulasi emosi ditunjukkan melalui proses adaptasi dan penerimaan terhadap kondisi anak yang pada awalnya memunculkan emosi negatif seperti sedih, marah, kecewa, dan perasaan hancur akibat ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan. Hal ini sejalan dengan penelitian Pohan et al. (2023) yang menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus pada awalnya mengalami emosi negatif berupa kesedihan, kekecewaan, kemarahan, keputusasaan, dan perasaan terpukul sebelum mampu menyesuaikan diri dengan kondisi anak. Dalam pengasuhan sehari-hari, partisipan pertama tetap berupaya menjalankan perannya serta memfokuskan perhatian pada perkembangan anak sebagai bentuk rasa syukur. Kemampuan regulasi emosi juga terlihat dari penggunaan strategi coping, seperti mengambil waktu untuk beristirahat dan menjauh sementara ketika emosi meningkat. Munculnya perasaan bersalah dan penyesalan setelahnya menunjukkan adanya refleksi diri dan kesadaran untuk memperbaiki pengendalian emosi. Kondisi ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pohan et al. (2023) yang menjelaskan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mampu mengelola emosinya melalui penerimaan kondisi anak, mendekatkan diri kepada Tuhan, serta melakukan evaluasi terhadap reaksi emosional agar dapat berperilaku lebih adaptif.

Pada partisipan kedua menunjukkan bahwa regulasi emosi dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus masih menahan tantangan yang cukup berat, terutama akibat tekanan fisik, emosional, dan ekonomi karena sebagian besar tanggung jawab pengasuhan berada pada dirinya tanpa dukungan pasangan. Kondisi ini membuat subjek sering merasa lelah, cemas, dan mudah kehilangan kendali emosi ketika menghadapi perilaku anak yang sulit seperti tantrum dan kemarahan. Dalam beberapa situasi, subjek mengaku pernah meluapkan emosinya dengan memarahi hingga melakukan tindakan fisik, yang kemudian disertai rasa bersalah dan penyesalan setelahnya. Pengalaman tersebut menunjukkan adanya proses kesadaran diri dan refleksi yang mulai berkembang dalam upaya mengelola emosi secara lebih adaptif, meskipun masih dipengaruhi oleh kelelahan emosional (*emotional exhaustion*).

Berdasarkan hasil dari wawancara kedua subjek menunjukkan kemampuan regulasi emosi yang berkembang secara bertahap sebagai bagian dari proses resiliensi dalam menghadapi tantangan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Dari kedua subjek mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi pada situasi tertentu, keduanya menunjukkan adanya usaha untuk menenangkan diri, mengenali kondisi emosional, serta belajar dari pengalaman agar dapat menghadapi anak dengan lebih sabar. Dengan demikian regulasi emosi pada kedua subjek dapat dikatakan berkembang secara adaptif sebagai bagian dari proses ketahanan dalam menghadapi situasi pengasuhan anak berkebutuhan khusus.

Kontrol Implus, Berdasarkan hasil penelitian, kedua partisipan menunjukkan kemampuan kontrol impuls yang berkembang secara bertahap selama menjalani pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Kontrol impuls merujuk pada kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan, menahan reaksi spontan, serta mengatur perilaku ketika menghadapi situasi yang memicu tekanan emosional.

Pada partisipan pertama, kemampuan kontrol impuls terlihat dari upaya mengendalikan respons ketika menghadapi perilaku anak berkebutuhan khusus yang sulit diarahkan dan sering memunculkan tekanan emosional. Kondisi ini membuat subjek mengalami kelelahan fisik maupun psikologis, terutama ketika anak memasuki masa remaja dan semakin sulit dikendalikan sehingga subjek berusaha menahan dorongan untuk bereaksi secara negatif dengan memilih pendekatan yang lebih adaptif, seperti membujuk, memberikan arahan, serta menenangkan anak ketika terjadi ledakan emosi. Selain itu ketika emosi mulai meningkat, subjek memilih mengambil jarak sementara dan menenangkan diri agar tidak bertindak secara

impulsif. Penelitian Nida (2021) yang menunjukkan bahwa orang tua anak berkebutuhan khusus mengembangkan resiliensi melalui kemampuan mengendalikan impuls, mengatur respons emosional, serta melakukan refleksi diri ketika menghadapi tekanan pengasuhan. Namun, kemampuan kontrol impuls subjek belum sepenuhnya stabil karena pada situasi tertentu masih meluapkan kemarahan kepada anak.

Pada partisipan kedua, kemampuan kontrol impuls masih menghadapi berbagai tantangan selama menjalani pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Tekanan yang berasal dari kondisi anak, keterbatasan ekonomi, serta kurangnya dukungan pasangan menyebabkan subjek sering mengalami kelelahan fisik dan emosional, sehingga lebih mudah menunjukkan respons spontan ketika menghadapi perilaku anak yang sulit dikendalikan. Subjek mengungkapkan bahwa saat anak mengalami tantrum atau tidak mengikuti arahan, muncul perasaan marah, kesal, dan panik yang terkadang mendorongnya untuk membentak atau memberikan hukuman fisik secara spontan. Meskipun demikian, subjek mulai menunjukkan upaya untuk mengendalikan dorongan emosional tersebut dengan cara mengambil waktu sejenak untuk menenangkan diri, seperti diam, menjauh dari situasi, atau melakukan aktivitas lain agar emosi tidak semakin meningkat. Selain itu, adanya perasaan bersalah dan penyesalan setelah memberikan respons yang berlebihan menunjukkan bahwa subjek memiliki kesadaran diri dan refleksi terhadap perilakunya. Penelitian Nida (2021) yang menjelaskan bahwa orang tua anak berkebutuhan khusus menghadapi berbagai tekanan pengasuhan yang dapat memicu respons impulsif, namun melalui proses resiliensi mereka berupaya mengembangkan kemampuan pengendalian diri, regulasi emosi, dan refleksi diri agar mampu menghadapi tantangan pengasuhan secara lebih adaptif.

Berdasarkan hasil wawancara, kedua partisipan menunjukkan kemampuan kontrol impuls yang berkembang secara bertahap sebagai bagian dari proses resiliensi dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Meskipun masih mengalami kesulitan mengendalikan respons spontan pada situasi tertentu, keduanya berupaya mengelola emosi dengan cara yang lebih adaptif, seperti menenangkan diri, mengambil jarak sementara dari situasi yang memicu emosi, serta belajar dari pengalaman dan perasaan penyesalan.

Empati pada kedua partisipan, kemampuan empati terlihat berkembang melalui pengalaman panjang dalam merawat anak berkebutuhan khusus, yang ditandai dengan upaya memahami perubahan perilaku, mengenali kebutuhan emosional anak serta memberikan perhatian dan kasih sayang secara konsisten meskipun menghadapi berbagai tekanan dalam pengasuhan. Kedekatan emosional yang terbangun membuat kedua subjek mampu lebih peka terhadap isyarat nonverbal anak dan merespons kebutuhan anak secara lebih tepat agar anak merasa dipahami dan diterima dalam lingkungan keluarga.

Pada partisipan pertama, empati tampak dari kemampuan memahami ekspresi dan perilaku anak yang tidak selalu dapat diungkapkan secara verbal, sehingga subjek mampu mengenali kondisi emosi anak seperti sedih, marah, atau senang berdasarkan pengalaman pengasuhan jangka panjang yang membentuk “bahasa batin” antara ibu dan anak.

Pada partisipan kedua, kemampuan empati terlihat dari usahanya memahami kondisi emosional anak melalui komunikasi yang lembut, seperti membujuk, berbicara dengan baik, dan menenangkan anak saat mengalami kesulitan atau tantrum. Subjek memahami keterbatasan anak dalam mengungkapkan keinginan secara verbal sehingga diperlukan kesabaran untuk memahami makna di balik perilakunya. Selain itu, subjek memberikan dukungan emosional melalui pelukan dan aktivitas yang disukai anak. Empati juga tampak dari kemampuannya memahami perilaku anak dari sudut pandang anak, sehingga perilaku tersebut tidak langsung dianggap sebagai kenakalan, melainkan sebagai bentuk ekspresi dari ketidaknyamanan yang dirasakan anak. Hal ini menunjukkan kemampuan subjek dalam memahami dan merespons kebutuhan emosional anak secara tepat dan penuh penerimaan.



Kedua partisipan memiliki kemampuan empati yang cukup baik dalam menghadapi berbagai tantangan selama merawat anak berkebutuhan khusus. Hal tersebut terlihat dari kemampuan kedua subjek dalam memahami kondisi emosional dan kebutuhan anak, memberikan perhatian serta kasih sayang saat anak mengalami kesulitan, dan berusaha memahami perilaku anak dari sudut pandangnya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asril dan Fitriani (2023) yang menunjukkan bahwa empati orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus ditunjukkan melalui kemampuan memahami perasaan dan kebutuhan anak, menerima kondisi anak, serta memberikan dukungan emosional dan perhatian yang konsisten. Kondisi tersebut juga tampak pada kedua subjek yang berusaha memahami emosi anak, menanggapi kebutuhan anak dengan penuh kesabaran, serta memberikan kasih sayang dan pendampingan dalam proses pengasuhan sehari-hari. Kemampuan empati tersebut membantu kedua subjek membangun kedekatan emosional dengan anak sehingga mendukung proses pengasuhan yang lebih penuh penerimaan, perhatian, dan kasih sayang.

Efikasi Diri pada kedua partisipan, efikasi diri terlihat berkembang melalui pengalaman panjang dalam merawat anak berkebutuhan khusus yang ditandai dengan keyakinan untuk tetap bertahan dan menjalankan tanggung jawab sebagai orang tua meskipun menghadapi berbagai tekanan dan keterbatasan. Pada partisipan pertama, efikasi diri tampak dari keyakinan bahwa setiap kesulitan dapat dihadapi dengan baik apabila disertai dengan keyakinan kepada Tuhan, yang menjadi sumber kekuatan utama dalam menjalani proses pengasuhan. Pengalaman yang terus bertambah dalam merawat anak membuat subjek semakin memahami kondisi, perilaku, serta cara penanganan yang tepat, sehingga rasa percaya diri dalam menjalankan peran sebagai orang tua turut meningkat. Pada partisipan kedua, efikasi diri terlihat dari upaya untuk tetap bertahan dan menjalankan tanggung jawab sebagai orang tua meskipun menghadapi tekanan ekonomi, kurangnya dukungan pasangan serta beban pengasuhan yang cukup berat. Seiring waktu pengalaman panjang dalam merawat anak berkebutuhan khusus membantu subjek membangun rasa percaya diri, memahami kondisi anak, serta merasa lebih mampu menghadapi berbagai tantangan pengasuhan. Hal ini sejalan dengan penelitian Kuhn dan Carter (2006) yang menunjukkan bahwa efikasi diri orang tua berkaitan dengan perasaan kompeten dalam menjalankan peran pengasuhan, sehingga orang tua yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya cenderung lebih mampu menghadapi berbagai tuntutan dan tekanan selama merawat anak berkebutuhan khusus. Kedua partisipan menunjukkan efikasi diri yang cukup baik dalam menghadapi berbagai tantangan selama merawat anak berkebutuhan khusus. Hal ini tercermin dari keyakinan untuk tetap menjalankan peran sebagai orang tua, kemampuan bertahan di tengah berbagai tekanan hidup, serta adanya dukungan keluarga dan pengalaman pengasuhan yang turut memperkuat rasa percaya diri.

Reaching Out, Pada kedua partisipan, kemampuan reaching out terlihat berkembang melalui pengalaman panjang dalam merawat anak berkebutuhan khusus, yang ditandai dengan kemampuan untuk bertahan, memaknai pengalaman sulit secara positif, serta tetap berupaya memberikan pengasuhan terbaik meskipun menghadapi berbagai keterbatasan dan tekanan kehidupan. Pada subjek pertama kemampuan reaching out terlihat dari kemampuannya memaknai pengalaman mengasuh anak berkebutuhan khusus sebagai proses pembelajaran yang memperkuat ketahanan mental dan emosional. Pengalaman tersebut membuat subjek menjadi lebih sabar dan lebih mampu menghadapi berbagai permasalahan hidup, serta tetap berkomitmen memberikan perhatian, dukungan, dan kasih sayang kepada anak. Selain itu, subjek juga bersedia membagikan pengalaman yang dimilikinya kepada orang tua lain sebagai bentuk motivasi dan dukungan. Penelitian Nida (2021) yang menjelaskan bahwa reaching out dalam resiliensi ditandai dengan kemampuan individu untuk memaknai pengalaman sulit secara positif, mengambil hikmah dari kejadian yang dialami, serta mengembangkan keberanian untuk

menghadapi tantangan hidup dan memberikan kontribusi positif kepada orang lain berdasarkan pengalaman tersebut.

Pada subjek kedua, kemampuan *reaching out* terlihat dari usaha untuk tetap bertahan menjalani peran sebagai ibu meskipun menghadapi tekanan ekonomi, minimnya dukungan pasangan, serta beban pengasuhan yang cukup besar. Partisipan tetap berupaya menjalankan tanggung jawab dengan sabar dan berkomitmen, serta menunjukkan keberanian dalam menghadapi tekanan hidup tanpa menyerah. Selain itu, subjek masih memiliki harapan terhadap perkembangan anak di masa depan agar dapat hidup lebih mandiri dan mengalami perkembangan yang lebih baik, yang menjadi sumber kekuatan psikologis dalam bertahan. Pengalaman merawat anak berkebutuhan khusus juga membantu subjek mengambil pelajaran hidup, seperti menjadi lebih sabar dan lebih mampu menerima kenyataan bahwa tidak semua hal berjalan sesuai harapan. Temuan ini sejalan dengan Nida (2021) yang menyatakan bahwa *reaching out* dalam resiliensi ditandai dengan kemampuan individu untuk bangkit dari pengalaman sulit, memaknai kejadian secara positif, serta mengembangkan keberanian untuk terus menjalani kehidupan dan melihat tantangan sebagai proses pembelajaran yang memperkuat ketahanan diri.

Berdasarkan hasil wawancara, kedua subjek memiliki kemampuan *reaching out* yang cukup baik. Kemampuan ini tercermin dari kesiediaan kedua subjek untuk bangkit dari berbagai kesulitan yang dihadapi selama merawat anak berkebutuhan khusus serta memandang pengalaman tersebut sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang. Kedua subjek juga tetap mempertahankan harapan terhadap masa depan anak dan berupaya menjalankan peran pengasuhan secara optimal meskipun menghadapi berbagai tantangan. Dengan demikian, pengalaman sulit yang dialami tidak hanya dipandang sebagai sumber tekanan, tetapi juga menjadi sarana bagi kedua subjek untuk mengembangkan ketangguhan, kesabaran, dan optimisme dalam menjalani kehidupan.

Pada penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hasanah (2024) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mampu membangun optimisme meskipun pada awalnya mengalami reaksi emosional berupa sedih, terkejut, kecewa, dan kebingungan ketika mengetahui kondisi anaknya. Seiring berjalannya waktu, kedua partisipan mulai menerima kondisi anak, memilih untuk berpikir positif, serta meyakini bahwa anak mereka masih memiliki kesempatan untuk berkembang menjadi lebih baik. Optimisme tersebut tercermin dari harapan sederhana yang dimiliki ibu, yaitu agar anak dapat mengalami perkembangan sesuai kemampuannya, menjadi lebih mandiri, memahami aturan, serta menjalani kehidupan yang lebih baik di masa depan. Selain itu, pengalaman mengasuh anak berkebutuhan khusus juga membentuk perubahan positif dalam diri ibu, seperti peningkatan kesabaran, kemampuan mengendalikan pikiran negatif, serta lebih bersyukur terhadap kondisi yang dialami. Penelitian ini menyimpulkan bahwa optimisme menjadi sumber kekuatan psikologis yang membantu ibu bertahan menghadapi berbagai tantangan pengasuhan anak berkebutuhan khusus.

Sementara itu pada penelitian ini lebih merujuk pada bagaimana gambaran resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan diagnosa yang berbeda, dan dari hasil penelitian ini di temukan bahwa ada perbedaan secara tahapan atau proses agar tergapainya resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan diagnosa encephalitis dan tunagrahita. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari hasil verbatim penelitian yang di lakukan peneliti kepada kedua partisipan. Dimana dari hasil penelitian proses atau tahapan resiliensi lebih tinggi pada partisipan pertama yaitu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan diagnosa encephalitis dibandingkan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan diagnosa tunagrahita, perbedaan tersebut terjadi karena adanya dukungan keluarga yang jauh lebih maksimal pada partisipan pertama dibandingkan pada partisipan kedua, baik dari

dukungan secara finansial atau pun dukungan secara lainnya. Bukan hanya itu saja dari hasil penelitian ini ditemukan bahwa dengan adanya dukungan dari suami dengan membantu merawat anak dan sama-sama saling suport menjadi hal yang sangat-sangat penting, dengan adanya dukungan tersebut dapat meningkatkan semangat, mengurangi rasa cemas atau stress pada seorang ibu, sehingga tercapainya resiliensi. Namun dari hasil penelitian ini kedua partisipan sudah sampai pada tercapainya resiliensi pada diri sendiri sendiri hanya saja adanya perbedaan tingkat resiliensinya.

## **KESIMPULAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian dan analisis tentang Gambaran resiliensi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Gereja HKBP Teladan Sei Mati, dapat ditarik kesimpulan bahwa resiliensi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di HKBP Teladan seimati didapatkan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dapat dilihat dari perubahan emosi yang negative keemosi yang potive dari kedua partisipan menunjukkan kemampuan dalam mengelola respons emosional kepada perilaku positif mencoba berbagai cara untuk mampu mengatasi semuanya ke hal yang tidak menyakiti, meskipun pada situasi tertentu masih ditemukan ketidakstabilan emosi dalam menghadapi tekanan. Kedua partisipan mengarahkan emosi tersebut ketindakan seperti bernyanyi, berjoget dan memeluk anaknya, ketika mereka merasa tidak dapat mengontrol emosinya kedua partisipan mengalihkan kearah menenangkan diri mencari kesibukan seperti berladang atau mengambil jarak sebentar dari anaknya.

Bukan hanya itu kedua partisipan juga masih memiliki harapan kepada anaknya walaupun harapan tersebut tidak besar mereka percaya dengannya ada harapan tersebut lebih mampu menguatkan mereka dan kemampuan untuk tetap bertahan dalam menghadapi berbagai keterbatasan dan tantangan pengasuhan. Kedua partisipan juga selalu berusaha untuk mengidentifikasi faktor penyebab perilaku anak serta memahami berbagai kondisi yang memengaruhi proses pengasuhan. Partisipan juga selalu menunjukkan kemampuan mereka dalam memahami kondisi anaknya dengan berbagai cara seperti yang dikatakan partisipan pertama adanya ikatan batin sehingga partisipan dapat memberikan respons yang sesuai dengan kebutuhan psikologis anak. Mereka juga berusaha untuk melakukan yang terbaik kepada anaknya dengan kemampuan dirinya dalam menjalankan peran sebagai orang tua, meskipun berada dalam situasi yang penuh tekanan dan keterbatasan. Sehingga kedua partisipan mampu memaknai pengalaman pengasuhan yang sulit secara lebih positif, mengambil pelajaran dari setiap pengalaman, serta menunjukkan kemampuan untuk tetap bertahan dan berkembang dalam menghadapi tantangan kehidupan.

### **Saran**

#### **Bagi Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus**

Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus diharapkan dapat terus mengembangkan kemampuan resiliensi dalam menghadapi berbagai tantangan pengasuhan. Orang tua perlu menjaga regulasi emosi agar mampu menghadapi situasi yang sulit dengan lebih tenang dan tidak memberikan respons secara spontan. Selain itu, orang tua juga diharapkan tetap memiliki sikap optimis dengan mempertahankan keyakinan spiritual serta harapan yang realistis terhadap perkembangan anak dan diiringi dengan sikap empati serta diharapkan lebih terbuka terhadap dukungan dari keluarga maupun lingkungan sekitar dalam memperkuat kemampuan diri dalam menjalani peran pengasuhan.

#### **Bagi Keluarga Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus**

Keluarga diharapkan dapat terus memberikan dukungan emosional, perhatian, serta

pendampingan kepada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dukungan dari keluarga dapat membantu mengurangi beban psikologis yang dirasakan orang tua dan menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi berbagai tantangan pengasuhan. Selain itu, keluarga diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang penuh penerimaan, saling memahami, dan bekerja sama dalam membantu proses perawatan serta perkembangan anak.

### **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji resiliensi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus secara lebih mendalam dengan pendekatan kualitatif, khususnya melalui eksplorasi pengalaman subjektif yang lebih variatif. Penelitian berikutnya juga dapat mempertimbangkan penggunaan teknik pengumpulan data yang lebih beragam, seperti observasi partisipatif yang lebih panjang, wawancara mendalam berulang, serta triangulasi sumber untuk meningkatkan kedalaman dan keakuratan data. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi dinamika resiliensi dalam konteks keluarga secara lebih luas, misalnya keterlibatan ayah, relasi antar anggota keluarga, serta pengaruh lingkungan sosial secara lebih spesifik. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai proses resiliensi pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- (ASD). In *Jurnal Psikologi Ulayat* (Vol. 4, Number 1)
- Amelasasih, P. (2016). RESILIENSI ORANGTUA YANG MEMPUNYAI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS. *PSIKOSAINS*, 11(2), 72–81.
- Anggara, A. (2018). Gambaran Resiliensi Seorang Ibu yang Memiliki Anak Dewasa Skizoprenia. 6(2), 165–173.
- Artistia, P., Seviona Putri, O., Andriani, O., Guru Sekolah Dasar, P., Muhammadiyah Muara Bungo, U., Rang Kayo Hitam, J., & Tengah, R. (n.d.). Karakteristik dan Klasifikasi Anak Berkebutuhan Khusus Secara Mental Emosional dan Akademik. <https://doi.org/10.47861/jdan.v1i2.731>
- Ayuning, A., Pitaloka, P., Fakhiratunnisa, S. A., & Ningrum, T. K. (2022). KONSEP DASAR ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS. In *MASALIQ : Jurnal*
- Broll, J., Schäfer, S. K., Lüdecke, D., Nickel, S., Lieb, K., & Helmreich, I. (2025). Resilience factors in parents of children in need of care. *Journal of Child and Family Studies*, 34(2), 353–365. <https://doi.org/10.1007/s10826-025-03012-3>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Digdyani, N., Veronika, D., & Kaloeti, S. (2018). HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN RESILIENSI DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PERAWAT RUMAH SAKIT SWASTA X DI KOTA SEMARANG. In *Jurnal*
- Diterbitkan oleh: CV Elhikam Press Lombok.
- Empati, Agustus (Vol. 7, Number 3). <http://www.depkes.go.id/10/05/2011>
- Fauziah, R., & Dirga Dwatra, F. (n.d.). Dinamika Resiliensi Orang Tua Anak Disabilitas Intelektual di Kota Padang.
- Han, F., & Gao, X. (2025). The Challenge Coping and Resilience of the Families of School-Aged Children with Autism Spectrum Disorder in China: A Qualitative Study. *Behavioral Sciences*, 15(4). <https://doi.org/10.3390/bs15040409>
- Hasanah, M. (2024). Optimisme ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Gresik. *Conseils (Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam)*, (1), 1–9.
- Hasanah, N., Zudeta, E., Ustafiano, B., & Wahyuni, S. (2023). Resiliensi Orang Tua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Universitas Lancang Kuning (Vol. 1, Number 1).
- Hermawati, N. (2018). Resiliensi Orang Tua Sunda yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 1(1), 67–74. <https://doi.org/10.15575/jpib.v1i1.2345>
- <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>

- INFORMAN DAN PEMILIHAN INFORMAN DALAM PENELITIAN KUALITATIF. (n.d.).  
Journal Of Social Science Research. (n.d.).
- Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa (Vol. 2, Number 1).
- Jurnal, P. :, Sosial, P., Humaniora, D., Best, M., Grace, N. J., Cintia, M., Damanik, T., Simanjuntak, S. N., & Widiastuti, M. (n.d.). Pediaqu : Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora Volume 1 Nomor 4 ( 2022) 325 PSIKOLOGI KEPADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS TUNAGRAHITA. Retrieved
- Kumala Sari, D., & Ika Mariyati, L. (2023). Resiliensi Orang Tua dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) di SLB Aisyiyah Tulangan Sidoarjo. Researchjet Journal of Analysis and Inventions, 2(3), 1–7. <https://doi.org/10.47134/researchjet.v2i3>
- Lafega Khoirunisa Az Zahra, Nabila Aulia Putri, Risma Syifa Fauziah, & Shinta Nurhalimah. (2024). Studi Literatur: Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak Berkebutuhan Khusus. Jurnal Pendidikan Non Formal, 1(4), 11. <https://doi.org/10.47134/jpn.v1i4.633>
- MAHASISWA. Retrieved <http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS>
- Matahari, J., Blok, R., No, E., Rengganis Bajur, M., Labuapi, L., & Barat, N. (n.d.).
- Nurul Khasanah (2018) Peran-Dukungan-Sosial-Terhadap-Resiliensi-Pada-Orang-Tua-Dengan-Anak-Berkebutuhan-Khperabusus. (n.d.-a).
- Oleh, D., Program, :, Bimbingan, S., Konseling, D., Saufi, M., Nur Budiono, A., & Mutakin, F. (n.d.). Jurnal Consulenza:Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi <http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS> KORELASI SELF REGULATED LEARNING DENGAN RESILIENSI AKADEMIK
- Pendidikan dan Sains (Vol. 2, Number 1). <https://ejournal.yasin-alsys.org/index.php/masaliq>
- Poerwanti, S. D., Makmun, S., & Dewantara, A. D. (2024). Jalan Panjang Menuju Inklusi Digital bagi Penyandang Disabilitas di Indonesia. Journal of Urban Sociology, 1(1), 44. <https://doi.org/10.30742/jus.v1i1.3536>
- Pratiwi, A. C. (2016). Hubungan Coping dan Resiliensi pada Perempuan Kepala Rumah Tangga Miskin. In Jurnal Psikologi (Vol. 12).
- Putri Maharani, A., & Panjaitan, R. U. (n.d.). RESILIENSI DAN HUBUNGANNYA DENGAN TINGKAT STRES ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK PENYANDANG AUTISM SPECTRUM DISORDER. In
- Ridwan, N. M., Pratiwi, S., Fakultas, S., Uin, P., Gunung, S., & Bandung, D. (n.d.). Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Homeostasis dan Kemandirian Pada Penderita Keterbelakangan Mental Akibat Ensefalitis.
- Rifa'i, Y. (n.d.). Analisis Metodologi Penelitian Kulitatif dalam Pengumpulan Data di Penelitian Ilmiah pada Penyusunan Mini Riset. In Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora (Vol. 1, Number 1). Retrieved <https://glorespublication.org/index.php/ekodestinas>
- Rizky Idhartono, A., & Hidayati, N. (2024). Dinamika Subjective Well-Being dan Resiliensi Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusi. In Jurnal Kependidikan (Vol. 13, Number 1). <https://jurnaldidaktika.org>
- Saat Pandemi, P., & Fernando, F. (2022). MANFAAT SPIRITUALITAS TERHADAP RESILIENSI. QALAM: Jurnal Pendidikan Islam, 03(01). <https://ejournal.stais.ac.id/index.php/qlm/index>
- Sagiyanto, A., & Suryani, I. (n.d.). Model Komunikasi Keluarga Dalam Membangun Resilensi Anak Korban Perundungan: Studi Kasus Pada Siswa Wilayah Jakarta Selatan Dan Tangerang Selatan. Retrieved <https://mediaindonesia.com/humaniora/742857/kpai-terima>
- Salsabila, N., Mildaeni, I. N., Dwi, U., Wibowo, A., & Noveni, N. A. (2024). PENGARUH KEBERSYUKURAN DAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP RESILIENSI IBU YANG MEMILIKI ANAK TUNARUNGU. In PSIMPHONI (Vol. 5, Number 2).
- Sampling in interview-based qualitative research: A theoretical and practical guide. (n.d.).
- Utami, P. R., 1□, R., Putrie Dimala, C., Tourniawan, I., & Ramadan, R. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus. In Journal of Education Research (Vol. 5, Number 1).
- Valentia, S., Sani, R., Anggreany Fakultas Psikologi Universitas Pelita Harapan Jl Thamrin Boulevard, Y. M., & Karawaci Tangerang, L. (2017). HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI

DAN PENERIMAAN ORANGTUA PADA IBU DARI ANAK YANG TERDIAGNOSIS  
AUTISM SPECTRUM DISORDER