



Dinamika Hardiness pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma

Jelly Furnama Sari
jelibklbkl@gmail.com
Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu

Correspondence Author : Jelly Furnama Sari
Telp : 085758345231
E-mail : jelibklbkl@gmail.com

Abstrak

Kata kunci:

Hardiness, Ibu, Anak Berkebutuhan Khusus

*Hardiness merupakan aspek penting dalam menghadapi tekanan dan tantangan hidup, terutama bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika ketahanan psikologis pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kecamatan Air Periukan, Kabupaten Seluma. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan informan yang dipilih secara purposive. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para ibu menghadapi berbagai tantangan, baik secara emosional, psikologis, sosial, maupun ekonomi. Mereka mengalami tekanan batin, kecemasan, stigma sosial, dan keterbatasan finansial dalam pengasuhan anak. Meskipun demikian, para ibu menunjukkan ketahanan psikologis yang tinggi yang mencerminkan karakteristik *hardiness*, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Komitmen terlihat dalam sikap tanggung jawab dan keteguhan hati dalam merawat anak. Kontrol tercermin dalam kemampuan mengelola stres dan mengambil keputusan secara bijak. Sementara itu, aspek tantangan terlihat dari cara mereka memaknai kesulitan sebagai bagian dari proses pembelajaran dan pertumbuhan. Ketahanan psikologis ini dipengaruhi oleh strategi coping yang adaptif, tingkat religiusitas yang tinggi, serta dukungan sosial yang memadai. Ibu yang mampu mengakses dan memanfaatkan ketiga faktor ini cenderung lebih tangguh dalam menghadapi kondisi anak berkebutuhan khusus. Temuan ini menunjukkan bahwa *hardiness* berperan penting dalam memperkuat peran ibu dan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam menjalani tanggung jawab pengasuhan.*

Abstract

Keywords:
Hardiness, Mother, Special Needs Child

Hardiness is an essential aspect in dealing with life's pressures and challenges, especially for mothers raising children with special needs. This study aims to analyze the dynamics of psychological hardiness among mothers of children with special needs in Air Periukan



District, Seluma Regency. The research used a qualitative method with a descriptive approach. Data were collected through in-depth interviews with informants selected using purposive sampling. The results show that these mothers face various challenges – emotional, psychological, social, and economic. They experience emotional distress, anxiety, social stigma, and financial limitations in caring for their children. Despite these difficulties, the mothers demonstrate a high level of psychological hardiness characterized by commitment, control, and challenge. Commitment is reflected in their strong sense of responsibility and perseverance. Control is shown in their ability to manage stress and make wise decisions. The challenge aspect appears in how they interpret difficulties as opportunities for learning and personal growth. This psychological resilience is influenced by the use of adaptive coping strategies, a high level of religiosity, and strong social support. Mothers who are able to access and utilize these three factors tend to be more resilient in raising children with special needs. These findings highlight the important role of hardiness in strengthening mothers' caregiving roles and enhancing their confidence in fulfilling their responsibilities

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar satu dari setiap 33 anak di seluruh dunia menderita cacat lahir. Bahkan, setiap tahun lebih dari 3,2 juta bayi lahir di dunia dalam kondisi tidak sempurna (Kartinah, 2022). Orang tua selalu mengharapkan anak mereka akan tumbuh dan menjalani kehidupan yang normal, sama seperti anak-anak lainnya. Setiap orang tua pasti ingin anaknya tumbuh dan berperilaku baik. Maka, dalam bentuk asah, asih, dan asuh, perhatian diberikan kepada mereka dengan penuh kesabaran setiap hari. Namun, orang tua yang memiliki anak difabel yang dibesarkan sebagai anak berkebutuhan khusus harus berhati-hati dalam menjaga kondisi anak. Hal ini karena anak berkebutuhan khusus memiliki banyak tantangan fisik, mental, dan sosial (Nisak, Dahliana & Hardina, 2020). Di Indonesia, khususnya di Provinsi Bengkulu, Kabupaten Seluma menempati urutan kedua setelah Kabupaten Bengkulu Utara dalam hal jumlah penyandang disabilitas. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, terdapat 194 penyandang disabilitas di Kabupaten Seluma (BPS Bengkulu, 2022). Selanjutnya, berdasarkan dokumen arsip KPU Kabupaten Seluma, jumlah penyandang disabilitas di Kecamatan Air Periukan mencapai 98 orang, terdiri atas disabilitas intelektual (15 orang), mental (20 orang), fisik (16 orang), tunanetra (19 orang), tunarungu (6 orang), dan tunawicara (22 orang).

Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah anak yang memiliki perbedaan, kesulitan, dan hambatan dalam bidang fisik, mental-kognitif, sosial dan emosional. Perbedaan-perbedaan tersebut dapat mempengaruhi proses tumbuh kembang anak (Silvani, Solina & Syafitri, 2022). Anak-anak ini memerlukan dukungan dan perlindungan dari orang tua dan lingkungan sekitar



agar dapat memulai kehidupan sehari-hari mereka dengan baik (Nona & Ladapase, 2023). Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki tugas dan tekanan psikologis yang lebih besar dalam merawat dan membesarkan anak mereka. Beban-beban tersebut dapat memicu stres yang berdampak negatif pada kesejahteraan orang tua, hubungan dengan anak, serta perkembangan anak itu sendiri (Rismawan, Wardany & Darlisa, 2024). Terutama ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus lebih sering mengalami ketidaknyamanan, kecemasan, dan kesulitan dalam menerima kondisi anaknya (Hidayati & Dewi, 2024). Ini karena seorang ibu memiliki hubungan emosional yang lebih kuat dengan anaknya. Dibandingkan dengan ayah, ibu biasanya lebih mudah merasa bersalah karena alasan subjektif, seperti menganggap dirinya sebagai penyebab gangguan yang dialami anaknya (Syauqi & Khoirunnisa, 2023). Pernyataan ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Niken Nusaibah yang menunjukkan tingkat stres yang tinggi sebesar 55,2%, dengan pada aspek fisik 55,2%, psikis 50% dan perilaku 52,7%. Temuan ini membuktikan bahwa ibu dengan anak berkebutuhan khusus mengalami stres dalam proses mendidik dan merawat anak mereka (Nusaibah, 2023).

Fitriani dan Ambarini mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor kepribadian yang dapat mempengaruhi tingkat stres yang dialami oleh para ibu dalam membesarkan anak. Seperti yang diungkapkan oleh Kobasa, kepribadian merupakan salah satu pilar internal yang dapat membangun ketahanan dalam menghadapi stres (Olianda & Rizal, 2020). Ketahanan ini dikenal dengan istilah *hardiness* ialah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk tetap kuat dalam keadaan yang penuh tekanan (Prasetya, Merida & Novianti, 2020). *Hardiness* merupakan konsep ketahanan psikologis yang mencakup tiga komponen yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan (Masya & Khariyah, 2019). Orang dengan kepribadian *hardiness* mempunyai keyakinan yang kuat akan kemampuannya untuk mengontrol keadaan yang menimpanya, dan berkomitmen untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang dilakukan. Mereka juga cenderung melihat perubahan sebagai tantangan dan kesempatan untuk berkembang, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari (Hasanah, 2022). Berdasarkan hasil penelitian Olidana dan Rizal pada tahun 2020, variabel *hardiness* menunjukkan kontribusi signifikan terhadap pengurangan stres pengasuhan, dengan nilai F-hitung sebesar 7,099 dan nilai Sig. 0,013 yang menunjukkan signifikansi pada tingkat 0,05. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,214 mengindikasikan bahwa *hardiness* berkontribusi sebesar 21,4% dalam mengurangi stres pengasuhan (Olianda & Rizal, 2020).

Oleh karena itu, individu yang memiliki *hardiness* mampu menghadapi berbagai tekanan dalam hidupnya. Ketika sikap *hardiness* ini dimiliki oleh orang tua, akan bermanfaat dalam



mendukung proses pengasuhan, terutama dalam menghadapi tantangan yang terkait dengan merawat anak berkebutuhan khusus. Sehingga *hardiness* memiliki peran penting dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus (Rachmahana, 2022). Karena mereka percaya bahwa hal yang mereka lakukan akan berpengaruh pada kehidupan mereka (Ramadhona & Sovitriana, 2021). Sikap ini terlihat jelas pada seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di wilayah Kecamatan Air Periukan. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 10 Juni 2024, ibu tersebut menunjukkan sikap optimis, positif, serta penerimaan terhadap kondisi anaknya. Dengan penuh kesabaran dan kasih sayang, ia mendampingi anak, memberikan perhatian khusus untuk memastikan anaknya mendapatkan dukungan yang diperlukan. Sikap ibu ini mencerminkan aspek penting dari *hardiness*, di mana ia berkomitmen untuk terlibat secara penuh dalam mendukung anaknya, merasa memiliki kendali atas situasi, dan menghadapi berbagai tantangan dalam hidupnya. Fenomena tersebut menjadi salah satu contoh nyata sikap *hardiness* berperan penting dalam mendukung proses pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Ibu yang mampu menunjukkan ketangguhan, penerimaan, dan sikap positif dalam menghadapi tantangan kehidupan memberikan gambaran yang menarik untuk diteliti lebih mendalam. Sikap ini tidak hanya mencerminkan kemampuan individu untuk bertahan dalam situasi sulit, tetapi juga menunjukkan bagaimana *hardiness* dapat memengaruhi peran pengasuhan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut dinamika *hardiness* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kecamatan Air Periukan, Kabupaten Seluma.

METODE

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode kualitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang dan perilaku yang dapat diamati (Mamik, 2015). Pendekatan deskriptif ini bertujuan untuk memberikan gambaran, penjelasan, serta validasi terkait fenomena yang sedang diteliti (Ramdhhan, 2021). Subjek penelitian ini berjumlah lima orang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang berada di wilayah Kecamatan Air Periukan. Pemilihan informan dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*, yaitu metode dimana informan dipilih berdasarkan pertimbangan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2016).



Peneliti menggunakan jenis wawancara semi-terstruktur, di mana peneliti menggunakan pedoman pertanyaan yang telah disusun, namun tetap memberikan keleluasaan bagi informan untuk menjelaskan lebih luas sesuai dengan pengalaman mereka. Proses wawancara dilakukan secara langsung (tatap muka) di rumah informan atau lokasi yang telah disepakati bersama. Wawancara berlangsung dalam rentang waktu 17 Februari hingga 17 Maret 2025. Setiap sesi wawancara berlangsung antara 30 menit hingga 35 menit, tergantung pada kondisi dan kesiapan informan. Selama wawancara, peneliti menggunakan alat bantu berupa panduan pertanyaan, perekam suara (dengan persetujuan informan), serta buku catatan untuk mencatat poin-poin penting. Topik wawancara meliputi pengalaman merawat anak berkebutuhan khusus, tantangan yang dihadapi, cara menghadapi tekanan, serta faktor-faktor yang memengaruhi ketahanan psikologis ibu. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan tahapan *open coding*, *axial coding*, dan *selective coding* untuk menemukan tema-tema utama yang relevan dengan fokus penelitian. Dengan menggunakan pendekatan ini, peneliti berupaya memperoleh pemahaman yang utuh tentang kondisi psikologis ibu, proses adaptasi, serta ketahanan yang mereka bangun dalam menjalani kehidupan bersama anak berkebutuhan khusus.

HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan berbagai tantangan yang dihadapi oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kecamatan Air Periukan. Selain itu, penelitian ini juga mengungkap bagaimana ketahanan psikologis berperan dalam menghadapi tantangan tersebut serta faktor-faktor yang turut memengaruhi tingkat ketahanan psikologis para ibu. Adapun hasil penelitian ini sebagai berikut:

1. Permasalahan yang Dihadapi oleh Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Secara emosional para ibu mengalami berbagai macam reaksi seperti, sedih, kecewa, mender. Sebagaimana yang diungkapkan oleh RA:

“Seperti itulah, saya merasa sedih dan mender. Jelas sedih, kenapa anak saya seperti ini, sedangkan anak orang lain tampak normal.” (RA, 21 Februari 2025)

RA menyampaikan bahwa ia merasa sedih dan mender ketika mengetahui kondisi anaknya berbeda dengan anak-anak lain pada umumnya. Perasaan sedih ini juga dirasakan oleh SY yang menyatakan:



“Saya sedih memikirkan masa depannya. Saya sering memikirkan bagaimana nanti kehidupan anak saya kedepannya, sampai sekarang pun saya masih memikirkannya. Rasanya benar-benar sedih.” (SY, 25 Februari 2025)

Perasaan sedih, minder, dan cemas juga dirasakan oleh YN, yang merasa berbeda ketika membandingkan anaknya dengan anak-anak lain:

“Perasaan saya campur aduk, tidak mudah. Kadang saya merasa sedih dan minder. Secara fisik anak saya tampak seperti anak lainnya, tapi dalam hal tertentu dia memang berbeda.” (YN, 5 Maret 2025)

Sementara itu, reaksi kaget dan terpukul juga dialami oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, seperti yang diungkapkan oleh AR:

“Awalnya saya merasa terpukul dan kaget. Bagaimana ya, hal ini tentu tidaklah mudah bagi saya. Saya tidak pernah membayangkan sebelumnya akan menghadapi kondisi seperti ini.” (AR, 2 Maret 2025)

Secara sosial, salah satu bentuk tekanan yang kerap kali dirasakan oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu ketika masyarakat memberikan persepsi atau pandangan negatif terhadap kondisi anak mereka. Sebagaimana yang disampaikan oleh RA:

“Saya juga merasa tersinggung, apalagi saat anak saya ingin sekolah, banyak orang menganggap dia tidak wajar, diremehkan, dan dipandang sebelah mata.” (RA, 21 Februari 2025)

Pengalaman serupa juga dialami oleh MR, yang merasa tersinggung ketika anaknya dibandingkan dengan anak-anak lain dalam kegiatan posyandu. Ia mengungkapkan:

“Kadang saya juga merasa tersinggung, waktu itu anak saya posyandu, dan ada yang membandingkan pertumbuhan anak saya dengan anaknya.” (MR, 19 Februari 2025)

Secara ekonomi, sebagian ibu mengalami keterbatasan finansial. Kondisi ini semakin memperberat beban mereka, karena kebutuhan khusus anak sering kali memerlukan biaya tambahan yang tidak sedikit, sementara di sisi lain penghasilan keluarga terbatas. Sebagaimana RA ungkapkan:

“Banyak kendala, salah satunya ekonomi. Saya hanya buruh di PT. Yang kedua, soal pengobatan anak saya. Kemarin sempat berobat ke rumah sakit, tapi sekarang BPJS saya sudah tidak aktif, jadi tidak bisa lanjut periksa ke dokter saraf.” (RA, 21 Februari 2025)

Sehingga, permasalahan yang dihadapi para ibu bersifat multidimensional dan saling berkaitan, yang tidak hanya memengaruhi kondisi emosional dan psikologis, tetapi juga berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi mereka.

2. Dinamika Hardiness pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus



Pada aspek pertama yaitu komitmen, para ibu menunjukkan ketangguhan dan ketekunan dalam menjalankan peran atau tanggung jawab, meskipun dihadapkan pada berbagai kesulitan dan tantangan. Sebagaimana yang diungkapkan oleh informan RA:

“Tapi seberat apapun, akan tetap saya jalani semaksimal mungkin. Selagi saya masih sehat, saya tidak pernah mengeluh, tidak pernah meminta-minta.” (RA, 21 Februari 2025)

Sikap serupa juga tercermin dalam diri AR, yang menekankan pentingnya keikhlasan dan keteguhan hati dalam menjalani kehidupan:

“Saya tetap yakin dan meskipun sakit, saya tetap menjalani semuanya. Yang penting saya lakukan dengan hati yang ikhlas.” (AR, 2 Maret 2025)

Komitmen yang dilandasi keteguhan hati juga tampak dalam ungkapan SY:

“Saya jalani semua ini perlahan... tetap saya jalani, karena saya tahu setiap orang pasti punya persoalan. Kuncinya sabar dan ikhlas.” (SY, 25 Februari 2025)

Pada aspek kontrol, para ibu menunjukkan kemampuan dalam mengelola emosi, mengambil keputusan, serta beradaptasi dengan tantangan yang terus-menerus muncul. Hal ini tergambar dalam pernyataan beberapa informan. RA menyampaikan:

“Saya tetap berusaha agar anak saya tetap sekolah, walaupun banyak orang di dusun ini berkata macam-macam tentang kondisinya.” (RA, 21 Februari 2025)

RA berusaha untuk mempertahankan kontrol atas perasaan dan tindakannya. Ia menunjukkan kemampuan untuk mengelola emosi dengan tidak membiarkan keluhan atau rasa putus asa menguasai dirinya.

Sementara itu, YN menunjukkan bentuk kontrol diri dalam bentuk kesabaran dan ketekunan. Ia termotivasi oleh perkembangan kecil yang ditunjukkan anaknya. YN mengatakan:

“Melihat anak saya mengalami kemajuan, meskipun sedikit, membuat saya semangat dan merasa senang. Apalagi sekarang dia sudah berani bermain dengan teman-teman dan berinteraksi dengan guru.” (YN, 5 Maret 2025)

Pada aspek tantangan, para ibu menunjukkan kemampuan untuk melihat kesulitan yang dihadapi sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang. Para informan tidak melihat tantangan sebagai beban yang harus dihindari, melainkan sebagai bagian dari kehidupan yang perlu diterima dengan hati yang terbuka. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh RA:

“Yang jelas, dari semua ini saya belajar untuk menerima agar tidak stres. Jadi, semuanya harus dipikirkan dengan kepala dingin.” (RA, 21 Februari 2025)

Selanjutnya, MR menyampaikan pandangannya mengenai tantangan yang dialaminya:



“Saya hadapi semua ini dengan sabar dan keyakinan. Walaupun berat, saya yakin pasti ada hikmahnya. Hidup harus terus berjalan, tidak bisa berhenti hanya karena ini.” (MR, 19 Februari 2025)

Sementara itu, SY mengungkapkan bagaimana ia menghadapi perasaan sedih akibat situasi yang tidak kunjung berubah. Ia menyampaikan:

“Kadang saya merasa sedih, kenapa keadaannya masih seperti ini. Tapi pada akhirnya saya coba hapus pikiran itu. Mungkin inilah takdir yang harus saya jalani.” (SY, 25 Februari 2025)

Sehingga, ketahanan psikologis yang terbentuk tidak hanya membantu para ibu dalam menghadapi tekanan hidup, tetapi juga menjadi kekuatan utama yang mendorong mereka untuk tetap bertahan, berkembang, dan menjalani peran sebagai ibu dengan penuh harapan dan optimisme.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Ketahanan Psikologis (*Hardiness*) pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Pertama, strategi *coping* merupakan upaya yang dilakukan para ibu untuk mengatasi tekanan, stres, serta berbagai tantangan emosional yang dihadapinya. Hal ini tergambar melalui berbagai pernyataan para informan. Salah satunya diungkapkan oleh RA:

“Tidak ada satupun manusia yang tahu takdir hidupnya sejak lahir. Mungkin ini jalan hidup yang diberikan Tuhan, jadi saya harus menerimanya. Saya selalu berusaha berpikir positif.” (RA, 21 Februari 2025)

Selanjutnya, informan AR juga menegaskan pentingnya sikap menerima dalam menghadapi tantangan, sebagaimana diungkapkannya:

“Kita harus bisa menerima keadaan dan lapang dada. Karena kalau semua dipikirkan terus, rasanya sesak di dada.” (AR, 2 Maret 2025)

Selain itu YN turut menyampaikan pentingnya tetap berusaha dan berpikir optimis dalam menghadapi tantangan:

“Saya yakin pasti ada jalan. Selama saya terus berusaha, memberikan perhatian dan membimbingnya, semoga dia bisa terus mengalami kemajuan.” (YN, 5 Maret 2025)

Kedua, religiusitas merupakan salah satu faktor internal yang berperan penting dalam membentuk ketahanan psikologis, khususnya bagi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Kepercayaan kepada Tuhan, keyakinan akan adanya hikmah di balik ujian, serta praktik spiritual seperti berdoa dan mendekatkan diri kepada Sang Pencipta menjadi bagian penting dalam proses bertahan dan bangkit dari tekanan. Sebagaimana diungkapkan oleh informan RA:



“Saya tetap yakin kepada Tuhan, bahwa saya bisa menghidupi kedua anak ini tanpa harus bergantung dan meminta-minta. Intinya, saya selalu ingat Tuhan dan berusaha tetap percaya, meskipun kadang rasanya sakit.” (RA, 21 Februari 2025)

Senada dengan itu, informan MR juga mengungkapkan pentingnya keimanan dalam menghadapi kesulitan.

“Saya merasa tenang, meskipun kadang saat salat, saya tidak bisa menahan air mata. Saya selalu mendoakan anak saya, meminta kekuatan dan kesabaran.” (MR, 19 Februari 2025)

Keteguhan spiritual ini juga diperlihatkan oleh informan SY, yang menyatakan:

“Intinya saya selalu ingat dan percaya kepada Tuhan. Walaupun kadang hati ini sakit, insyaallah selalu ada jalan. Ya begitulah, harus sabar.” (SY, 25 Februari 2025)

Ketiga lingkungan sosial merupakan aspek eksternal yang mencakup interaksi dan hubungan individu dengan keluarga, tetangga, serta masyarakat sekitar. Kehadiran keluarga yang mendukung dapat menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi berbagai tantangan emosional yang timbul. Hal ini tergambar dari pernyataan AR yang menyatakan:

“Alhamdulillah, keluarga saya, adik-adik saya, dan anak-anak saya semua bisa menerima. Tapi sejauh ini saya tidak merasa banyak kesulitan karena ada dukungan dari anak-anak dan keluarga.” (AR, 2 Maret 2025)

Hal serupa dirasakan oleh YN yang mendapatkan dukungan penuh dari keluarga tetapi juga dari lingkungan sekitar, termasuk tetangga dan pihak sekolah:

“Alhamdulillah, semua sayang dan terus memberikan dukungan kepada saya. Lingkungan sekitar sangat memahami dan peduli, tetangga sekitar maupun guru-gurunya.” (YN, 5 Maret 2025)

Sehingga, dapat disimpulkan bahwa ketahanan psikologis yang dimiliki para ibu terbentuk dari perpaduan antara kemampuan mengelola diri, kekuatan spiritual, serta dukungan sosial yang saling melengkapi dan memperkuat.

Temuan ini menemukan bahwa permasalahan yang dihadapi para ibu mencakup berbagai aspek, seperti emosional, psikologis, sosial, dan ekonomi. Pertama, secara emosional, para ibu mengalami berbagai bentuk tekanan batin sejak awal mengetahui kondisi anak mereka. Perasaan sedih, terpukul, minder, hingga syok menjadi respons awal yang umum terjadi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hidayati dan Dewi menunjukkan bahwa para ibu mengalami kesedihan, kekecewaan, ketakutan, serta perasaan tidak siap ketika mengetahui bahwa anak yang mereka lahirkan memiliki kebutuhan khusus (Hidayati & Dewi, 2024). Kedua, secara psikologis, para ibu mengalami tekanan batin yang cukup besar, merasa terbebani oleh tanggung jawab yang berat, serta diliputi kecemasan terhadap masa depan anak.



Sebagaimana hasil penelitian Nisak, Dahliana, dan Hardina menunjukkan bahwa mayoritas ibu mengalami kecemasan pada tingkat sedang, yaitu sebesar 46,2%, sementara 26% mengalami kecemasan berat, dan 25% mengalami kecemasan ringan. Hal ini mengindikasikan bahwa kecemasan tingkat sedang merupakan kondisi psikologis yang paling umum dialami oleh ibu dengan anak berkebutuhan khusus (Nisak, Dahliana & Hardina, 2020).

Ketiga, secara sosial, para ibu mengalami stigma dan tekanan dari masyarakat terhadap kondisi anak mereka. Hal ini berdampak pada menurunnya kepercayaan diri para ibu dalam menjalani aktivitas sosial, termasuk saat membawa anak berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Sebagaimana penelitian Ebrahimi dkk, menunjukkan hasil sebesar 24,4% ibu menyatakan bahwa mereka pernah mendapatkan pandangan sinis dan tatapan yang merendahkan dari orang lain (Ebrahimi dkk, 2015). *Keempat*, secara ekonomi, para ibu menghadapi tantangan yang berbeda-beda. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa hanya dua dari lima informan yang benar-benar mengalami keterbatasan finansial, terutama dalam hal pembiayaan pengobatan dan pendidikan anak berkebutuhan khusus. Temuan ini didukung oleh hasil penelitian Priasmoro, mengungkapkan bahwa ibu dengan anak berkebutuhan khusus kerap mengalami tekanan finansial sebagai dampak dari biaya tambahan yang diperlukan untuk perawatan dan terapi anak. Keinginan kuat untuk memberikan yang terbaik bagi anak sering kali tidak sejalan dengan kondisi ekonomi keluarga, sehingga menimbulkan tekanan baik secara emosional maupun finansial (Priasmoro, 2024).

Berbagai tekanan dan tantangan yang dialami para ibu, muncul kekuatan psikologis yang menopang mereka untuk terus menjalani perannya sebagai seorang ibu. Berdasarkan hasil penelitian, ketahanan tersebut mulai muncul dan mencapai kematangan setelah kurang lebih tujuh tahun para ibu menjalani peran sebagai orang tua dari anak berkebutuhan khusus. Hal ini menunjukkan bahwa proses penerimaan, penyesuaian diri, dan penguatan mental membutuhkan waktu yang cukup panjang hingga mereka benar-benar mampu membangun ketangguhan dalam menghadapi tantangan. Hal ini tercemarkan di mana para ibu menunjukkan karakteristik ketahanan psikologis tersebut, mereka memiliki ketangguhan, keyakinan diri, kemampuan dalam mengendalikan situasi, serta sikap optimis dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Pada aspek *komitmen*, para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kecamatan Air Periukan menunjukkan tingkat tanggung jawab yang tinggi terhadap peran mereka sebagai pengasuh utama. Mereka tetap teguh dan konsisten dalam mendampingi tumbuh kembang



anak, meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan yang tidak ringan, baik secara emosional, psikologis, sosial, maupun finansial. Para ibu ini juga menunjukkan rasa percaya diri dan keyakinan yang kuat bahwa mereka mampu memberikan yang terbaik bagi anak-anak mereka, terlepas dari segala keterbatasan yang ada. Sikapikhlas dan sabar menjadi bagian penting dari cara mereka menghadapi kenyataan hidup, termasuk ketika menerima kondisi anak dan menghadapi perlakuan stigma dari lingkungan sekitar.

Hal ini sejalan dengan pendapat Maddi yang menyatakan bahwa komitmen merupakan keterikatan individu secara penuh terhadap berbagai situasi yang dihadapinya (Mulawarman & Antika, 2020). Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Salsabila, Fitriani, dan Amelia menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dan parenting *self-efficacy*, di mana *hardiness* berkontribusi sebesar 29,1% terhadap *self-efficacy* dalam pengasuhan, yang berarti semakin tinggi ketahanan psikologis (*hardiness*) seorang ibu, maka semakin besar pula keyakinannya dalam menjalankan peran sebagai orang tua (Salsabila, Fitriani & Amelia, 2024). Sehingga, ibu yang memiliki ketahanan psikologis yang baik cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus.

Pada aspek *kontrol*, para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kecamatan Air Periukan menunjukkan kemampuan yang luar biasa dalam mengelola berbagai tekanan hidup yang mereka hadapi. Mereka mampu mengendalikan emosi secara efektif, terutama saat berhadapan dengan perilaku anak yang tidak terduga atau ketika menghadapi penolakan dan stigma dari lingkungan sekitar. Kemampuan dalam mengelola stres menjadi aspek penting yang terlihat melalui cara mereka menenangkan diri, mencari solusi atas permasalahan, dan tidak mudah menyerah dalam situasi sulit. Selain itu, para ibu ini juga menunjukkan kapasitas dalam mengambil keputusan secara bijak, baik dalam hal pengasuhan, pendidikan, maupun perawatan medis anak mereka. Keputusan-keputusan tersebut diambil dengan mempertimbangkan kondisi anak dan situasi keluarga secara menyeluruh. Tidak hanya itu, para ibu juga memperlihatkan kemampuan adaptasi yang terhadap berbagai perubahan dan tantangan hidup yang berat, hingga penyesuaian terhadap kondisi sosial dan ekonomi keluarga.

Sebagaimana dikemukakan oleh Kreitner dan Kinicki, individu yang memiliki kontrol diri cenderung mampu memprediksi situasi yang penuh tekanan, sehingga dapat mengurangi kondisi yang berpotensi menimbulkan kegelisahan (Mulawarman & Antika, 2020). Kontrol ini mencerminkan keyakinan bahwa seseorang dapat memengaruhi atau mengendalikan peristiwa dalam hidupnya (Herliany, 2023). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Kristiyanti dan



Rusmawati menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* memberikan kontribusi efektif sebesar 80,1% terhadap kemampuan regulasi emosi, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *hardiness* seseorang maka semakin baik kemampuannya dalam mengelola emosi, sedangkan tingkat *hardiness* yang rendah cenderung berkaitan dengan buruknya kemampuan regulasi emosi (Krisyanti & Rusmawati, 2019). Sehingga ibu yang memiliki kontrol cenderung lebih mampu menghadapi tekanan, menstabilkan emosi, dan menjalankan peran pengasuhan secara optimal.

Pada aspek *tantangan*, para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Kecamatan Air Periukan menunjukkan sikap yang luar biasa dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan yang mereka alami. Mereka mampu menerima kondisi anaknya dengan penuh keikhlasan, tanpa menyalahkan keadaan atau merasa putus asa. Sikap penerimaan ini tidak hanya ditunjukkan secara lahiriah, tetapi juga tercermin dalam cara mereka menyikapi setiap proses perkembangan anak dengan hati yang sabar dan terbuka. Kesabaran menjadi landasan utama dalam menghadapi perilaku anak yang tidak selalu mudah dipahami, serta dalam menjalani rutinitas perawatan dan pengasuhan yang menguras energi fisik maupun emosional. Selain itu, para ibu ini juga berusaha mengambil hikmah dari setiap kesulitan yang mereka hadapi, dengan memaknainya sebagai bentuk ujian dan proses pendewasaan diri. Mereka melihat tantangan bukan sebagai hambatan, tetapi sebagai peluang untuk tumbuh lebih kuat, mempererat hubungan keluarga, dan memperkaya pengalaman spiritual maupun emosional.

Sebagaimana, Maddi mengemukakan bahwa individu yang menghadapi tantangan cenderung melihat permasalahan bukan sebagai ancaman, melainkan sebagai bagian dari kehidupan yang berkontribusi pada perkembangan diri (Kadiyono dkk, 2022). Sehingga, *hardiness* berfungsi sebagai mekanisme yang membantu individu dalam mengelola stres dengan lebih efektif, serta dapat mengurangi potensi dampak negatif yang muncul akibat tekanan dan tantangan hidup (Masya & Khariyah, 2019). Dengan demikian, ibu yang memiliki ketahanan psikologis cenderung lebih siap dalam menghadapi tantangan, memaknai setiap rintangan sebagai bagian dari perjuangan mereka, serta tetap optimis dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus.

Ketahanan psikologis ini tidak terbentuk begitu saja, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Berdasarkan temuan penelitian, faktor-faktor yang berperan dalam membentuk ketahanan tersebut antara lain adalah strategi *coping* yang digunakan, tingkat religiusitas, serta dukungan dari lingkungan sosial. Pertama, strategi *coping* berperan penting



dalam memengaruhi ketahanan psikologis para ibu. Para ibu menunjukkan berbagai bentuk strategi *coping* positif, seperti sikap penerimaan, keikhlasan, berpikir positif, keterbukaan terhadap keadaan, serta kemampuan untuk terus berusaha dan mempertahankan harapan meskipun menghadapi berbagai tantangan. Strategi-strategi tersebut membantu para ibu dalam mengelola tekanan psikologis serta meningkatkan daya tahan mereka dalam menjalani peran sebagai orang tua dari anak berkebutuhan khusus. Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian Pohan dkk, yang menunjukkan bahwa para ibu menerima kondisi anak mereka dengan penuh keikhlasan serta senantiasa mendekatkan diri kepada Tuhan sebagai bentuk kekuatan batin dalam menjalani peran pengasuhan (Pohan dkk, 2023). Oleh karena itu, penerapan strategi *coping* yang adaptif tidak hanya membantu para ibu dalam mengelola tekanan psikologis, tetapi juga menjadi landasan penting dalam membangun ketahanan psikologis yang kuat, sehingga mereka mampu menjalani peran sebagai orang tua dengan lebih sabar, tangguh, dan penuh harapan.

Kedua, religiusitas turut memengaruhi ketahanan psikologis para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Para ibu menunjukkan keyakinan terhadap kekuasaan Tuhan, penerimaan terhadap takdir, dan upaya spiritual yang terus-menerus memberikan kekuatan mental untuk menghadapi tekanan, menjaga harapan, dan meningkatkan ketangguhan dalam merawat anak berkebutuhan khusus. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hidayati dan Dewi yang menunjukkan bahwa religiusitas membantu para ibu merasakan ketenangan hati, kebahagiaan, menerima kondisi anaknya, dan menjadi lebih sabar dalam menghadapi perilaku anak berkebutuhan khusus (Hidayati & Dewi, 2024). Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Aprilia, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas dengan ketahanan psikologis (*hardiness*) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, yang berarti semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, maka semakin tinggi pula kemampuan ketahanan psikologis yang dimilikinya (Aprilia, 2018). Sehingga ibu yang memiliki religiusitas tinggi cenderung mampu bertahan dengan keadaan yang ada, menghadapi tekanan dengan sabar, memandang hidup secara positif, serta bangkit dan berkembang menjadi pribadi yang lebih tangguh dan bijaksana.

Ketiga, lingkungan sosial turut memberikan kontribusi penting dalam memperkuat ketahanan psikologis ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dukungan dari keluarga inti, keluarga besar, tetangga, hingga institusi pendidikan menjadi faktor eksternal yang berperan dalam menjaga kestabilan emosional dan mental para ibu. Dukungan sosial yang positif membantu ibu merasa tidak sendiri, lebih dimengerti, dan lebih mampu dalam menjalani peran



pengasuhan yang berat. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Kusnadi dkk, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, yang berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan yang dirasakan, sedangkan rendahnya dukungan sosial berkontribusi pada tingginya stres pengasuhan (Kusnadi dkk, 2022). Selanjutnya, penelitian oleh Olianda dan Rizal juga menemukan adanya hubungan antara *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres pengasuhan, yang menunjukkan *hardiness* dan dukungan sosial secara bersama-sama menyumbang sebesar 25,7% terhadap variabel stres pengasuhan (Olianda & Rizal, 2020). Hal ini menegaskan bahwa lingkungan sosial merupakan aspek eksternal yang signifikan dalam mendukung ketahanan psikologis ibu dalam menghadapi berbagai tantangan dalam merawat anak berkebutuhan khusus.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Kecamatan Air Periukan, dapat disimpulkan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menghadapi berbagai permasalahan yang kompleks, mencakup aspek emosional, psikologis, sosial, dan ekonomi. Meskipun demikian, para ibu menunjukkan adanya ketahanan psikologis (*hardiness*) yang kuat, yang tercermin dalam tiga aspek utama, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Mereka tetap teguh menjalankan peran sebagai orang tua dengan sikap ikhlas, sabar, dan optimis, serta mampu mengelola tekanan dan kecemasan melalui pengambilan keputusan yang bijak dan kemampuan beradaptasi. Ketahanan ini tidak muncul secara instan, tetapi terbentuk dari berbagai faktor yang memengaruhinya, seperti strategi coping yang adaptif, tingkat religiusitas yang tinggi, serta dukungan sosial yang signifikan dari lingkungan sekitar. Dengan demikian, ketahanan psikologis menjadi kekuatan utama yang menopang ibu dalam menjalani kehidupan mereka dan mendampingi anak berkebutuhan khusus dengan penuh ketulusan dan harapan.

REFERENSI

- Aprilia, L. R. G. (2018). Hubungan antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan Hardiness Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Psikoborneo*, 6(3), 650-659.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Seluma. (2024). Kecamatan Air Periukan dalam Angka 2024. Seluma: BPS Kabupaten Seluma.



E-ISSN: 3047-2717

DOI : <http://dx.doi.org/10.29300/istisyfa>

Dokumen Arsip Komisi Pemilihan Umum (KPU) Kabupaten Seluma Tahun 2024.

Ebrahimi, H., Mohammadi, E., Mohammadi, M. A., Pirzadeh, A., Mahmoudi, H., & Ansari, I. (2015). Stigma in mothers of deaf children. *Iranian Journal of Otorhinolaryngology*, 27(79), 109-118.

Hasanah, A. F. (2022). Dinamika Kepribadian Hardiness Pada Perempuan Middleborn Yang Dibesarkan Oleh Ibu Tunggal (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

Herliany, K. (2023). Hardiness Pada Mahasiswa yang Berwirausaha. *Journal of Creative Student Research*, 1(2), 240-264.

Hidayati, S. N., & Dewi, D. S. E. (2024). Dampak Koping Religius pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *PSIMPHONI*, 5(1), 38-43.

Kadiyono, A. L., Moningka, C., Kuntari, C. I. S. R., Dwijayanthi, M., Indrianie, E., Theresia, E., ... & SeTin, S. (2022). Kesiapan Untuk Menghadapi Tantangan Dunia Kerja. Yogyakarta: Zahir Publishing.

Kartinah, E. (2022). Teknologi NIPT Bantu Deteksi Kelainan pada Janin. Media Indonesia. Diakses 30 Agustus 2024. <https://mediaindonesia.com/>

Kristiyanti, B., & Rusmawati, D. (2019). Hubungan antara kepribadian hardiness dengan regulasi emosi pada penyandang tunadaksa di balai besar rehabilitasi Bina Daksa (BBRSD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta. *Jurnal Empati*, 8(2), 431-436.

Kusnadi, S. K., Mardiyanti, R., Kusnadi, S. A., Maisaroh, L. L. D., & Elisnawati, E. (2022). Dukungan Sosial dengan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Journal On Teacher Education*, 4(2), 1474-1483.

Mamik. (2015). Metodologi Kualitatif. Jawa Timur: Zifatama Publisher.

Maysa, P. (2019). Hardiness Dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(1), 88-101.

Mulawarman, & Antika, E. R. (2020). Mind-Skills Konsep dan Aplikasinya dalam Praktik Konseling. Jakarta: Kencana.

Nisak, K., & Hardina, R. M. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 2(1), 1-12.

Noni, G. D., & Ladapase, E. M. (2023). Gambaran Empati Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Disputare-Jurnal Psikologi*, 10(1), 48-59.

Nusaibah, N. (2023). Gambaran Tingkat Stres pada Ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di SLB BC Fadhilah Sumedang. Universitas Padjadjaran.



- Olianda, R. A., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Antara Hardiness Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 4(2), 69-79.
- Pohan, A. A. B., Mirza, R., Juandina, A. M., Gulo, A., & Nasution, M. (2023). Gambaran Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. Biblio Couns: *Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 6(1), 1-12.
- Prasetya, A. L., Merida, S. C., & Novianti, R. (2022). Hardiness Dan Stres Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh. *Journal of Psychology Students*, 1(1), 11-24.
- Priasmoro, D. P. (2024). "Kekhawatiran Ibu Merawat Anak Berkebutuhan Khusus: Sebuah Pendekatan Diskusi Kelompok Terpimpin (FGD)," *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* 11(2), 26-31.
- Ramdhani, M. (2021). Metode Penelitian. Surabaya: Cipta Media Nusantara.
- Rismawan, W., Wardany, N. S., & Darlisa, E. (2024). Stress Level In Parents Of Children Special Needs At Slb Abc Putra Pasundan 1 City Banjar. *Kesehatan Kreatif: Jurnal Riset Kesehatan Inovatif*, 6(2).
- Salsabila, M. S., Fitriani, A., & Amelia, A. (2024). The Parenting Self-efficacy Of Mothers Of Children With Moderate Intellectual Disability In Terms Of Hardiness. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 7(1), 13-24.
- Silvani, D., Solina, E., & Syafitri, R. (2022). Peran Orang Tua dalam Membentuk Rasa Percaya Diri Pada Anak Berkebutuhan Khusus di Tanjungpinang Timur. *JISHUM: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 1(2), 217-226.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Syauqi, C. W., & Khoirunnisa, R. N. (2023). Description of Psychological Well Being in Mothers Who Have Children with Special Needs. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(1), 347-363.
- Syifaâ, R. (2022). Hardiness dan Parenting Self-Efficacy pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology*, 2(1), 58-72.