

**Gambaran *Psychological Well Being* Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus**  
***Description of Psychological Well Being in Mothers Who Have Children with Special Needs***

**Camelia Wahida Syauqi**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email : [camelia.19192@mhs.unesa.ac.id](mailto:camelia.19192@mhs.unesa.ac.id)

**Riza Noviana Khoirunnisa**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email : [rizakhoirunnisa@unesa.ac.id](mailto:rizakhoirunnisa@unesa.ac.id)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis dan faktor apa saja yang mempengaruhi *psychological well being*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Analisis yang digunakan adalah analisis tematik. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang, perempuan yang berusia 20-40 tahun, memiliki anak autis, dan satu significant others. Proses pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun ditakdirkan untuk hidup bersama dengan anak autis, namun partisipan penelitian ini telah mampu untuk menjalani kehidupannya layaknya seorang ibu pada umumnya.

**Kata kunci :** *psychological well being, autisme*

**Abstract**

*This study aims to determine the description of psychological well-being in mothers who have autistic children and what factors influence psychological well-being. The method used in this research is qualitative with a case study approach. The analysis used is thematic analysis. There were three participants in this study, women aged 20-40 years, had autistic children, and one significant other. The data collection process in this study used semi-structured interviews. The results of this study indicate that even though they are destined to live together with autistic children, the participants in this study have been able to live their lives like a mother in general.*

**Key word :** *psychological well being, autisme*

**Article History**

***Submitted : 26-06-2023***

***Final Revised : 27-06-2023***

***Accepted : 27-06-2023***



*This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license*

*Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya*

**Pendahuluan**

Setiap suami istri yang sudah berkeluarga, umumnya kemudian mereka mendambakan kehadiran buah hati dalam keluarga. Anak merupakan anugerah bagi setiap pasangan suami istri, hadirnya seorang anak tentu akan membawa harapan seperti bahagia dan menjadikan penerus yang nantinya dapat memberikan hal baik untuk keluarga (Auliya, 2014). Anak adalah karunia yang besar bagi setiap orang tua karena anak adalah bentuk cinta kasih kedua orang tua (Khorini'mah, 2020).

Dalam keluarga sepasang suami istri tentu mendambakan hadirnya seorang anak dengan kondisi yang normal dan tidak memiliki kekurangan (Pasyola dkk, 2021). Setiap anak yang terlahir sempurna adalah kebahagiaan semua orang tua, mereka menginginkan dapat mempunyai anak yang sehat, baik secara fisik dan mental. Namun keinginan itu tidak senantiasa bisa terkabul, karena ketika anak lahir terdapat 2 hal yang mungkin akan terjadi yaitu anak lahir dengan keadaan sehat dan sempurna atau anak terlahir dengan kurang sempurna (Putri, 2022). Pada kenyataannya orang tua yang memiliki anak kurang sempurna harus menerima kenyataan yang tidak sesuai dengan harapannya dan menerima kondisi anak yang lahir. Ketika anak yang telah lahir memiliki ketidaksempurnaan, maka kedua orangtua harus tetap siap dalam hal mengasuh dan merawat anaknya tersebut.

Anak berkebutuhan khusus merupakan anak dimana pada proses tumbuh kembangnya mengalami , intelektual, sosial ataupun emosional daripada anak lainnya, maka dari itu anak berkebutuhan khusus ini membutuhkan pelayanan serta pengasuhan yang khusus (Sari, 2017). Mangunsong (2011) menyatakan bahwa anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang secara signifikan tidak sama dari aktivitas kemanusiaannya dalam beberapa dimensi penting.

Menurut Davison, Neale, & Kring (2014) tentang gangguan yang dapat terjadi pada masa kanak-kanak berdasarkan klasifikasi seperti gangguan pemusatan perhatian hiperaktivitas, gangguan tingkah laku, disabilitas, retardasi mental, dan anak gangguan autistik. Tetapi seringkali apa yang diharapkan untuk memperoleh seorang anak yang sehat normal tidak dapat menjadi kenyataan sehingga menimbulkan reaksi tidak percaya atas apa yang terjadi pada anaknya, sedih, marah, menyalahkan dirinya sendiri atau pasangannya, kekecewaan yang mendalam pada orangtua. Dalam hal ini seorang ibu pasti mengharapkan anaknya berkembang sempurna, tetapi dapat saja terjadi suatu keadaan dimana anak memperlihatkan gejala masalah perkembangan sejak usia dini seperti autisme.

Menurut data dari Kementerian Kesehatan pada tahun 2016, jumlah anak yang menyandang autisme di Indonesia semakin meningkat dengan melihat semakin bertambah jumlah kunjungan anak ke klinik tumbuh kembang anak setiap tahunnya. Hal tersebut diperlengkap dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak pada tahun 2018 diperkirakan terdapat kurang lebih 2,4 juta orang penyandang autisme di Indonesia (*kependudukan.lipi.go.id*).

Autisme adalah suatu bentuk gangguan perkembangan yang berupa sekumpulan gejala akibat gangguan saraf tertentu yang menghalangi otak untuk berfungsi secara normal dan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan, kemampuan berkomunikasi, dan kemampuan berinteraksi sosial (Sunu, 2012). Autisme adalah gangguan yang mempengaruhi area kognitif, emosional, perilaku, dan sosial, termasuk ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang – orang di sekitarnya. Anak dengan gangguan autisme akan tumbuh dan berkembang secara berbeda dari anak normal pada umumnya. Hal ini disebabkan penurunan kemampuan kognitif secara bertahap (Desiningrum, 2016).

Kedua orang tua, terutama ibu yang melahirkan akan merasakan kesedihan. Harapan awal hilang ketika sang ibu mendengar diagnosis bahwa anaknya mengalami gangguan autisme. Ibu

akan merasakan shock bercampur dengan perasaan sedih, khawatir, cemas, gelisah, shock batin, tidak percaya pada kenyataan, dan marah saat pertama kali mendengar diagnosa dari dokter (Santana, 2019). Memiliki anak yang mengalami gangguan autisme merupakan pukulan tersendiri bagi orangtua terutama bagi seorang ibu. Hal ini dikarenakan seorang ibu memiliki ikatan emosional yang kuat dengan anak. Dibandingkan ayah, ibu cenderung lebih mudah merasa bersalah dengan alasan subjektif bahwa ibulah sumber penyebab gangguan yang diderita anaknya. Memang tidak mudah bagi ibu untuk menerima kenyataan bahwa anaknya mengalami kelainan seperti autisme (Indiarti & Rahayu, 2020).

Ibu adalah orang pertama yang menjadi dasar pembelajaran hidup bagi anak. Selain itu, dapat dikatakan bahwa ibu juga berperan besar dalam memikul tanggung jawab dalam pengasuhan dan merawat anaknya. Ibu berperan sebagai perawat utama, perilaku baik dan buruk anak dipengaruhi oleh kepribadian ibu dalam merawat anak. Oleh sebab itu, pengaruh ibu yang kuat menuntut ibu untuk berperan aktif dalam pengasuhan anak, terutama pada anak autisme. (Maysa, 2019).

Pada awal mengasuh anak autisme biasanya akan muncul kesulitan yang akan dialami oleh ibu. Seperti ketika bingung karena perkembangan anak yang bukan semestinya, kendala dalam mencari informasi mengenai kondisi anak, perasaan ibu yang tertekan, merasa malu karena kondisi anak dan sulit untuk membagi waktu dan perhatian. Menurut Sunarto (2007; Budiarti, 2019) selain rasa malu karena adanya anak yang cacat, ada juga masalah serius dengan situasi ekonomi keluarga yang terganggu oleh besarnya biaya yang harus dikeluarkan untuk merawat anak berkebutuhan khusus, seperti saat mencari sekolah khusus dan lainnya.

Situasi seperti ini akan menimbulkan beban dan efek stres yang tidak dapat ditanggung oleh ibu, yang mengganggu aktifitas sehari-hari dan membuatnya sulit berkonsentrasi pada pekerjaan seperti saat mengasuh anak, pekerjaan rumah, dan bekerja. Adanya stres dan aktivitas yang mengganggu dalam kehidupan sehari-hari ibu yang memiliki anak autisme akan menimbulkan persepsi hidup sebagai putus asa berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis (Kusumastuti, 2014).

Orang tua dari anak penyandang disabilitas menghadapi tantangan yang lebih besar dibandingkan orang tua dari anak normal (Marretih, 2017). Hal ini dapat menempatkan orang tua dari anak-anak penyandang disabilitas pada peningkatan resiko yang mengalami tekanan mental, masalah kesehatan mental, kesehatan yang buruk, masalah penyesuaian dan kesehatan mental yang buruk (Purwanti, 2020). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Indiarti & Rahayu (2020) mengatakan bahwa memiliki anak autisme merupakan suatu beban berat bagi setiap orang tua terutama ibu. Ibu akan mengalami stres serta timbul perasaan bersalah. Banyak ibu yang bercerai karena salah satu pihak pasangan yang tidak bisa menerima kehadiran anak yang mengalami autisme. Beberapa juga dijumpai ibu yang memiliki anak autisme cenderung menutup diri dan tidak mau memberitahu kondisi anaknya kepada orang lain.

Sikap penolakan orangtua kepada anak dengan autisme juga dialami seorang ibu di Pidie Jaya, Aceh karena berasal dari keluarga ekonomi tidak mampu dan kurangnya pengetahuan tentang keterbatasan yang dialami anaknya (Ismail, 2015). Bahkan terjadi juga kasus yang terjadi di Cilegon yaitu kasus pembunuhan yang dilakukan seorang ayah kepada anaknya autisme dengan cara membuang ke sungai karena ayahnya sudah lelah merawat anaknya yang mengalami autisme (Ali, 2015). Schieve, Blumberg, Rice, Visser dan Boyle (dalam Kusumastuti, 2014) mengatakan sebanyak 55% orangtua yang memiliki anak autisme lebih tinggi tingkat stresnya dibandingkan yang memiliki anak normal (11%). Penelitian ini dilakukan pada orangtua yang memiliki anak usia sekitar 4 hingga 17 tahun.

Schieve et al (dalam Rahayuningsih, 2011) mengungkapkan bahwa orang tua dari anak-anak dengan gangguan perkembangan menempatkan mereka pada resiko tinggi untuk stress dan respon psikologis negatif lainnya. Sejalan dengan penelitian Miranda (2013) bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus merasa lelah secara emosional, kurang mampu beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan dan putus asa dengan kehidupan. Wall (2009 ; Rahayuningsih, 2011) berpendapat tentang fenomena masyarakat khususnya para ibu yang menolak kehadiran anaknya yang tidak normal merasa malu karena anaknya cacat, dan tidak mandiri. Pada tahap ini, seorang ibu menunjukkan tingkat stres yang sangat tinggi. Hal ini diduga terkait dengan fakta bahwa ibu menghabiskan waktu dua kali lebih banyak untuk mengasuh anak berkebutuhan khusus dibandingkan ayah (Athari, 2013).

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, dimana ibu memiliki kewajiban yang lebih besar untuk mengasuh anak autis daripada ayah. Hal tersebut membuat isu kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi topik menarik untuk diteliti. Kesejahteraan psikologis atau *Psychological well being* sendiri dalam kaitannya dengan berbagai tantangan yang dihadapinya dalam pencariannya untuk hasil yang positif (Eva & Bisri, 2018).

Menurut Ryff (2014) kesejahteraan psikologis adalah keadaan dimana individu memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, mampu membuat keputusan otonom dan mengatur perilakunya sendiri, serta mampu berinteraksi dengan lingkungan yang koheren untuk menciptakan dan mengatur kebutuhannya sendiri, memiliki makna dalam hidup, dan memberi makna pada kehidupan, serta dapat menemukan dan mengembangkan dirinya.

Kondisi *psychological well being* yang terganggu menyebabkan stress pada ibu yang memiliki anak autis dan akan mengganggu proses pengasuhan pada ibu. Orang tua dengan *psychological well being* yang kurang baik akan memandang bahwa mengasuh anak berkebutuhan khusus suatu tuntutan bagi mereka (Pradana, 2017). Penelitian Sa'diyah (2016) juga menyatakan bahwa pada awalnya ibu tidak dapat menerima kondisi anaknya yang autis, namun seiring berjalannya waktu ibu dapat menerima kondisi anaknya dan mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

## **Metode Penelitian**

### *Jenis Penelitian*

Penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian kualitatif. Creswell (2015) mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai suatu pendekatan yang bertujuan untuk menggali dan memahami lebih dalam mengenai makna individu atau kelompok terkait masalah sosial atau masalah yang dialami oleh individu tersebut.

Pendekatan studi kasus dipilih sebagai pendekatan di dalam penelitian, studi kasus merupakan model penelitian yang memfokuskan pada eksplorasi dari suatu "sistem yang saling berkaitan satu sama lain" pada beberapa hal dalam satu kasus secara mendetail, disertai dengan penggalan data secara mendalam yang melibatkan beragam sumber informasi yang kaya akan konteks (Creswell, 2015).

### *Partisipan Penelitian*

Peneliti memilih subjek dalam penelitian ini yang didasarkan pada kriteria yang telah ditentukan (Creswell, 2015). Adapun kriteria tersebut sebagai berikut :

1. Perempuan dengan usia 20 hingga 40 tahun

2. Perempuan yang memiliki anak autis
3. Berkenan menjadi responden penelitian ini

Penelitian ini dilakukan di Paud Inklusi Melati Trisula Sidoarjo. Partisipan penelitian berjumlah tiga partisipan dan 1 sebagai significant other, yaitu guru di sekolah paud inklusi yang dipilih berdasarkan kriteria.

#### *Teknik Pengumpulan Data*

Pengumpulan data penelitian dilakukan menggunakan wawancara semi terstruktur yang dilakukan secara langsung. Wawancara semi-terstruktur dipilih agar para subjek dapat memberikan respon secara bebas (Hartono, 2018) dan lebih beragam. Pedoman wawancara akan disusun sesuai dengan kebutuhan wawancara yang meliputi data identitas partisipan, pertanyaan sesuai dengan tema *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis.

#### *Teknik Analisis Data*

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis tematik. Teknik ini terdiri dari enam proses menurut Braum & Clarke (2013), yaitu memahami data dan mentranskrip data, membuat kode dengan inisial, mencari tema dengan mengumpulkan kode-kode pada tema yang sesuai, meninjau tema, mengidentifikasi dan menamai tema, dan membuat laporan dengan menyeleksi secara ketat.

Uji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan *member checking*, merupakan suatu uji yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui akurasi hasil penelitian dari data yang diperoleh dari peneliti (Cresswell, 2015). Triangulasi sumber data juga digunakan dalam penelitian ini guna memperjelas makna melalui beberapa persepsi. Jenis triangulasi yang akan digunakan adalah triangulasi sumber data yang melibatkan partisipasi dari orang-orang yang memiliki kedekatan dengan subjek penelitian atau bisa disebut significant others (Creswell, 2015). Peneliti melakukan wawancara terhadap *significant other* yaitu dengan guru dari sekolah paud inklusi yang merupakan tempat anak partisipan sekolah, merupakan individu yang mengerti dan tahu tentang partisipan.

### **Hasil**

Hasil penelitian ini ditemukan empat tema, yaitu bagaimana proses penerimaan ketika memiliki anak autis, permasalahan dalam pengasuhan anak autis, upaya yang dilakukan ibu mengatasi kesulitan pengasuhan anak autis, dan kemampuan ibu mengatasi kesulitan pengasuhan anak.

#### **1) Tema 1 : Bagaimana Proses penerimaan ketika memiliki anak autis**

Ketiga partisipan dalam penelitian ini memiliki pengalaman awal mereka dianugerahi anak autis, tentu pengalaman yang tidak mudah, bahkan mereka mengalami kesulitan. Membutuhkan waktu yang lama bagi partisipan ini agar mampu melewati tahap ini supaya dapat bisa menerima kondisi yang diberikan. Tema 1 ini mengenai bagaimana proses penerimaan saat memiliki anak autis, ini memiliki dua sub tema, yaitu respon awal ketika mengetahui kondisi anak dan proses penerimaan terhadap kondisi anak

##### *a) Sub Tema 1 : Respon awal ketika mengetahui kondisi anak autis*

Awal-awal shocklah, stress lah. Namanya ibu kan. Loh kok anaknya gini, padahal anak pertama kan. Sedih tiap hari nangis. (M-P1-W1-B31)

Awalnya sedih mbak, tapi setelah itu saya jalani aja seperti biasa. (D-P2-W2-B4)

Tentunya sedih, ternyata anak saya tidak seperti anak lainnya. (I-P3-W1-B55)

Awal mengetahui kondisi anak para partisipan mengalami perasaan shock, sedih, dan stres. Partisipan M mengalami shock saat awal mengetahui kondisi anak yang mengalami gangguan autis, ia merasa stress dan sedih karena anaknya berbeda, partisipan D merasa sedih tetapi tidak larut dalam kesedihannya terkait kondisi anak, partisipan I merasa sedih karena anaknya tidak sama dengan anak lainnya.

Hal ini didukung oleh L selaku guru Paud Inklusi yang mengatakan bahwa D pada awal mengetahui anaknya berbeda kaget dan tidak percaya.

kalo D dulu kaget pas tau anaknya berbeda (L-SO-W1-B10)

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan mengatakan mereka menolak karena kondisi anaknya. Perasaan yang diungkapkan ketiga partisipan ini adalah shock, stress, dan sedih dengan kondisi anaknya. Pada awal mengetahui kondisi anak, ketiga partisipan mengalami penolakan dan rasa tidak percaya terkait dengan kondisi anaknya yang mengalami gangguan autis.

*b) Sub Tema 2 : Proses penerimaan terhadap kondisi anak*

Karena seiring berjalannya waktu dan sudah tau banyak tentang abk ternyata abk autis itu tidak seperti yang saya bayangkan[...] sehingga ketika saya banyak tahu kemudian saya bisa ikhlas dan menerima. (M-P1-W2-B3)

[..] saya melihat lingkungan, saya melihat anak lain yang bisa dikategorikan abknya lebih parah dari anak kita. saya berpikir kalau ini kan titipan ya, makanya harus saya jaga[...]. (D-P2-W2-B12)

Pertama ya kita harus banyak membaca ajaran-ajaran agama kita itu loh[...], yang diciptakan Allah harus kita terima. [...] semangat dari orang-orang dekat kita[...]. (I-P3-W1-B67)

Partisipan M yang seiring berjalannya waktu mampu menerima kondisi anaknya karena mencari tahu tentang abk sehingga bisa ikhlas menerima kondisi anak, partisipan D mampu menerima kondisi anak karena melihat lingkungan sekitar yang juga memiliki anak abk dan berpikir bahwa apa yang dititipkan oleh tuhan harus dijaga, juga partisipan I yang sudah menerima kondisi anak dengan membaca ajaran agama, ikhlas dengan apa yang diterimanya serta karena mendapatkan semangat dari orang terdekat. Ketiga partisipan ini mampu menerima kondisi anak dengan ikhlas dan menjalani kehidupan dan tidak menyalahkan apa yang terjadi.

Hal ini juga didukung L selaku guru paud inklusi bahwa mereka welcome dengan kondisi anak mereka dan sudah bisa menerima

Bisa, mereka sudah welcome, sudah mengerti keadaan anaknya (L-SO-W1-B3)

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan, mereka sudah bisa menerima dan mengerti kondisi yang terjadi pada anak, mulai terbiasa menjalani kehidupan bersama dengan anaknya. Mereka merasakan bahwa yang terjadi pada hidupnya adalah ketetapan dari Tuhan yang ikhlas dalam menerimanya

## **2) Tema 2 : Permasalahan dalam pengasuhan anak autis**

Pengasuhan anak autis bukan hal mudah, tentu ibu yang mengasuh anak autis tidak sama dengan ibu yang mengasuh anak normal pada umumnya. Adanya berbagai macam permasalahan anak autis yang menjadi tantangan bagi seorang ibu. Tema permasalahan dalam pengasuhan anak autis memiliki dua sub tema, yaitu kendala dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan keterbatasan kemampuan anak

*a) Sub Tema 1 : Kendala dalam melakukan aktivitas sehari-hari*

Bisa, tapi kadang si risky ini banyak tingkah sehingga bisa dikatakan menghambat saya dalam melakukan pekerjaan rumah. (M-P1-W1-B141)

Bisa sih mbak, kadang malah mereka kalo disuruh sama saya mereka mau, mereka sering bantu saya dirumah. (D-P2-W1-B132)

Bisa mbak, cuma ada sedikit hambatan seperti kita gak bisa ninggalin anak sendirian, Jadi kita itu beraktifitas dirumah [..]. (I-P3-W1-B230)

Partisipan M merasa tingkah anaknya menghambat dalam menyelesaikan pekerjaan rumah, juga pada partisipan I yang mengatakan dapat menyelesaikan rumah namun ada hambatan sedikit karena juga menjaga anak saat di rumah. Namun pada partisipan D mengatakan bahwa tidak mengalami kesulitan dalam menyelesaikan pekerjaan rumah, justru anaknya juga membantu keseharian partisipan D.

Hal ini didukung oleh L sebagai guru paud inklusi yang mengatakan bahwa I mengalami sedikit kesulitan saat mengerjakan pekerjaan rumah.

Kalo I itu kendalanya agak susah ditinggal anaknya [..]. (L-SO-W1-B32)

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan tidak mengalami kesulitan dalam mengerjakan pekerjaan rumah secara mandiri, adanya gangguan kecil dari anaknya tidak menjadi penghambat dalam menyelesaikan pekerjaan rumah.

*b) Sub Tema 2 : Keterbatasan kemampuan anak*

[..] sudah mau bicara [..] tapi kan gak sesuai perkembangannya. (M-P1-W1-B95)

Belum bisa, ngoceh, ngomel, tapi ngomongnya gak jelas gitu. (I-P3-W1-B172)

Partisipan M mengungkapkan bahwa pada awalnya anak tidak mau bicara, namun saat ini sudah mau bicara dan tidak sesuai dengan perkembangan anaknya. Partisipan I mengungkapkan bahwa anaknya belum bisa berbicara, hanya mengoceh, ngomel, dan bicara belum jelas.

Berdasarkan hasil data kedua dari semua partisipan mengatakan bahwa terdapat kendala yang mereka temukan saat menjalani kehidupan dengan anak autis.

*c) Sub Tema 3 : Kendala Finansial*

Ya itu yang bikin suka cekcok dengan suami. Karena suami mikir biayanya, karena kita kurang mampu dan gak sanggup. Tapi saya sanggup sanggupin. Ya itu yang bikin suami kurang support.(M-P1-W1-B258)

Ya ada juga sih, namanya juga kan terapi itu kan mahal, yang gak mengikat gitu loh. (I-P3-W1-B394)

Alhamdulillah nggak mbak [..] saya juga bantu jualan buat makan dan jajan anak anak. (D-P2-W1-B263)

Partisipan M mengalami kendala finansial terkait biaya untuk anak dan membuat dirinya cekcok dengan pasangannya, juga partisipan I mengatakan bahwa kendala finansial ini juga pasti dialami oleh banyak orang, karena biaya terapi mahal, dan segala kebutuhannya, sedangkan partisipan D mengatakan tidak mengalami kendala finansial dalam memenuhi kebutuhan perawatan anak karena ia membantu pasangannya dengan berjualan.

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan ini mengalami kendala finansial dalam kebutuhan perawatan anak, adanya kendala ini juga dapat menyebabkan perbedaan pendapat yang menyebabkan kesenjangan dengan pasangan.

### **3) Tema 3 : Upaya yang dilakukan ibu mengatasi kesulitan pengasuhan anak autis**

Seorang ibu tentunya dihadapi banyaknya kesulitan saat anaknya memiliki kekurangan. Seorang ibu kadang merasakan perasaan tidak mampu dalam melewati tantangan tersebut. namun, tidak dengan ketiga partisipan dalam penelitian ini yang menyatakan bahwa ketiga partisipan mempunyai caranya sendiri pada saat mendapatkan beberapa permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya ketika seorang ibu harus mengasuh anak yang mengalami gangguan autis. Tema ini upaya yang dilakukan ibu mengatasi kesulitan pengasuhan anak autis memiliki dua subtema, yaitu tidak merespon komentar negatif dari lingkungan dan mencari bantuan dari orang terdekat

#### *a) Sub Tema 1 : Mengabaikan respon negatif dari lingkungan*

[..] kalo yang negatif tentang saya tidak saya tanggapi. (M-P1-W1-B227)

Kalo sekarang nggak sih mbak, saya sudah bisa menerima dan gak peduli apa yang dikatakan orang. (D-P2-W1-B247)

[..] seandainya ada yang bicara negatif ya sudah kita positif aja[..]. (I-P3-W2-B40)

Partisipan M yang tidak menanggapi komentar negatif dari orang lain. Partisipan D sudah bisa menerima apa yang terjadi dan tidak memperdulikan perkataan orang lain. Partisipan I jika ada yang berbicara atau memberikan komentar negatif memilih untuk membiarkannya. Hal tersebut yang membuat para partisipan mulai sadar serta terus mengupayakan agar dapat melakukan penyesuaian diri pada hal yang tidak partisipan ingin terjadi di lingkungan sekitarnya dan tempat partisipan tinggal, cara yang dilakukan yaitu tidak merespon semua hal negatif mempengaruhi dirinya.

Hal ini didukung oleh L selaku guru paud inklusi yang mengatakan bahwa ketiga partisipan tidak menanggapi komentar negatif dari orang lain.

Setau saya M gak peduli sama pendapat jelek dari orang lain, D ini kan orangnya keras, dia sangat egepe sama orang lain mbak, I ini orangnya damai. (L-SO-W1-B39)

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan ini mengatakan bahwa tidak merespon komentar orang lain yang berbicara tentang dirinya dan anaknya. para partisipan lebih memilih untuk mengabaikan komentar negatif terhadap dirinya.

#### *b) Sub Tema 2 : Mencari pertimbangan dari orang terdekat*

Sharing dengan sesama ibu yang memiliki abk. (M-P1-W1-170)

Saya minta tolong tetangga atau saudara kalo saya mengalami kesulitan mengurus anak saya. (I-P3-W1-B252)

Partisipan M saat mengalami kesulitan dalam pengasuhan anak banyak sharing dan mencari informasi terkait anaknya dengan sesama ibu yang memiliki abk. Partisipan I saat mengalami kesulitan dalam pengasuhan anak ia mencari bantuan pada tetangga atau saudara.

Hal ini didukung oleh L selaku guru paud inklusi yang mengatakan bahwa M mengikuti komunitas ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dan I memiliki keluarga yang membantu untuk menjaga anaknya.

Kalo yang saya tau M ikut komunitas yang isinya ibu-ibu yang punya anak berkebutuhan khusus[.]. (L-SO-W1-B20)

Kalo I itu keluarganya ikut bantu jagain anaknya[.]. (L-SO-W1-B53)

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan ini mendapatkan beberapa bantuan dari orang terdekatnya ketika para partisipan mengalami kesulitan dalam pengasuhan anak. Orang terdekat tidak hanya dari keluarga, namun pada salah satu partisipan mendapatkan bantuan dari ibu sesama yang memiliki abk, hal tersebut sangat membantu partisipan saat mengalami kesulitan atau saat mencari informasi terkait anaknya.

#### **4) Tema 4 : Kemampuan ibu dalam mengatasi kesulitan pengasuhan Anak Autis**

Hidup bersama dikaruniai anak autis adalah hal yang tidak mudah bagi semua orang tua untuk menerimanya. Ada beberapa hal yang dapat membuat para orang tua khususnya ibu dapat mengatasi kesulitan mengasuh anak autis dan mampu menerima kondisi kehidupannya. Tema kemampuan ibu dalam mengatasi kesulitan pengasuhan anak autis memiliki tiga subtema, yaitu dukungan sosial, harapan terkait masa depan anak, dan adanya perubahan ke arah pertumbuhan dan perkembangan pribadi

##### *a) Sub Tema 1 : Dukungan sosial*

Dukungan sosial adalah dukungan yang diberikan kepada orang lain seperti dukungan dari keluarga, teman, tetangga, dan orang sekitarnya. Ketiga partisipan pasti membutuhkan dukungan dari orang lain.

[..]Saya selalu diantar kemana buat kebutuhan anak saya, mendukung dia, keuangan juga dia berapapun yang saya minta dia gak rewel. (I-P3-W1-B376)

Ya yang ngasih dukungan teman teman yang punya anak abk,[..]. (M-P1-W1-B245)

Kalo bapak mertua saya biasanya bilang sekolah yang pintar, ngasih tau hal baik lainnya juga pada saya (D-P2-W1-B259)

[..]ngasi support semangat, keluarga juga kadang ngasih biaya.[..] mereka sayang sama anak saya. (I-P3-W1-B382)

Partisipan M yang mendapatkan dukungan dari teman-teman sesama ibu abk. Partisipan D yang selalu didukung oleh keluarganya, seperti bapak mertuanya yang memberikan dukungan dan memberitahukan hal baik kepada partisipan D. Partisipan I mendapatkan dukungan dari pasangan dan orang terdekatnya, pasangan yang selalu mengantar jemput saat anak sekolah, memenuhi kebutuhan anak, dan dukungan dari orang terdekatnya yang selalu memberikan support, semangat, dan biaya untuk anaknya.

Hal ini didukung oleh L selaku guru paud inklusi yang mengatakan ketiga partisipan mendapatkan dukungan dari orang terdekatnya.

Kalo D suaminya cuek tapi mendukung, M suaminya sangat mendukung sangat luar biasa, I itu suaminya tiap hari nganter ke sekolah. (L-SO-W1-B51)

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan ini tentu mendapatkan dukungan dari keluarga, tetangga, teman dan orang sekitarnya. Adanya bantuan serta dukungan dari pihak keluarga dan orang terdekatnya membuat ketiga partisipan ini dapat menerima kondisi yang terjadi pada anak mereka dan juga mampu memudahkan partisipan ketika melakukan kegiatan dalam sehari-hari.

*b) Sub Tema 2 : Harapan terkait masa depan anak*

Harapan yang besar terhadap masa depan anak agar menjadi seseorang yang mereka idamkan selama ini.

Harapan saya anak anak sehat semua, [...] risky bisa berinteraksi dengan temannya, bisa interaksi sosial gitu, ada kemajuan lah mbak. (M-P1-W1-B191)

Saya itu punya harapan [...] bisa baca, bisa baca normal, pokoknya bisa baca normal. (D-P2-W1-B185)

[...] pengen anak saya bisa ngomong, kan belum bisa ngomong, saya selalu ajak dia komunikasi [...]. (I-P3-W1-B328)

Partisipan M memiliki harapan kondisi anak yang selalu sehat, keluarga bahagia dan anaknya yang mengalami gangguan autis mampu berinteraksi dengan temannya, partisipan D yang memiliki harapan yaitu anaknya bisa membaca dengan baik, dan ada kemajuan pada anaknya, sedangkan partisipan I memiliki harapan anaknya bisa bicara.

Hal ini didukung oleh L selaku guru paud inklusi yang mengatakan bahwa ketiga partisipan memiliki harapan anaknya dapat berkembang dengan baik.

Ketiganya itu harapannya ya perkembangan anaknya, mereka ingin yang terbaik buat anaknya (L-SO-W1-B67)

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan ini memiliki harapan anaknya selalu ada perkembangan dalam setiap harinya serta ada kemajuan pada anaknya.

*c) Sub tema 3 : Adanya perubahan ke arah pertumbuhan dan perkembangan pribadi*

Kehidupan dianugerahi anak autis tidak menjadikan partisipan penelitian ini menyalahkan apa yang terjadi.

Saya merasa lebih tenang, jadi gak bingung kayak dulu [...]. (I-P3-W2-B46)

[...]saya sudah gak gampang emosi karena saya merasa sekarang sudah lebih dekat dengan Allah. (I-P3-W2-B57)

Partisipan merasakan ketenangan dan tidak merasa kebingungan seperti sebelumnya pada saat menerima keadaan. Partisipan sudah bisa menerima apa yang terjadi dalam hidupnya, dan merasa menjadi tidak mudah emosi karena semakin dekat dengan Allah.

Hal ini didukung oleh L selaku guru paud inklusi yang mengatakan mengalami perubahan dari waktu ke waktu dan bisa menerima kondisi anaknya.

Pas masih awal masuk sekolah itu M itu selalu ngawasin anaknya dari luar kelas, soalnya disekolah yang dulu anaknya kena bully, tapi seiring berjalannya waktu M ini mulai percaya ke sekolah, apalagi semenjak sekolah disini anaknya sudah ada perubahan mbak, M sekarang jadi lebih tenang dan gak khawatir sama anaknya. D ya kan awalnya gak percaya toh kalo anaknya berbeda, tapi setelah tau dia mulai lebih perhatian ke anaknya. kalo I ini dulu takut kalo anaknya gak bisa main sama ank lain disekolah, tapi ternyata disekolah anaknya aktif dan berbaur sama yang lain, jadi sekarang I ini lebih tenang karena anaknya nyaman disekolahan mbak (L-SO-W1-B71)

Berdasarkan hasil data ketiga partisipan mengupayakan agar tetap berdiri dan meningkatkan apa yang dimilikinya dengan adanya harapan agar mampu membuat perubahan dalam dirinya menjadi lebih baik walaupun memiliki anak autis.

## **Pembahasan**

Menjadi seorang ibu dengan anak autis tentu bukanlah hal yang mudah. Mereka mungkin merasa kecewa karena tidak bisa memiliki anak normal pada umumnya yang tidak memiliki keterbatasan. Hal ini membuat seorang ibu harus mengalami pengalaman yang pahit. Kehidupan seperti itu seringkali membuat mereka seringkali mengalami masalah dalam kehidupan sehari-hari terkait dengan kondisi anak-anak mereka. Menurut Larner & Kline (dalam Andiani, 2016), para ibu yang terlibat langsung dalam membesarkan anak autisme mengalami beberapa dinamika psikologis yang sering terlihat sebelum mereka dapat terlibat dengan situasi tersebut. Fase-fase ini meliputi fase shock, fase ketidakpercayaan, fase penyangkalan, fase kemarahan, fase negosiasi (bargaining), fase depresi, dan fase penerimaan.

Hasil analisis data yang dilakukan peneliti menyatakan bahwa partisipan dalam penelitian ini memiliki pengalaman tentang dirinya yaitu merasakan hal yang belum pernah terbayangkan sebelumnya. Pada saat sebelum melahirkan ketiga partisipan ini membayangkan memiliki anak yang lahir dengan sempurna tanpa kekurangan, tetapi setelah mengetahui kondisi anak mereka mengalami gangguan autis, mereka merasa shock, sedih dan tidak percaya akan kondisi anaknya berbeda dengan anak lainnya. Hal ini diperkuat dengan pernyataan Mangunsong (2011), bahwa respon pertama kali orang tua saat mengetahui kondisi anak adalah kaget, terkejut, menolak, takut, dan marah terhadap apa yang terjadi kepada anaknya yang memiliki keterbatasan.

Ketika tinggal bersama dengan anak, seiring berjalannya waktu orang tua dapat menerima dan mampu melakukan penyesuaian diri terkait kondisi anak-anak yang memiliki kekurangan. Mereka kini telah melalui penerimaan terkait segala keadaan anak autis walaupun dengan keterbatasan. Menurut Mangunsong (2011), ini merupakan tahap dimana seseorang merasakan perasaan yang diikuti dengan penerimaan dan penyesuaian diri terhadap kondisi anak. Partisipan menerima kondisi anak mereka dengan banyak mencari informasi tentang anak berkebutuhan khusus, autis, berbagi pengalaman dengan ibu-ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang sama, dan memberikan dukungan dan semangat satu sama lain dalam menghadapi kondisi anak. Hal ini sejalan dengan pendapat Uchino (dalam Sarafino dan Smith, 2014) bahwa dukungan merupakan hal yang sangat bermanfaat bagi seseorang karena

diberikan oleh orang lain sebagai bentuk perhatian, penghargaan, dan kasih sayang. Dengan adanya dukungan tersebut partisipan dapat menerima kondisi anak mereka dengan lebih baik

Penelitian Putri (2017) menyatakan bahwa perilaku religius berpengaruh terhadap dalam memunculkan kepuasan hidup dan meningkatkan kesejahteraan individu. Hasil penelitian tersebut sama dengan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, partisipan yakin bahwa apa yang terjadi dalam hidupnya karena ketetapan dan kehendak Tuhan yang Maha Kuasa. Bentuk penerimaan dirinya dengan banyak membaca tentang ajaran agamanya dan berserah diri kepada Tuhan. Ryff (2014) mengatakan bahwa seseorang yang menerima diri menunjukkan ciri-ciri bersikap baik kepada diri sendiri, mampu mengaku dan menerima semua aspek yang terjadi pada diri, baik atau buruk, serta mengevaluasi kehidupan masa lalunya secara positif.

Kehidupan bersama anak autis pasti akan membawa tantangan bagi para partisipan dalam membesarkan anak. Tantangan ini berdampak pada kesehatan mental ketiga partisipan yang semakin menurun. Mereka mengalami kecemasan terkait masa depan anak dan kesulitan dalam interaksi sosial. Menurut Karyn (dalam Suteja, 2014), perilaku anak autis ditandai dengan rendahnya kemampuan verbal dan non-verbal, perilaku sosial aneh, emosi yang tidak stabil, perubahan suasana hati yang cepat, dan persepsi sensori yang buruk.

Menjadi orang tua anak autis juga membutuhkan biaya yang besar, terutama untuk terapi anak. Seringkali, pasangan mengalami perbedaan pendapat yang menyebabkan konflik. Partisipan mengalami kesulitan finansial yang sejalan dengan Iftikar & Butt (2013), bahwa ibu dari anak autis cenderung mengalami tekanan, kecemasan, dan stress karena masalah keuangan.

Merawat anak dengan keterbatasan tentu akan menimbulkan berbagai kesulitan bagi para ibu. Namun, partisipan penelitian ini merasa lebih mampu mengatasi kesulitan yang dihadapi saat mengasuh anak mereka yang mengalami gangguan autis. Mereka tidak lagi merasakan kesulitan yang berat seperti saat pertama kali mengetahui kondisi anak mereka.

Adanya bantuan dan dukungan sosial dari keluarga dan orang terdekat membantu partisipan penelitian ini mengatasi kesulitan hidupnya. Dukungan sosial telah terbukti memiliki keterkaitan dengan stres pengasuhan ibu, dimana semakin tinggi dukungan yang diterima maka akan semakin rendah tingkat stresnya, seperti yang disebutkan dalam penelitian Kusnadi (2022). Ketiga partisipan ini memiliki harapan terhadap masa depan anak mereka yang besar.

Menurut Ryff (2014), individu yang memiliki tujuan hidup cenderung memiliki arah dan makna yang positif dalam hidupnya. Harapan terkait masa depan anaknya menjadi tujuan hidup bagi ketiga partisipan ini, sehingga mereka termotivasi untuk mengatasi kesulitan yang dihadapinya.

Selain itu, perubahan dalam diri partisipan juga membantu mereka mengatasi kesulitan hidup. Hidup bersama anak autis memang tidak mudah, namun partisipan merasakan perubahan positif dalam diri mereka. Mereka menjadi lebih tenang, tidak bingung, dan tidak mudah emosi karena dekat dengan Allah. Sejalan dengan penelitian Rahmah (2018), menunjukkan bahwa pendalaman agama dapat membantu seseorang menghayati keyakinan atau agama yang dianutnya, dan menerapkan dengan baik dalam kehidupannya.

Ryff (2014) menyatakan bahwa seseorang yang mengalami pertumbuhan pribadi menunjukkan ciri-ciri seperti mampu melihat potensi dalam diri dan mampu terbuka untuk meningkatkan pengetahuan, adanya kesadaran terkait kemajuan untuk kedepannya, mampu

menyadari kemajuan yang terjadi dalam diri, mengalami kemajuan sebagai bentuk yang menggambarkan peningkatan tentang diri, dapat mengerti perkembangan yang ada pada diri.

Partisipan dalam penelitian ini juga berupaya untuk menangani masalah terkait anak yang mengalami gangguan autis, dengan upaya mencari mencari bantuan dari orang terdekat saat anak mengalami kesulitan. Partisipan seterusnya tidak meratapi tentang keadaan anak yang mengalami gangguan autis, tetapi selalu berusaha untuk melakukan afirmasi pada dirinya sendiri bahwa diluar sana masih banyak yang kurang beruntung.

Partisipan penelitian ini mempunyai keterampilan untuk mengatasi kendala pada saat mengasuh anak, sekaligus mampu beradaptasi dengan lingkungan dan mengabaikan komentar negatif dari orang lain. Hal ini memiliki kesesuaian dengan pernyataan oleh Mangunsong (2011), menyatakan bahwa setiap orang tua rentan menemukan kritikan yang dilontarkan oleh orang lain mengenai permasalahan ketika mengatasi kondisi anak, dan sering menanggung beban dari respon masyarakat yang tidak pantas. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Faruqi (2018), yang menyatakan bahwa semua subjek memiliki tingkat dominasi yang tinggi terhadap lingkungan dan berusaha untuk berbaur dan berinteraksi dengan lingkungannya tanpa menciptakan atau mengendalikan lingkungan seperti yang diinginkan subjek.

Ryff (2014), menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai penguasaan terhadap lingkungan menggambarkan ciri-ciri seperti dapat mengendalikan dan memiliki kemampuan untuk menangani lingkungan sekitarnya, dapat menggunakan peluang yang tersedia secara efektif, mampu menentukan dan juga membuat hubungan yang seimbang dengan kepentingan dan nilai pribadi, serta dapat mengarahkan peraturan yang berawal dari aktivitas eksternal.

Ada hal-hal yang memungkinkan partisipan dalam penelitian ini untuk beradaptasi dengan kondisi anaknya, termasuk dukungan orang terdekat ketika mereka mengalami kesulitan dalam mengasuh anak dan membutuhkan bantuan. Namun, partisipan tetap memiliki kemandirian dalam menyelesaikan aktivitas sehari-harinya. Hal ini sejalan dengan Ryff (2014), yang mengatakan bahwasanya seseorang yang menggambarkan kemandirian terdapat ciri-ciri seperti melakukan suatu hal sendiri tanpa bergantung pada orang lain, dapat menetap dalam suatu tuntutan sosial untuk bekerja pada cara tertentu, mampu menata perilaku yang dapat sesuai dengan diri, mampu melakukan evaluasi dirinya sendiri dengan menentukan standar pribadi.

Sebagai keseluruhan, riset ini mengindikasikan bahwasanya walaupun harus menjalani kehidupan bersama dengan anak yang mengalami gangguan autis, partisipan penelitian ini telah berhasil menjalani kehidupan sehari-hari sebagaimana ibu pada umumnya. Meskipun menghadapi berbagai tantangan terkait keterbatasan anak dan respon negatif dari lingkungan sekitar, partisipan penelitian ini tidak menyerah dan tetap bersemangat dalam merawat anak meskipun anak mereka tidak sama dengan anak normal pada umumnya.

Partisipan penelitian ini sudah memandang bahwa semua yang telah terjadi dalam hidup adalah ketetapan yang paling baik dari Tuhan, maka dari itu partisipan telah melalui penerimaan juga bersyukur atas situasi yang dialami. Selain itu, partisipan pantang menyerah pada keadaan yang sulit. Bahkan partisipan penelitian ini terus berupaya dalam menangani beragam tantangan yang partisipan hadapi pada saat merawat anak autis, yang paling utama saat menghadapi komentar tidak baik dari lingkungannya terkait keterbatasan anak partisipan.

Partisipan penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam mengatasi kesulitan saat merawat anak yang memiliki keterbatasan. Dukungan dan bantuan dari orang-orang terdekat menjadi penguat bagi mereka agar terus semangat untuk mengasuh anak autis. Selain itu, partisipan menyadari bahwa mereka mempunyai kemampuan dan potensi untuk merawat dan

mendidik anak mereka dengan cara terbaik. Harapan mereka sangat besar terkait melihat pertumbuhan dan perkembangan dapat lebih maksimal juga memotivasi agar dapat menjadikan mereka seorang ibu yang memberikan terbaik untuk anaknya serta tercapai dalam merawat anak mereka yang memiliki gangguan autis.

## Kesimpulan

Menurut hasil dan pembahasan yang disajikan dalam riset ini, menyimpulkan bahwa dengan memiliki anak autis tidak memiliki dampak negatif pada kesejahteraan psikologis para partisipan dalam riset ini. Setiap partisipan menampakkan gambaran *psychological well being* yang berbeda-beda dalam yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis menurut Ryff.

Pada partisipan pertama yaitu M, terlihat bahwa M menunjukkan penekanan pada dimensi pertumbuhan pribadi dalam gambaran *psychological well being*. M tidak merasa semakin terpuruk dalam menghadapi kehidupan dengan anak autis. M mengaku bahwa saat mengetahui kondisi anak, ia berusaha terus menerus untuk mencari tahu dan mengetahui tentang perkembangan anak, dimana hal tersebut membuat tumbuh kembang anak semakin baik.

Pada partisipan kedua yaitu D, menunjukkan penekanan pada dimensi otonomi dalam gambaran *psychological well being*. Hal ini dibuktikan D dalam kehidupannya yang mampu untuk menyelesaikan pekerjaan sehari-harinya tanpa hambatan yang signifikan karena anaknya yang memiliki keterbatasan. Meskipun kehadiran anak autis bukanlah impian D dan keluarganya, namun hal itu tidak menghalangi D dalam menjalani kehidupannya.

Pada partisipan ketiga yaitu I, menunjukkan penekanan pada dimensi penerimaan diri dalam gambaran *psychological well being*. I mampu menerima kehadiran anak autis dengan ikhlas tanpa menganggapnya sebagai beban hidup yang harus ditanggung bersama suaminya. I juga selalu bersyukur atas segala yang dianugerahkan kepadanya sebagai takdir Allah yang harus diterima dengan lapang dada.

## Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, peneliti ingin menyampaikan beberapa saran yang dapat membantu :

### 1. Penelitian Masa Depan

Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang juga berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis ibu yang mempunyai anak autis. Menggali lebih mendalam tentang peran faktor keluarga, peran ayah dalam pengasuhan anak autis, dan faktor-faktor sosial budaya dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif dalam meningkatkan *psychological well being* ibu.

### 2. Dukungan Sosial

Program dukungan sosial yang dirancang khusus untuk ibu yang memiliki anak autis dapat memberikan ruang untuk berbagi pengalaman, memperoleh informasi yang relevan, dan mengurangi isolasi sosial. Serta adanya fasilitas kelompok dukungan atau forum online dapat menjadi platform yang efektif untuk ibu-ibu saling mendukung dan berbagi sumber daya.

### 3. Edukasi dan Informasi tentang Autism

Meningkatkan pengetahuan tentang autisme pada ibu dapat membantu mereka memahami kebutuhan khusus anak mereka dan mengembangkan strategi pengasuhan yang efektif.

### 4. Pada Keluarga

Diharapkan untuk keluarga agar selalu memberikan dukungan dan semangat kepada ibu yang memiliki anak autis karena hal tersebut sangat dibutuhkan oleh setiap ibu yang memiliki anak autis.

### Daftar Pustaka

- Ali, Y. (2015, Oktober 7). Kejam! Ayah ini tega bunuh anaknya yang autis karena lelah mengurusnya. News.detik.com: <https://news.detik.com/berita/3038883/kejam-ayahini-tega-bunuh-anaknya-yang-autis-karena-lelah-mengurusnya#>
- Auliya, I. A. D. (2014). Hubungan antara kepribadian hardiness dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak cerebral palsy. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(3).
- Athari, P., Ghaedi, L., & Azlina. (2013). Mothers' depression and stress, severity of autism among children and family income. *International Journal Of Psychological Research*, Vol. 6(2): 98-106.
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). Using thematic analysis in psychology, qualitative research in psychology. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 3(2), 77–101. <http://Dx.Doi.Org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Budiarti, E., & Hanoum, M. (2019). Koping stres dan dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *SOUL: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 11(1), 44-61.
- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian kualitatif & desain riset: memilih di antara lima pendekatan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Davison, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2014). *Psikologi abnormal edisi ke-9*. Raja Grafindo Persada.
- Desiningrum, R. D. (2016). *Psikologi Anak berkebutuhan khusus*. Yogyakarta : Psikosain.
- Dewi, S. K. (2012). *Kesehatan mental*. Semarang : UPT UNDIP Press.
- Eva, N. Bisri, M. (2018). *Kesejahteraan psikologis siswa cerdas istimewa*. Malang : Fakultas Pendidikan Psikologi (Fpsi).
- Faruqi, H. (2018). *Psychological well being pada atlet difabel*. Skripsi Tidak Diterbitkan, Universitas Muhammadiyah, Surakarta
- Ghonyah, Z. Savira, I. S. (2015). Gambaran psychological well being pada perempuan yang memiliki anak down syndrome. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(3).
- Gumilang, G. S. (2016). Metode penelitian kualitatif dalam bidang bimbingan dan konseling. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(2).
- Hartono, J. (2018). *Metode pengumpulan dan teknik analisis data*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan manusia*. Alih Bahasa : Isti Wijayanti. Erlangga.
- Iftikhar, N., & Butt, A. K. (2013). Psychological well-being and parental concern of children with autism. *JRCRS*. 1 (1), 21-27.
- Indiarti, P. T., & Rahayu, P. P. (2020). Penerimaan ibu yang memiliki anak autis. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 5(1), 34.

- Ismail, Idris. (2015, Desember 3). Tega, bocah autis asal pijay ditelantarkan orangtuanya. *aceh.tribunnews.com*: <https://aceh.tribunnews.com/2015/12/03/tega-bocah-autis-asal-pijay-ditelantarkan-orang-tuanya>
- Jannah, M., Kamsani, S. R., & Ariffin, N. M. (2021). Perkembangan usia dewasa: tugas dan hambatan pada korban konflik pasca damai. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 7(2), 114-143. [Http://Dx.Doi.Org/10.22373/Bunayya.V7i2.10430](http://Dx.Doi.Org/10.22373/Bunayya.V7i2.10430)
- Kartikasari, Y. N. (2013). Body dissatisfaction terhadap psychological well being pada karyawati. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(02). <https://doi.org/10.22219/Jipt.V1i2.1585>
- Kependudukan.lipi.go.id/id/berita/53-mencatatcovid19/941-mendukung-anak-anakpenyandang-autisme-selama-masa-pandemik-covid-19.
- Khorini'mah, S. M., & Kamala, I. (2020). Peran orang tua dalam melatih disiplin pada anak tunagrahita. *Journal On Teacher Education*, 2(1), 59-65. <https://doi.org/10.31004/Jote.V2i1.909>
- Kusumastuti, N. A. (2014). Stres ibu tunggal yang memiliki anak autis. *Jurnal Psikologi*, 02(07).
- Liwarti. (2013). Hubungan pengalaman spiritualitas dengan psychological well being pada penghuni pelayaran. *Jurnal Sains Dan Praktek Psikolog*, Vol 1.
- Mangunsong, F. (2011). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus jilid kedua*. Depok: LPSP3 UI.
- Marettih, A. K. E., & Wahdani, S. R. (2017). Melatih kesabaran dan wujud rasa syukur sebagai makna coping bagi orang tua yang memiliki anak autis. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 16(1), 13-31. <http://Dx.Doi.Org/10.24014/Marwah.V16i1.3561>
- 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. <https://doi.org/10.24036/Rapun.V10i1.105017>
- Miranda, D. (2013). Strategi coping dan kelelahan emosional (emotional exhaustion) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2). <http://Dx.Doi.Org/10.30872/Psikoborneo.V1i2.3283>
- Nirmala, A. P. (2013). Tingkat kebermaknaan hidup dan optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. *Developmental And Clinical Psychology*, 2(2).
- Pasyola, N. E., Abdullah, A. M., & Puspasari, D. (2021). Peran parenting self-efficacy dan optimisme terhadap psychological well-being ibu yang memiliki anak intellectual disability. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 131-142. <https://doi.org/10.15575/Psy.V8i1.12645>
- Poerwandari, E. K. (2013). Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran Dan Pendidikan Psikologi (LPSP3).
- Pradana, A. P., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan antara dukungan sosial suami dengan psychological well-being pada ibu yang memiliki anak autisme. *Jurnal Empati*, 6(2), 83-90. <https://doi.org/10.14710/Empati.2017.19734>

- Purwanti, D. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara resiliensi dengan psychological well-being pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme. *Jurnal Empati*, 7(1), 283-287. <https://doi.org/10.14710/Empati.2018.20219>
- Putri, B. P. P., & Paryontri, R. A. (2022). Psychological well-being a housewives who have children with special needs. *Academia Open*, 7, 10-21070. <https://doi.org/10.21070/Acopen.7.2022.5098>
- Rahayuningsih, S. I., & Andriani, R. (2011). Gambaran penyesuaian diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di banda aceh. *Idea Nursing Journal*, 2(3). <https://doi.org/10.52199/Inj.V2i3.6379>
- Rahmah, H. (2018). Pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap kualitas hidup remaja penyandang disabilitas fisik. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 11 (23), 19.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy And Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Santana, I. P., & Istiana, I. (2019). Hubungan antara religiusitas dengan hardiness pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di slb negeri Binjai. *Jurnal Diversita*, 5(2), 142-148. [10.31289/Diversita.V5i2.2839](https://doi.org/10.31289/Diversita.V5i2.2839)
- Sari, S. F. M., Binahayati, B., & Taftazani, B. M. (2017). Pendidikan bagi anak tuna grahita (Studi Kasus Tunagrahita Sedang Di SLB N Purwakarta). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/Jppm.V4i2.14273>
- Sa'diyah, S. (2016). Gambaran psychological well-being dan stres pengasuhan ibu dengan anak autisme. *Malang: Universitas Muhammadiyah, Diakses Tanggal, 11*, 394-399.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. ALFABETA.
- Sunu, C. (2012). *Unlocking autism*. Yogyakarta: Lingtang Terbit.
- Suteja, J. (2014). Bentuk dan metode terapi terhadap anak autisme akibat bentukan perilaku sosial. *Edueksos: Jurnal Pendidikan Sosial dan Ekonomi*, 3(1). [10.24235/edueksos.v3i1.325](https://doi.org/10.24235/edueksos.v3i1.325)