

# Psychological Well-Being pada Ibu yang Memiliki ABK

by Fadillah 212303003

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

---

**Submission date:** 13-Aug-2025 09:41AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2728946096

**File name:** skripsi\_ALHAMDULILLAH\_ACC\_removed.pdf (1.11M)

**Word count:** 54132

**Character count:** 319515

**35**  
**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA IBU  
YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**12**  
**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**FADILLAH**  
212303003

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA  
2025**

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Ibu merupakan individu yang berperan dalam mengandung dan melahirkan anak, sehingga para ibu memiliki harapan untuk anaknya terlahir dan tumbuh berkembang dalam kondisi sehat secara fisik maupun psikis. Namun, kelahiran anak dalam beberapa kasus memiliki kondisi yang berbeda, dimana anak tersebut lahir dalam keadaan kurang sehat, sampai memiliki kekurangan. Kondisi anak yang lahir dalam keadaan tersebut dinamakan dengan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).<sup>122</sup>

ABK ialah anak yang secara signifikan berbeda dalam aspek fisik, psikologis, kognitif, maupun fungsi kemanusiaannya. Hal ini sejalan seperti yang disampaikan Abdullah (2013)<sup>4</sup> bahwa istilah berkebutuhan khusus diberikan kepada individu yang memiliki perbedaan atau kelainan dari rata-rata perkembangan secara umum, dimana dapat dilihat dari fisik, mental, maupun perilaku. Anak-anak berkebutuhan khusus memiliki beberapa kategori, diantaranya seperti tunanetra (gangguan penglihatan), tunarungu (gangguan pendengaran), tunagrahita (intelektual di bawah rata-rata), tunadaksa (gangguan pada keberfungsian anggota tubuh untuk bergerak), tunalaras (gangguan mengendalikan emosi dan kontrol sosial), kesulitan belajar, gangguan komunikasi, gangguan perilaku, ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*), dan autisme.<sup>72</sup>

Laporan yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada Februari 2024, tercatat bahwa populasi ABK di Indonesia mencapai 1,6 juta (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2025a). Lebih lanjut, laporan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (2025b) menunjukkan jumlah siswa berkebutuhan khusus di Yogyakarta yaitu sebanyak 1.479 anak. Berdasarkan 1.479 anak tersebut menunjukkan bahwa sejumlah ibu melahirkan ABK di Yogyakarta.

Anak dalam masa perkembangannya cenderung melekat pada pengasuh utamanya atau dalam hal ini ibu. Hal ini didukung oleh teori kelekatan Bowlby bahwa kelekatan pada anak terhadap figur lekatnya (ibu atau pengasuh utamanya) diakibatkan adanya pola tingkah laku anak yang terbentuk dimana membutuhkan kedekatan dengan figur tersebut (Aryanti, 2015). Kelekatan ini bukan sekedar kedekatan fisik, tapi juga hubungan emosional yang memberikan rasa aman, dukungan eksplorasi dunia, dan dasar bagi hubungan sosial di masa depan bagi anak (Bowlby, 1989). Bowlby (1989) mengatakan hal itu terbentuk dari masa bayi yang sering berinteraksi dengan ibunya, tidak merasa tertekan ketika bersama ibunya, serta ibu orang yang merawat dan memberikan rasa nyaman pada anak.

Ibu adalah orang yang lebih cenderung mudah merasa sedih, malu, dan kecewa karena memiliki anak berkebutuhan khusus, hal ini karena ibu merasa bahwa dirinya orang yang berperan utama dalam hal-hal yang terjadi pada anaknya (Lestari & Mariyarti, 2015). Ibu memiliki intensitas yang lebih tinggi dalam berinteraksi langsung dengan anaknya, dibandingkan seorang

ayah (Sujito, 2017). Maka dari itu, ibu yang melahirkan ABK, tentunya akan merasa sedih dengan kondisi yang dialami anaknya (Putri & Paryontri, 2022). Hal ini sejalan dengan pendapat Ghoniyah dan Savira (2015) bahwa ibu yang memiliki ABK lebih cenderung mengalami kerentanan psikologis karena sering merasakan emosi dan perasaan negatif dari keterlibatan yang lebih banyak dalam proses pengasuhan anak.

Kerentanan psikologis tersebut dapat dirasakan ketika ibu mengasuh anak yang memasuki usia kanak-kanak. Menurut Hurlock (1989) usia kanak-kanak yaitu berada di rentang 2-13 tahun. Usia rentang masa kanak-kanak ini merupakan masa dimana anak mengalami perubahan-perubahan dalam perilaku seperti cenderung memberontak, nakal, tegas, menjelajah, serta menuntut dan menolak perhatian. Perubahan perilaku anak tersebut, lalu menjadikan situasi orang tua tidak sama lagi seperti mengasuh anak bayi, dimana orang tua menjadi cenderung kritis dan bertindak menghukum anak. Hal ini dikarenakan orang tua menganggap anak sudah lebih mandiri dan tidak lagi memerlukan perawatan atau perhatian besar seperti ketika bayi, sehingga jika anak tidak memenuhi harapan, maka orang tua akan kritis dan bertindak menghukum anak. Menurut Syah (2020), ketidapatuhan anak dalam usia ini yang tidak sesuai dengan harapan orang tua dapat terlihat dari perilaku yang tidak mematuhi <sup>67</sup> aturan dan norma yang berlaku di masyarakat. Maka dari itu, pada masa kanak-kanak, ibu sebagai aktor utama dalam pengasuhan dan perawatan ABK menghadapi berbagai tantangan baru.

Sari dan Qomariyah (2023) mengatakan bahwa orang tua yang memiliki ABK membutuhkan mental yang sehat untuk menjaga, mendampingi, maupun menerima kondisi anak tersebut. Hal tersebut karena aspek fisik, psikologis, kognitif, dan kemampuan sosial ABK yang cenderung berbeda tahap perkembangannya, maka terdapat perbedaan pula dalam mencapai tujuan-tujuan atau kebutuhannya, sehingga untuk memaksimalkan potensinya itu memerlukan penanganan yang terlatih (Kristina & Widayanti, 2016). Pengoptimalan pengasuhan ABK memerlukan kesejahteraan psikologis untuk menumbuhkan sikap dan jiwa yang positif (Putri & Paryontri, 2022). Apsaryanthi dan Lestari (2017) juga mengatakan kesejahteraan psikologi yang optimal secara tidak langsung berkontribusi pada kualitas pola asuh yang lebih baik untuk mendukung perkembangan anak secara optimal.

Menurut Ryff (1989b) kesejahteraan psikologi atau *Psychological Well-Being* (PWB) merupakan kondisi dimana seseorang terbebas dari tekanan mental, memiliki perspektif positif terhadap kehidupannya, memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, serta dapat mengontrol tindakannya agar selaras dengan tujuan hidup yang ingin dicapai. Lebih lanjut, Hamburger (Asmarani & Sugiasih, 2019) mengatakan bahwa seseorang dengan kesejahteraan psikologi yang tinggi merasa percaya diri dalam menjalani kehidupan, mendapatkan dukungan dari lingkungan, merasa puas dengan kehidupannya.

Karin, Noviekayati, dan Pasarina (2023) memaparkan bahwa mempunyai ABK adalah hal yang sulit untuk dijalankan orang tua, karena hal

ini dapat membawa beban fisik dan mental yang nantinya juga akan menimbulkan respon emosional tertentu. PWB dilansir menjadi hal yang penting bagi ibu karena hal ini secara tidak langsung akan berdampak pada pola asuh terhadap anak (Rahmadani, 2023). Maka, capaian yang tidak optimal PWB pada ibu, berdampak pada timbulnya stres dan pengasuhan yang buruk pada anak (Sa'diyah, 2016). Hal ini sejalan dengan pendapat Apsaryanthy dan Lestari (2017) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologi yang optimal secara tidak langsung berkontribusi terhadap kualitas pola asuh yang lebih baik, sehingga mendukung perkembangan anak secara maksimal. Pengasuhan ABK yang optimal memerlukan kesejahteraan psikologis agar dapat menumbuhkan sikap dan jiwa yang positif (Putri & Paryontri, 2022).

Namun pada kenyataannya, tidak semua ibu memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal. Hal tersebut terlihat dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 19 Februari dan 19 Maret 2025 untuk melihat kondisi ibu yang memiliki ABK melalui wawancara. Pertama, peneliti melihat kondisi ibu DPW yang memiliki anak retardasi mental berinisial NMP. Ibu DPW menceritakan perasaan marah, sedih, dan bersalahnya ketika mengetahui anaknya didiagnosis tersebut. Ibu DPW mengaku bahwa ia merasa marah dan bertanya-tanya kepada Tuhan mengapa ia dipilih menjadi ibu yang memiliki ABK. Sedangkan, perasaan sedih dan bersalah dikarenakan ketika mengandung, ia mengalami masalah rumah tangga yang membuatnya stres hingga depresi, sehingga anaknya ketika dalam kandungan sering menjadi pelampiasan emosi negatif. Awalnya, ibu DPW cenderung menyembunyikan

anaknyadi dalam rumah karena merasa malu dan belum menerima kondisi anaknyatersebut. Ibu DPW juga mengaku bahwa pernah kehilangan kontrol diri karena merasa lelah dan stres merawat anaknya, sehingga ketika melihat perilaku anaknya dikondisi tersebut ia marah dan memukul NMP. Ibu DPW mulai berproses menerima, ketika ibunya meninggal dunia dan membuat dirinya sadar bahwa ia yang satu-satunya bertanggung jawab dalam mengurus anaknya. Ibu DPW mengatakan bahwa sejauh ini dirinya berusaha memberikan pengasuhan yang terbaik kepada NMP karena adanya dukungan sosial dari lingkungan. Ibu DPW sering berkonsultasi dengan temannya yang berprofesi psikolog untuk mendapatkan informasi dan belajar memahami kondisi anaknya.

Kedua, peneliti melihat kondisi ibu K yang memiliki anak autisme berinisial MR. Ibu K menceritakan ketika pertama kali mengetahui anaknya didiagnosis tersebut ia merasa sedih, bahkan hingga kini perasaan sedih tersebut masih ada dan dirinya mengaku sedang berproses untuk menerima. Namun, di sisi lain ibu K juga merasa bersyukur atas kehadiran MR dan kebermaknaan hidupnya berubah ketika MR hadir. Ibu K melihat MR sebagai anugerah dan titipan dari Tuhan yang harus dirawat dengan baik. Ibu K juga memiliki perasaan berserah pada Tuhan dengan terus berdoa agar kondisi anaknya dapat membaik. Ibu K juga mengatakan tempat berceritanya hanya kepada Tuhan untuk mendapatkan ketenangan maupun membuatnya terus kuat dalam merawat MR. Ibu K merasa takut terhadap masa depan anaknya jika

dirinya tidak ada, namun ibu K tetap berusaha mengajari dan menemani MR agar nantinya ia dapat mandiri di masa depan.

Ketiga, NE merupakan ibu dari ZNA yang didiagnosis *down syndrome*. Ibu NE menceritakan ketika pertama kali mengetahui diagnosis tersebut merasa sedih, hingga khawatir apakah lingkungan akan menerima ZNA atau tidak. Maka, dengan kehadiran anaknya, terdapat tujuan hidup baru di ibu NE yang muncul. Tujuan hidup tersebut seperti keinginan ibu NE agar anaknya diterima lingkungan, sehingga ia berusaha mendekatkan ZNA ke keluarga. Namun, ibu NE juga mengatakan dengan jujur bahwa dirinya pernah tidak mengontrol diri dan tanpa sadar meninggikan suara, hingga memukul ZNA. Ibu NE juga mengatakan merasa rendah diri dengan orang tua yang memiliki anak normal, apalagi ketika berkegiatan acara yang sama dengan mereka. Ibu NE mengaku hal yang terus mendorong dirinya berusaha merawat ZNA dengan baik karena adanya dukungan sosial dari keluarga yang sudah menerima kondisi anaknya.

Hasil wawancara kepada ibu DPW, K, dan NE memberikan gambaran awal dari kondisi PWB pada ibu yang memiliki ABK. Perasaan atau reaksi emosional mereka ketika mengetahui diagnosis anaknya, sejalan dengan pendapat Nirmala (2013) bahwa beragam reaksi ketika mengetahui kondisi ABK seperti terkejut, menyangkal dan tidak percaya, sedih, cemas, menolak keadaan, tidak mampu dan malu, marah, serta bersalah.

Kondisi ibu DPW dan NE yang dapat kehilangan kontrol, hingga marah dan memukul anaknya berkaitan dengan temuan Kuhn, Ford, dan

Dawalt (2018) bahwa orang tua yang memiliki ABK dapat mengalami stres dan tidak sejahtera secara psikologis. Namun, dengan adanya dukungan sosial yang menjadi faktor PWB, mereka berusaha untuk menerima kondisi, hingga memberikan perawatan yang terbaik untuk anaknya. Hal ini sejalan dengan penelitian Dityo dan Satwika (2023) bahwa <sup>101</sup> adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan kondisi kesejahteraan psikologi seseorang.

Sedangkan, kondisi ibu K berkaitan dengan faktor spiritualitas yang menjadi harapan yang memengaruhi PWB pada diri seseorang (Unterrainer, Ladenhauf, Moazed, Wallner-Liebmann, dan Fink, 2010). Spiritualitas pada ibu K juga dikarenakan rasa syukur dari kehadiran MR. Menurut Emmons (2003) bahwa rasa syukur <sup>4</sup> berkaitan penting dengan pengkondisian positif yang dipersepsikan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologi seseorang. Sejalan dengan itu, Yuliasari, Wahyuningsih, dan Sulistyarini (2018) mengatakan bahwa seseorang yang memaknai situasi yang dialaminya sebagai bagian dari kehendak Tuhan atau sebagai cara untuk memperoleh pemahaman dan kekuatan dari-Nya, cenderung menunjukkan respons yang lebih positif, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, maka dapat dirangkum menjadi proses PWB pada ibu yang memiliki ABK, yaitu tahap awal dimana pada tahap ini terkait reaksi emosional ibu ketika pertama kali mengetahui anaknya memiliki kebutuhan khusus, seperti cenderung sedih, marah, dan merasa bersalah. Tahap selanjutnya yaitu tahap penyesuaian, dimana ibu mulai mengumpulkan informasi dan belajar memahami kondisi anak, serta pada

tahap ini ibu masih khawatir dan cemas mengenai masa depan anaknya. Tahap selanjutnya yaitu tahap adaptasi, dimana ibu mulai menerima dan memiliki harapan terhadap masa depan anaknya, serta pada tahap ini menunjukkan ibu memiliki makna hidup baru dari kehadiran anaknya. Tahap terakhir yaitu tahap tumbuh dan menguat, dimana ibu mampu menjalani peran sebagai ibu dari ABK dengan bangga dan percaya diri.

Berdasarkan penemuan-penemuan tersebut, maka disimpulkan bahwa ibu yang memiliki ABK terkait erat pada keadaan PWB. PWB pada seorang ibu memiliki peran krusial, karena berdampak besar terhadap kemampuannya dalam menemukan kebahagiaan, terutama dalam proses menerima dan merawat ABK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika PWB pada ibu yang memiliki ABK. Adapun penelitian ini tidak mengkhususkan pada satu jenis gangguan ABK saja, dengan maksud agar gambaran yang diperoleh berbeda dari sudut pandang masing-masing ibu dengan kondisi yang beragam.

#### **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam dinamika *Psychological Well-Being* (PWB) pada ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

### C. <sup>49</sup>Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat teoritis

- a) Memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas dan memperkaya wawasan maupun wacana psikologi, khususnya berkaitan dengan dinamika serta faktor-faktor yang memengaruhi PWB pada ibu yang memiliki ABK. <sup>79</sup>Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai bagaimana ibu menghadapi tantangan mengasuh ABK.

#### <sup>68</sup>2. Manfaat Praktis

- a) Bagi ibu yang memiliki ABK

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk membantu para ibu yang memiliki ABK untuk memahami dinamika dan faktor-faktor yang memengaruhi PWB pada dirinya. Pengetahuan dan pemahaman ini dapat membantu mereka dalam menghadapi tantangan merawat maupun mengasuh ABK.

- b) Bagi keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran keluarga terhadap kondisi ibu yang memiliki ABK, sehingga mereka dapat memberikan dukungan emosional yang lebih baik serta meminimalkan konflik dalam keluarga.

- c) Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan *awareness* pada

masyarakat terhadap kondisi ibu dengan ABK, sehingga dapat membantu mengurangi stigma negatif, memperluas pemahaman, serta mendorong dukungan sosial yang lebih baik.

d) Bagi tenaga profesional

Penelitian ini diharapkan dapat membantu tenaga profesional, seperti psikolog, konselor, dan pekerja sosial dalam memberikan layanan pendampingan dan intervensi bagi ibu yang memiliki ABK.

#### D. Keaslian Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan ini akan mengacu pada beberapa penelitian kualitatif terdahulu tentang PWB dan ibu yang memiliki ABK. Penelitian-penelitian tersebut yaitu sebagai berikut.

Pertama, penelitian kualitatif Putri dan Paryontri (2022) yang menggunakan pendekatan fenomenologi, dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara. Partisipan sebanyak 3 orang sebagai sumber informasi, ditambah 3 orang *significant others* untuk konfirmasi maupun penambahan informasi. Partisipan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik snowball sampling, dengan kriteria ibu rumah tangga yang tidak bekerja dan berusia antara 30 hingga 40 tahun. Hasil penelitian menunjukkan ketiga partisipan memiliki aspek-aspek dan faktor-faktor PWB. Penemuan penelitian juga menunjukkan terdapat pengaruh lain yang mendukung PWB, yaitu rasa syukur, penyesuaian diri, konsep diri, dan regulasi yang ada pada ketiga partisipan.

Kedua, penelitian kualitatif Saragih dan Istiningtyas (2023) menggunakan pendekatan fenomenologi, dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penelitian ini melibatkan lima orang ibu yang memiliki anak dengan gangguan pendengaran (tunarungu) sebagai partisipan penelitian. Pemilihan partisipan yaitu teknik *purposive sampling*, dengan kriteria ibu berusia 34-35 tahun dan memiliki anak yang bersekolah di YPAC Palembang selama lebih dari tiga tahun. Hasil penelitian menunjukkan kelima partisipan mencapai kesejahteraan psikologis dengan melalui berbagai pengalaman dalam hidup, dan sudah dapat menerima kondisi anaknya yang tunarungu. Lebih lanjut, penelitian ini juga mengidentifikasi beberapa faktor yang memengaruhi PWB, yaitu dukungan sosial yang diberikan oleh suami, orang tua, serta keluarga besar.

Ketiga, penelitian kualitatif Ghoniya dan Savira (2015) menggunakan pendekatan studi kasus, dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara. Partisipan penelitian disaring menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria wanita yang telah menikah dan memiliki anak dengan *down syndrome*. Penelitian ini melibatkan tiga orang ibu sebagai partisipan utama, serta dua orang *significant others* dari masing-masing partisipan. Hasil penelitian menunjukkan partisipan pertama lebih menonjolkan aspek pertumbuhan pribadi dengan dikaruniai anak *down syndrome*. Partisipan kedua lebih menonjolkan aspek penerimaan diri terkait kondisi dirinya yang dikaruniai anak *down syndrome*. Partisipan ketiga lebih menonjolkan aspek penguasaan

lingkungan, dimana ia lebih memilih bekerja sebagai guru PNS dan melimpahkan tugas mengurus anak kepada suami.

Keempat, penelitian kualitatif Rahmadani (2023) menggunakan pendekatan studi kasus, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Partisipan penelitian disaring menggunakan *purposive sampling*, dengan jumlah dua orang ibu yang memenuhi kriteria usia lebih dari 35 tahun dan memiliki anak berusia 10 hingga 12 tahun. Hasil penelitian menunjukkan partisipan pertama tergolong cukup baik, dimana 4 dari 6 aspek *psychological well-being* tergambar dalam diri individu. Sedangkan, partisipan kedua tergolong sangat baik, dimana 6 aspek *psychological well-being* tergambar pada individu.

Kelima, penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Syauqi dan Khoirunnisa (2023) menggunakan pendekatan studi kasus, dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara semi terstruktur. Partisipan penelitian disaring menggunakan *purposive sampling*, dengan jumlah tiga orang ibu yang memenuhi kriteria usia 20-40 tahun, memiliki anak autis, dan berkeinginan menjadi responden penelitian, serta satu *significant other*. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa walaupun para partisipan harus menjalani kehidupan bersama anak dengan autis, mereka tetap mampu menjalankan peran sebagai ibu seperti halnya ibu-ibu lainnya.

32

Tabel 1.1. Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian Terdahulu	Persamaan	Perbedaan
Penelitian Putri dan Paryontri (2022)	Pendekatan penelitian kualitatif fenomenologi.	I. Teknik pengumpulan data dengan wawancara saja.

		<p>102</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Partisipan penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik <i>snowball sampling</i>.</li> <li>Kriteria partisipan yaitu ibu rumah tangga yang tidak bekerja dan berusia 30 hingga 40 tahun.</li> <li>Data primer diambil dari 40 orang partisipan dan 3 orang <i>significant others</i> dari masing-masing partisipan.</li> </ol>
Penelitian Saragih dan Istiningtyas (2023)	<p>60</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Pendekatan penelitian kualitatif dengan fenomenologi.</li> <li>Teknik pengumpulan data dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi.</li> <li>Pemilihan partisipan dengan teknik <i>purposive sampling</i>.</li> </ol>	Partisipan penelitian ibu yang memiliki anak tunarungu, dengan kriteria usai 34-35 tahun dan bersekolah di YPAC.
Penelitian Ghoniya dan Savira (2015)	Pemilihan partisipan dengan <i>purposive sampling</i> .	<p>33</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus.</li> <li>Teknik pengumpulan data dengan wawancara saja.</li> <li>Partisipan penelitian ibu yang memiliki anak down syndrome dengan dua orang <i>significant others</i> dari masing-masing partisipan.</li> </ol>
Rahmadani (2023)	<p>57</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Pemilihan partisipan dengan <i>purposive sampling</i>.</li> <li>Teknik pengumpulan data dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi.</li> </ol>	<p>16</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus.</li> <li>Partisipan penelitian yaitu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus berusia 35 tahun dan anak berusia 10 sampai 12 tahun.</li> </ol>
Syauqi dan Khoirunnisa (2023)	Pemilihan partisipan dengan <i>purposive sampling</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Teknik pengumpulan data dengan wawancara saja.</li> <li>3. Partisipan penelitian ibu yang memiliki anak autisme berusia 20-40 tahun dengan jumlah tiga orang dan satu <i>significant other</i></li> </ol>
--	--	---

Tabel 1.2. Kategori yang Paling Mendekati dengan Penelitian Sebelumnya

Kategori	Penelitian Paling Mendekati
Keaslian Topik	Peneliti <sup>55</sup> Putri dan Paryontri (2022) mengambil topik PWB pada ibu rumah tangga yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
Keaslian Teori	Penelitian Putri dan Paryontri (2022), Saragih dan Istiningtyas (2023), Ghoniya dan Savira (2015), Rahmadani (2023), serta Syauqi dan Khoirunnisa (2023) menggunakan landasan teori PWB dari Ryff.
Keaslian Alat Ukur	Penelitian Saragih <sup>75</sup> dan Istiningtyas (2023), serta Rahmadani (2023) menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk mengumpulkan data.
Keaslian Partisipan Penelitian	Penelitian Rahr <sup>2</sup> dani (2023) mengambil partisipan penelitian yaitu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus berusia 35 tahun dan anak berusia 10 sampai 12 tahun. Namun, yang membedakan pada penelitian ini tidak mengkategorikan khusus usia ibu dan memiliki kategori usia ABK yaitu rentang 3-12 tahun.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian yang dilakukan peneliti dapat dikategorikan murni atau asli, karena tidak memiliki kesamaan secara keseluruhan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, baik dari segi fokus, metode, maupun karakteristik partisipan yang diteliti.

**METODE PENELITIAN****A. Desain Penelitian**

Penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan metode kualitatif. Menurut Sugiyono (2018), penelitian kualitatif memiliki tujuan meneliti kondisi objek secara alamiah, dengan peneliti sebagai instrumen utama, menggunakan triangulasi, dan hasil penelitian difokuskan dalam memahami makna, mengungkap keunikan, mengkonstruksi fenomena, serta menemukan hipotesis. Lebih lanjut, Sugiyono (2018) mendeskripsikan tujuan paling penting penelitian kualitatif adalah mendapatkan pemahaman dan mengeksplorasi fenomena utama pada objek yang dikaji. Penelitian kualitatif juga dikatakan dapat memberikan wawasan yang mendalam serta mengungkap aspek-aspek unik yang mungkin tidak terlihat dalam pendekatan lain. Sisi lain, Creswell (2013) menyatakan bahwa penelitian kualitatif berangkat dari asumsi dasar, serta memanfaatkan kerangka teoritis atau interpretasi yang membentuk dan memengaruhi studi terhadap permasalahan penelitian. Pendekatan ini berfokus pada pemahaman makna dalam konteks sosial atau kemanusiaan, sehingga menghasilkan wawasan yang lebih mendalam terkait fenomena yang diteliti.

Penelitian kualitatif ini menggunakan desain fenomenologi. Creswell (2013) menjelaskan bahwa studi fenomenologi adalah jenis penelitian yang bertujuan untuk memahami esensi makna dari suatu fenomena berdasarkan

pengalaman langsung yang dialami oleh beberapa individu. Pendekatan ini berfokus pada cara individu memberikan makna terhadap pengalaman mereka dalam konteks tertentu. Sejalan dengan itu, Nuryana, Pawito, dan Utari (2019) juga berpendapat bahwa penelitian fenomenologi merupakan sebuah penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan fenomena dan makna suatu kondisi atau peristiwa pada kelompok. Menurut Manen (Creswell, 2013), tujuan paling penting dari fenomenologi adalah mereduksi pengalaman individu terhadap suatu fenomena hingga menghasilkan deskripsi tentang makna atau inti dari pengalaman tersebut. Lebih lanjut, Moustakas (Creswell, 2013) berpendapat bahwa deskripsi fenomena tersebut mencakup hal apa yang dialami individu serta bagaimana mereka mengalami fenomena tersebut.

#### B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian mengacu pada tempat pelaksanaan penelitian atau mengumpulkan data yang diperlukan untuk mendukung studi yang dilakukan. Penempatan lokasi penelitian pada penelitian kualitatif bertujuan untuk memfokuskan pengambilan data primer dan hasil penelitian terkait fenomena yang terjadi di tempat tersebut. Lokasi penelitian dapat ditentukan pada area geografis tertentu, kelompok, atau institusi yang memiliki karakteristik sesuai dengan tujuan penelitian. Penelitian ini dilakukan di Yogyakarta, hal ini dengan pertimbangan latar belakang bahwa laporan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (2025b) menunjukkan jumlah siswa berkebutuhan khusus di Yogyakarta yaitu sebanyak 1.479 anak. Berdasarkan

1.479 anak tersebut menunjukkan bahwa sejumlah ibu melahirkan ABK di Yogyakarta.

Lokasi pengumpulan data primer dan sekunder bertempat di rumah masing-masing partisipan dan sekolah anaknya. Partisipan 1 beserta *significant others* di desa Sanggarahan dan Somadaran, Kec. Gamping, Kab. Sleman. Partisipan 2 beserta *significant others* di desa Somadaran dan Titibumi Barat, Kec. Gamping, Kab. Sleman. Partisipan 3 beserta *significant others* di desa Trini dan Titibumi Barat, Kec. Gamping, Kab. Sleman. Partisipan 4 beserta *significant others* di desa Gabahan dan Titibumi Barat, Kec. Gamping, Kab. Sleman. Partisipan 5 beserta *significant others* di desa Trini dan Titibumi Barat, Kec. Gamping, Kab. Sleman.

### C. Partisipan Penelitian

<sup>46</sup> Penelitian ini menerapkan teknik *non-probability sampling*. Menurut Sugiyono (2018), *non-probability sampling* adalah metode penyaringan sampel dengan anggota populasi yang hanya masuk dalam kriteria saja yang dapat mendapatkan <sup>13</sup> peluang atau kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Yin (Firmansyah, 2022) berpendapat bahwa penelitian kualitatif sering menerapkan teknik *non-probability sampling* karena lebih berfokus pada sampel berukuran kecil dan bertujuan untuk memahami fenomena kehidupan nyata, bukan untuk menarik kesimpulan statistik yang mewakili populasi secara luas.

Penelitian ini menerapkan *purposive sampling* sebagai teknik pemilihan partisipan. Menurut Maxwell (Firmansyah, 2022) *purposive sampling* merupakan strategi pemilihan partisipan penelitian, dimana seseorang atau fenomena tertentu dipilih secara sengaja karena diyakini dapat menggambarkan atau memberikan informasi krusial mengenai hal tersebut. Firmansyah (2022) berpendapat bahwa kelebihan strategi ini yaitu biayanya yang rendah, efisien waktu, dan cocok untuk tujuan eksplorasi. Sedangkan, kelemahannya adalah data yang diperoleh tidak dapat digeneralisasi.

Penyaringan partisipan dalam penelitian ini dilakukan dengan *purposive sampling* dan kriteria sebagai berikut:

1. Ibu yang memiliki ABK.
2. Tinggal serumah dengan ABK tersebut.
3. Usia ABK 2-13 tahun.

#### <sup>45</sup> D. Sumber Data

##### 1. Data Primer

Menurut Sugiyono (2018), sumber data primer merupakan data yang diperoleh langsung dari partisipan penelitian di lapangan. Data primer merupakan data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dari sumbernya tanpa perantara, dengan menggali informasi langsung dari partisipan penelitian. Penelitian ini memiliki sumber data primer dari ibu yang memiliki ABK.

## 2. Data Sekunder

Menurut Sugiyono (2018), sumber data sekunder adalah data yang bukan diperoleh langsung melalui partisipan penelitian, tetapi dikumpulkan melalui pihak lain atau dokumen yang relevan dengan penelitian. Data sekunder, yang juga dikenal sebagai sumber data kedua, diperoleh secara tidak langsung dari partisipan penelitian. Data ini dapat dikumpulkan melalui pihak lain, dokumen, jurnal, serta berbagai studi referensi lainnya yang mendukung penelitian. Penelitian ini memperoleh data sekunder dari orang terdekat partisipan, seperti keluarga, serta dari jurnal dan sumber referensi lainnya yang mendukung serta melengkapi data penelitian.

### E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data memiliki peran krusial pada penelitian, karena tujuan utamanya untuk memperoleh data. Berdasarkan sumbernya, data dapat dikumpulkan dari sumber primer maupun sekunder. Menurut Sugiyono (2018), data primer adalah gambaran kondisi yang diperoleh langsung dari partisipan penelitian di lapangan, sedangkan data sekunder merupakan gambaran kondisi yang dikumpulkan melalui pihak lain. Metode pengumpulan data primer melalui wawancara dan observasi, sedangkan data sekunder diperoleh melalui *significant others* dan jurnal yang relevan dengan penelitian.

## 1. Wawancara

Wawancara digunakan <sup>29</sup> ketika peneliti ingin melakukan studi pendahuluan guna mengidentifikasi permasalahan yang akan diteliti. Selain itu, wawancara digunakan lebih lanjut ketika peneliti ingin memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dari partisipan penelitian (Sugiyono, 2018). Macam-macam teknik wawancara pada penelitian, seperti wawancara terstruktur, semi-struktur, dan tidak terstruktur.

Penelitian ini menerapkan teknik wawancara semi struktur selama proses pengumpulan data. Peneliti memilih menggunakan teknik ini karena wawancara semi struktur lebih bebas dibandingkan terstruktur, namun juga terarah dibanding tidak terstruktur. Peneliti berupaya menggali data secara terbuka, namun tetap menjaga kendali agar proses wawancara berlangsung <sup>82</sup> sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai. Hal ini memungkinkan partisipan untuk berbagi pengalaman secara bebas, namun tetap dalam batasan yang relevan dengan fokus penelitian. Menurut Sugiyono (2018), <sup>42</sup> wawancara semi-terstruktur bertujuan untuk menggali permasalahan secara lebih terbuka, di mana partisipan diberikan kesempatan untuk mengungkapkan pandangan, pengalaman, serta ide-ide mereka dengan fleksibel, namun tetap dalam kerangka topik yang telah ditentukan oleh peneliti.

## 2. Observasi

Menurut Hasanah (2017),<sup>38</sup> observasi merupakan proses pengamatan yang dilakukan secara sistematis terhadap aktivitas manusia dan lingkungan fisik, di mana kegiatan tersebut berlangsung secara alami dan berkelanjutan untuk memperoleh data. Lebih lanjut, Hasanah (2017) berpendapat bahwa observasi kualitatif tidak terikat oleh kategorisasi pengukuran tertentu, serta respon partisipan tidak ditentukan atau diperkirakan sebelumnya. Menurut Lofland (dalam Hasanah, 2017), terdapat empat tipe pengamat dalam observasi, yaitu partisipan penuh partisipan sebagai *observer*, *observer* sebagai partisipan, dan *observer* penuh.

Penelitian ini mencrapkan tipe *observer* penuh. Menurut Chadwick, Bahr, dan Albrecht (Hasanah, 2018), *observer* penuh artinya peneliti datang langsung untuk melihat, mengamati, dan mencatat peristiwa tanpa terlibat dalam kejadian yang diamati. Peneliti memilih tipe ini karena ingin melihat, mengamati, dan menganalisis *psychological well-being* pada partisipan, namun secara natural atau tidak ingin mengkondisikan situasi khusus, serta partisipan tidak mengetahui bahwa observasi sedang dilakukan.

Menurut Kusdiyati dan Fahmi (2020), teknik pencatatan data dalam observasi yaitu, *behavior tallying* dan *charting* (mencatat tingkah laku dalam bentuk frekuensi), *checklist* (mencatat tingkah laku yang telah diketahui), *rating scale* (mencatat tingkah laku dengan peringkat paling

baik dan buruk), *anecdotal record* (mencatat tingkah laku yang tidak diantisipasi akan terjadi), *narrative description* (mencatat tingkah laku dengan apa adanya), *diary description* (mencatat perkembangan aspek-aspek secara kronologis usia), dan *participation chart* (sama dengan checklist, namun partisipan lebih dari satu orang). Penelitian ini menerapkan *checklist* sebagai teknik pencatatan dalam observasi. Kusdiyati dan Fahmi (2020) menjelaskan *narrative description* digunakan guna mencatat perilaku apa adanya, namun tetap dalam konteks tertentu. Pencatatan dilakukan dengan mendeskripsikan perilaku yang ditemukan peneliti.

#### F. Proses dan Panduan Wawancara

Menurut Lincoln dan Guba (Sugiyono, 2018), proses wawancara<sup>19</sup> untuk mengumpulkan data dalam penelitian kualitatif, yaitu:

1. Menentukan siapa yang akan diwawancarai.
2. Menyiapkan pokok-pokok permasalahan yang akan dibahas.
3. Memulai atau membuka jalannya wawancara.
4. Melaksanakan wawancara sesuai dengan alur yang telah ditentukan.
5. Mengonfirmasi ringkasan hasil wawancara dan mengakhirinya.<sup>19</sup>
6. Mencatat hasil wawancara sebagai temuan lapangan.
7. Mengidentifikasi langkah selanjutnya berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh tersebut.

### G. Prosedur Analisis Data dan Interpretasi

Sugiyono (2018) mengatakan bahwa proses pengumpulan dan penyusunan data secara sistematis disebut analisis data, dengan tujuan menjawab pertanyaan penelitian atau rumusan masalah. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan temuan lapangan ke dalam kategori tertentu, kemudian merincinya menjadi bagian-bagian kecil, menyusun pola, mengidentifikasi informasi utama yang relevan, serta merumuskan kesimpulan agar dapat dipahami oleh peneliti maupun pihak lain. Lebih lanjut, menurut Sugiyono (2018), analisis data kualitatif bersifat induktif, yakni sebuah proses menganalisis berdasar pada temuan lapangan, kemudian dikembangkan menjadi sebuah hipotesis. Selanjutnya, melalui teknik triangulasi, hipotesis tersebut dapat berkembang menjadi sebuah teori.

Nasution (Sugiyono, 2018) menyatakan bahwa analisis data sudah dilakukan sejak tahap perumusan maupun penjelasan masalah, sebelum peneliti memasuki lapangan, dan berlanjut hingga tahap penulisan hasil penelitian. Menurut Sugiyono (2018), pada penelitian kualitatif, pengaliansian data cenderung difokuskan selama proses di lapangan dan berlangsung bersamaan dengan pengumpulan data. Penelitian ini menerapkan analisis data berdasarkan metode Riessman.

Menurut Riessman (Creswell, 2013), metode analisis data dalam studi fenomenologi terdiri dari beberapa tahap berikut:

1. Organisasi data, yaitu tahapan pembuatan maupun pengorganisasian file guna menyusun data penelitian.

2. Pembacaan, yaitu tahapan pembacaan keseluruhan teks, pembuatan catatan lapangan, serta pembuatan kode awal.
3. Mendeskripsikan data menjadi kode dan tema, yaitu tahapan penguraian hal yang dirasakan dan dialami individu, serta pendeskripsian fenomena yang diteliti.
4. Mengklasifikasikan data menjadi kode dan tema, yaitu tahapan pengidentifikasian aspek-aspek penting dan mengelompokkannya berdasarkan unit makna.
5. Menafsirkan data, yaitu tahapan pengembangan deskripsi tekstural mengenai hal yang terjadi, deskripsi struktural tentang fenomena yang dialami, serta merumuskan makna dari fenomena tersebut.
6. Menyajikan dan memvisualisasikan data, yaitu tahapan penyampaian narasi mengenai esensi pengalaman dalam bentuk tabel, gambar, atau pembahasan tertulis.

#### H. Pengujian Keabsahan

Temuan atau data dalam penelitian kualitatif dapat dianggap valid apabila tidak terdapat perbedaan antara hasil yang dilaporkan oleh peneliti dengan kejadian sebenarnya yang terjadi di lapangan. Keabsahan data dalam penelitian kualitatif mencakup uji kredibilitas, *transferability*, *dependability*, dan *confirmability*. Pengujian keabsahan pada penelitian ini menerapkan uji kredibilitas melalui teknik triangulasi.

Stainback (Sugiyono, 2018) menyatakan bahwa tujuan triangulasi tidak sekadar menemukan kebenaran suatu fenomena, melainkan untuk memperdalam pemahaman peneliti terhadap temuan yang diperoleh. Menurut Sugiyono (2018), triangulasi merupakan teknik pengujian keabsahan data melalui penggabungan beberapa metode pengumpulan data guna menguji kredibilitas data yang diperoleh. Lebih lanjut, Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa triangulasi diartikan sebagai tahapan pengonfirmasian data melalui berbagai metode, sumber, ataupun waktu pengambilan data untuk memastikan keakuratannya. Penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber sebagai pengujian keabsahan data.

Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa tujuan triangulasi metode yaitu menguji kredibilitas data dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai metode. Data pada penelitian ini dikumpulkan dari tiga metode berbeda, kemudian dianalisis dengan membandingkan kesamaan dan perbedaan pandangan untuk menghasilkan kesimpulan yang akurat.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Pelaksanaan Penelitian**

###### **a) Tahap Persiapan**

Peneliti memulai proses penelitian dengan menyusun proposal penelitian yang memuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, tinjauan pustaka, dan metodologi yang digunakan. Setelah proposal disusun dan disetujui oleh dosen pembimbing dan penguji, peneliti mengajukan izin penelitian kepada pihak-pihak terkait, termasuk instansi atau komunikasi tempat partisipan berada. Selain itu, peneliti juga menyusun pedoman wawancara mendalam yang dirancang secara semi-terstruktur. Pedoman ini bertujuan untuk menggali berbagai aspek-aspek PWB berdasarkan teori-teori yang relevan, sambil tetap membuka ruang bagi partisipan untuk bercerita secara bebas dan alami sesuai pengalaman pribadi mereka. Peneliti juga membuat pedoman observasi dengan menggunakan teknik *checklist* untuk mencatat perilaku non-verbal dan situasi sekitar yang dapat mendukung pemahaman terhadap pengalaman partisipan secara lebih holistik.

Persiapan lainnya yaitu peneliti juga mulai menjalin komunikasi awal dengan komunitas atau instansi yang menaungi partisipan untuk mengenalkan tujuan penelitian, membangun rasa

percaya, serta memastikan keterlibatan partisipan dilakukan secara sukarela.

b) Teknik dan Proses Penentuan Partisipan

Penentuan partisipan<sup>52</sup> dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan partisipan secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Setelah partisipan diidentifikasi, peneliti menjalin komunikasi dengan komunitas atau instansi yang menaungi partisipan, seperti SLB dan PAUD tempat anak partisipan bersekolah untuk menjelaskan tujuan penelitian, membangun *rapport*, dan memastikan kesediaan partisipan secara sukarela. Setelah partisipan menyatakan bersedia, peneliti memberikan penjelasan mengenai hak partisipan, seperti kerahasiaan data, dan kebebasan untuk menghentikan keterlibatan kapan saja.

2. Pengambilan Data Penelitian

a) Tahap Awal

Peneliti memulai proses pengambilan data dengan menjalin hubungan awal (*rapport*) dengan partisipan secara informal. Tujuannya adalah membangun rasa nyaman dan aman agar partisipan merasa bebas dalam mengekspresikan pengalaman pribadinya. Tahap ini dilakukan melalui komunikasi santai, pendekatan empatik, dan penjelasan kembali tentang tujuan penelitian serta hak-hak partisipan. Setelah partisipan menyatakan kesediannya, peneliti meminta

persetujuan secara tertulis melalui *informed consent*. Proses ini menegaskan bahwa partisipasi bersifat sukarela, rahasia akan dijaga, dan partisipan berhak menghentikan keterlibatannya kapan saja tanpa konsekuensi.

b) Proses Wawancara

Wawancara dilakukan secara mendalam menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur dengan teori PWB dari Ryff (1989b) sebagai landasan. Peneliti memberikan pertanyaan terbuka yang memungkinkan partisipan bercerita secara naratif, sambil tetap mengarahkan percakapan pada aspek-aspek PWB yang ingin digali. Wawancara berlangsung dalam *setting* terbuka, dan suasana santai maupun privat. Durasi wawancara tergantung pada kenyamanan dan ketersediaan waktu partisipan, namun peneliti memastikan seluruh aspek-aspek dibahas dalam proses wawancara. Peneliti juga memperhatikan ekspresi wajah, bahasa tubuh, serta perubahan emosi yang tampak selama wawancara. Seluruh proses wawancara direkam dengan izin partisipan. Hasil wawancara dimuat dalam tabel *coding* untuk selanjutnya dilakukan analisis data.

c) Proses Observasi

<sup>43</sup> Observasi dilakukan berdasarkan pedoman observasi yang telah disusun sebelumnya dengan teknik *checklist* berlandaskan teori PWB dari Ryff (1989b). Aspek-aspek PWB yang diamati mencakup perilaku dan ekspresi non-verbal, suasana lingkungan, maupun cara

ibu memperlakukan anaknya. Peneliti melakukan observasi tipe *observer* penuh yaitu tidak melakukan pengkondisian apapun, melainkan peneliti langsung melihat, mengamati, dan mencatat peristiwa tanpa terlibat dengan kejadian yang diamati. *Setting* observasi natural (perilaku muncul secara alami), *covert* (partisipan tidak mengetahui pengobservasian), dan non-partisipan (peneliti tidak terlibat dalam pengkondisian perilaku). Hasil observasi digunakan untuk memperkaya pemahaman terhadap konteks gambaran dinamika PWB partisipan.

d) Akhir Proses Pengambilan Data

Tahap ini ditandai dengan peneliti memastikan seluruh aspek PWB sudah mendapatkan gambarannya dan bahwa setiap partisipan telah diperlakukan dengan penuh hormat, kerahasiaan dijaga, dan proses ditutup dengan ucapan terima kasih secara personal.

Pengambilan data penelitian ini dimulai pada tanggal 9 Mei 2025-4 Juli 2025 dengan lokasi pengambilan data di rumah masing-masing partisipan. Adapun peneliti juga mendapatkan dokumentasi diagnosis masing-masing anak partisipan sebagai tambahan data pendukung. Berikut <sup>32</sup> jadwal dan prosedur pengambilan data dalam penelitian ini.

Tabel 4.1 Jadwal, Tempat, Metode, dan Tujuan Pengambilan Data Partisipan 1

No.	Sasaran	Hari dan Tanggal	Tempat	Metode	Tujuan
1.	Partisipan 1	Selasa, 27 Februari 2025	PAUD Mutiara Hati	Wawancara	Mengetahui gambaran awal PWB ibu

2.	Partisipan 1	Jumat, 9 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara, Observasi, dan Dokumentasi	Mengetahui gambaran dinamika PWB ibu
3.	<i>Significant Other</i> 1 Partisipan 1	Sabtu, 10 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>
4.	Partisipan 1	Rabu, 14 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara dan Observasi	Menggali lebih lanjut gambaran dinamika PWB ibu
5.	<i>Significant Other</i> 2 Partisipan 1	Jumat, 4 Juli 2025	Rumah <i>Significant Other</i>	Wawancara	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>

Tabel 4.2 Jadwal, Tempat, Metode, dan Tujuan Pengambilan Data Partisipan 2

No.	Sasaran	Hari dan Tanggal	Tempat	Metode	Tujuan
1.	Partisipan 2	Selasa, 4 Maret 2025	Rumah Partisipan	Wawancara	Mengetahui gambaran awal PWB
2.	Partisipan 2	Jumat, 9 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara dan Observasi	Mengetahui gambaran dinamika PWB ibu
3.	<i>Significant Other</i> 1 Partisipan 2	Minggu, 11 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>
4.	Partisipan 2	Kamis, 15 Mei 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara dan Observasi	Menggali lebih lanjut gambaran dinamika PWB ibu
5.	Partisipan 2	Senin, 26 Mei 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara dan Observasi	Menggali lebih lanjut gambaran dinamika PWB ibu
6.	<i>Significant Other</i> 2 Partisipan 2	Rabu, 4 Juni 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara dan Dokumentasi	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>

Tabel 4.3 Jadwal, Tempat, Metode, dan Tujuan Pengambilan Data Partisipan 3

No.	Sasaran	Hari dan Tanggal	Tempat	Metode	Tujuan
1.	Partisipan 3	Senin, 10 Maret 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara	Mengetahui gambaran awal PWB

2.	Partisipan 3	Selasa, 13 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara, Observasi, dan Dokumentasi	Mengetahui gambaran dinamika PWB ibu
3.	<i>Significant Other 1</i> Partisipan 3	Rabu, 14 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>
4.	Partisipan 3	Minggu, 18 Mei 2025	<sup>124</sup> SLB Rela Bhakti I Gamping	<sup>73</sup> Wawancara dan Observasi	Menggali lebih lanjut gambaran dinamika PWB ibu
5.	Partisipan 3	Senin, 26 Mei 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara dan Observasi	Menggali lebih lanjut gambaran dinamika PWB ibu
6.	<i>Significant Other 2</i> Partisipan 3	Rabu, 4 Juni 2025	SLB	Wawancara dan Observasi	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>

Tabel 4.4 Jadwal, Tempat, Metode, dan Tujuan Pengambilan Data Partisipan 4

No.	Sasaran	Hari dan Tanggal	Tempat	Metode	Tujuan
1.	Partisipan 4	Selasa, 11 Maret 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara	Mengetahui gambaran awal PWB
2.	Partisipan 4	Sabtu, 24 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara, Observasi, dan Dokumentasi	Mengetahui gambaran dinamika PWB ibu
3.	<i>Significant Other 1</i> Partisipan 4	Minggu, 25 Mei 2025	Rumah Partisipan	Wawancara	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>
4.	Partisipan 4	Sabtu, 31 Mei 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara dan Observasi	Menggali lebih lanjut gambaran dinamika PWB ibu
5.	<i>Significant Other 2</i> Partisipan 4	Rabu, 4 Juni 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>

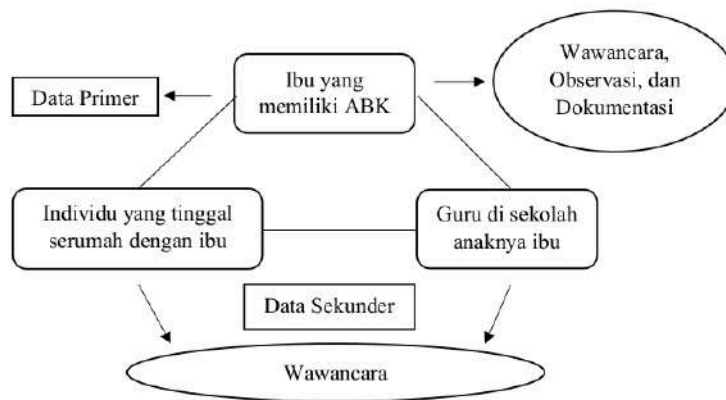
Tabel 4.4 Jadwal, Tempat, Metode, dan Tujuan Pengambilan Data Partisipan 4

No.	Sasaran	Hari dan Tanggal	Tempat	Metode	Tujuan
-----	---------	------------------	--------	--------	--------

1.	Partisipan 5	Senin, 2 Juni 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara	Mengetahui gambaran awal PWB
2.	Partisipan 5	Rabu, 4 Juni 2025	Rumah Partisipan	Wawancara, Oservasi, dan Dokumentasi	Mengetahui gambaran dinamika PWB ibu
3.	<i>Significant Other 2</i> Partisipan 5	Rabu, 4 Juni 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>
4.	<i>Significant Other 1</i> Partisipan 5	Kamis, 5 Juni 2025	Rumah Partisipan	Wawancara	Mengkonfirmasi dan menggali lebih dalam mengenai gambaran dinamika PWB ibu melalui <i>significant other</i>
5.	Partisipan 5	Sabtu, 14 Juni 2025	SLB Rela Bhakti I Gamping	Wawancara dan Observasi	Menggali lebih lanjut gambaran dinamika PWB ibu

### 3. Pengujian Keabsahan Data <sup>18</sup>

Pengujian keabsahan data dalam penelitian ini diuji menggunakan uji *credibility* yaitu triangulasi. Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan metode. Triangulasi sumber yaitu peneliti melakukan wawancara dan menemukan beberapa kesamaan antara data yang diambil dari 5 orang partisipan dan 7 orang *significant others* (terdiri dari masing-masing seorang anggota keluarga yang tinggal bersama partisipan dan guru-guru yang mengajar di sekolah anak-anak partisipan). Triangulasi metode yaitu peneliti memadukan wawancara dan observasi dengan berlandaskan pedoman aspek-aspek PWB, serta dokumentasi dari hasil pemeriksaan psikologi dari anak seluruh partisipan. Demikian dapat dikatakan bahwa data utama penelitian telah diperkuat dan didukung oleh data sekunder dari *significant others* dan dokumentasi.



Gambar 4.1 Triangulasi Sumber dan Metode

#### 4. Temuan Hasil Penelitian

##### a) Aspek <sup>1</sup> Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

<sup>15</sup> Penerimaan diri merupakan aspek kesejahteraan yang sering muncul dan dianggap sebagai ciri utama dari kesehatan mental, serta sebagai karakteristik aktualisasi diri yang menggambarkan keberfungsian diri secara optimal. Lebih lanjut, <sup>62</sup> penerimaan diri pada teori perkembangan manusia, berkaitan dengan penerimaan masa kini dan masa lalu, yang dengan demikian itu individu memiliki sikap positif terhadap diri sendiri sebagai karakteristik utama dari fungsi psikologis yang positif (Ryff, 1989b).

Berdasarkan hal di atas, maka penerimaan diri dapat dilihat dari penerimaan masa kini, masa lalu, dan memiliki sikap positif kepada diri sendiri. Penerimaan akan masa kini digambarkan melalui menerima kelebihan dan kekurangan diri, memiliki harapan yang

realistis terhadap keadaannya, dan menerima keadaan diri yang kurang beruntung di lingkungan tanpa harus merasa sedih maupun marah. Hal ini diambil dari Hjelle & Ziegler (Kusumaningsih, 2017) bahwa individu yang mampu menerima dirinya cenderung dapat mentoleransi situasi yang menekan atau membuat frustrasi, serta mampu menerima kelebihan dan kekurangannya tanpa merasa sedih atau marah. Lebih lanjut, Hjelle & Ziegler (Kusumaningsih, 2017), juga menyatakan bahwa individu yang mampu menoleransi berbagai pengalaman yang mengecewakan, menghadapi situasi yang tidak diharapkan, serta menerima kondisi dirinya yang kurang menguntungkan di tengah lingkungan tanpa diliputi perasaan marah atau sedih, menunjukkan bahwa ia memiliki penerimaan diri yang positif. Hal ini juga didukung oleh Jersild (Gamayanti, 2016), individu yang memiliki penerimaan diri ditandai dengan harapan yang realistis terhadap diri sendiri dan sikap menghargai diri secara wajar. Artinya, individu tersebut menetapkan harapan yang sesuai dengan kapasitas pribadinya. Ia percaya pada standar dan pemahaman tentang dirinya sendiri tanpa bergantung pada pandangan orang lain. Ia juga mampu mengenali keterbatasannya tanpa melihat dirinya secara tidak rasional, yakni tetap menyadari kekurangan tanpa menyimpulkan bahwa dirinya tidak berharga. Individu tersebut mampu mengenali potensi diri dan merasa bebas untuk mengekspresikan keinginan atau

kehendaknya. Selain itu, ia juga menyadari kelemahan yang dimilikinya tanpa terjebak dalam sikap menyalahkan diri.

Sedangkan, proyeksi dari penerimaan masa lalu digambarkan melalui menerima segala hal yang terjadi dalam hidup meskipun individu tidak menyukainya dan mengerti bahwa tidak segala hal sesuai dengan keinginannya, bersedia dan sadar dalam menerima maupun menjalani kehidupannya, serta tidak frustrasi atas kejadian yang tidak pernah diinginkan. Hal ini diambil dari Neff dan Germer (Febriana & Rahmasari, 2021) yang menjelaskan bahwa penerimaan diri mencerminkan kemampuan individu untuk menerima berbagai peristiwa dalam hidup, termasuk yang tidak disukai, serta menyadari bahwa tidak semua hal akan berjalan sesuai keinginan. Lebih lanjut, Panes (Kusumaningsih, 2017) mengemukakan bahwa penerimaan diri berkaitan dengan kesadaran dan kesiapan individu dalam menerima serta menjalani kehidupan sesuai dengan karakter kepribadiannya. Hjelle dan Ziegler (Kusumaningsih, 2017) juga mengatakan bahwa individu dikatakan memiliki penerimaan diri yang positif apabila ia mampu menoleransi pengalaman hidup yang mengecewakan, menerima kondisi yang tidak diinginkan, serta menghadapi situasi yang kurang menguntungkan di lingkungan sekitarnya tanpa merasa marah atau sedih.

Selanjutnya, memiliki sikap positif terhadap diri digambarkan melalui tidak menyalahkan diri secara terus-menerus,

menganggap diri sama seperti orang lain, dan memiliki dorongan untuk mengembangkan diri. Hal ini dirangkum dari pernyataan Jersild (Kusumaningsih, 2017) yang menyatakan bahwa penerimaan diri dapat dicapai melalui sikap realistis dalam menilai kelebihan dan kekurangan diri, menerima keadaan diri secara apa adanya tanpa merasa malu terhadap kekurangan yang mungkin kurang diterima secara sosial, serta tidak terus-menerus menyalahkan diri sendiri. Lebih lanjut, Berger (Nisa & Sari, 2020) mendefinisikan penerimaan diri sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang bersifat mandiri, tidak dipengaruhi oleh tekanan lingkungan sekitar. Individu dengan penerimaan diri juga ditandai dengan keyakinan dalam menjalani hidup, tanggung jawab pribadi, kemampuan menerima kritik dan saran secara objektif, serta tidak menyalahkan diri atas perasaan yang dimiliki terhadap orang lain. Ia memandang dirinya setara dengan orang lain, tidak merasa ditolak atau berbeda, serta tidak merasa malu atau rendah diri. Tentama (Rahmah, 2019) juga menyebutkan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, dan memiliki motivasi internal untuk berkembang sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

#### 1) Partisipan 1

Penerimaan diri pada Partisipan 1 (P1) tercermin dalam kemampuannya untuk menerima kondisi ABK yang ia miliki,

11  
baik pada masa kini maupun masa lalu, serta sikap positif terhadap dirinya sebagai seorang ibu. Ibu K menyadari bahwa anaknya memiliki kebutuhan dan cara berinteraksi yang berbeda, namun ia mencoba memaknai perilaku tersebut sebagai bentuk sensitivitas dan keterbatasan dari kondisi autisme dan ADHD, bukan sebagai kenakalan. Hal ini juga dikonfirmasi dari Hasil Pemeriksaan Psikologi (HPP) anak dari partisipan 1 yaitu 115  
*Autisme Spectrum Disorder dan Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD)*

Penerimaan diri ibu K terhadap kondisi masa kini tampak dari bagaimana ia memandang dan menyikapi keadaan anaknya apa adanya. Ia tidak menolak atau menuntut anak untuk menjadi seperti anak lain, justru ia menerima bahwa anaknya memiliki karakter yang sensitif dan belum mampu mengekspresikan keinginannya secara jelas. Meskipun belum sepenuhnya memahami kebutuhan anak dan merasa belum bisa memberikan yang terbaik, ibu K tetap menunjukkan kasih sayang dalam pengasuhannya dan menyadari keterbatasan dirinya tanpa menyalahkan anak. Harapannya terhadap masa depan anak juga realistis, ia ingin anaknya bisa mandiri dan berguna, dan usaha untuk mewujudkan harapan itu tampak dari caranya mengajarkan keterampilan rumah tangga dan menyekolahkan anak. Tentu tidak selalu mudah, dimana ia pernah merasa sedih dan marah

ketika keinginannya untuk membantu anak tidak dapat diwujudkan. Namun, ibu K memilih untuk bersabar dan menerima bahwa itulah bagian dari perjalanan yang harus dijalani.

“Iya, saya mau anak itu sebenarnya tidak nakal. Anaknya itu emang merasa sensitif, kalau yang bukan dia mau, ya nggak mau. Kadang dia itu ikut-ikut, kalau kita berdua dia ikut nimbrung, ya mungkin dia mau berteman, tapi gak bisa belum bisa ngungkapin. Ya, gitu, saya menerima.” (P1/A1/I1/B170-176)

“Memberikan kasih sayang.” (P1/A1/I1/ B180)

“Ya, saya kurang mengerti ya, apa kemauannya anak. Belum bisa memberikan yang terbaik, belum bisa, oh anaknya pengennya ini, saya belum bisa memberikan, gitu. Tapi anaknya, anak saya itu malah, nggak minta apa-apa ya, mainan, belum tahu. Makanan, apa-apa ya, belum ngerti. Cuman ya, saya merasa kurang, gitu.” (P1/A1/I1/ B185-192)

“Ya, semoga saja anak saya besok bisa mandiri, bisa seperti anak-anak biasa, yang berguna. Nah, itu harapannya.” (P1/A1/I1/B204-206)

“Iya, pernah.” (P1/A1/I1/B227)

“Ya, pas itu, ya itu, kalau anaknya awalnya mau apa, kita nggak bisa memberi, ya sedih. Kalau anaknya dibilangin tapi gak mau, ya marah. Tapi, ya itu hal biasa, memang anaknya gitu, jadi kita yang sabar.” (P1/A1/I1/ B230-234)

Melalui *significant other*, suami Ibu K melihat bahwa istrinya merawat anak dengan penuh kesabaran dan kasih, bahkan saat menghadapi anak yang sulit diajak bicara atau tantrum. Ia juga memahami bahwa istrinya menyimpan harapan agar anak bisa mandiri dan hidup layaknya anak-anak lain, sambil memperkuat diri melalui ibadah agar hatinya lebih tenang. Ketika situasi penuh tantangan, seperti ketika anak sedang tantrum atau

Ibu K sedang kelelahan, suaminya menyadari bahwa istrinya tetap berusaha menjalani semuanya dengan ketabahan.

“Ibu itu sabar, Mbak. Ngerawat R dari kecil itu kan butuh tenaga, butuh sabar. Dia yang nemenin R terus. Tantangannya ya itu, R kadang susah ngomong, terus kalo maunya gak keturutan bisa nangis lama. Tapi Ibu tetap sabar.” (SO1P1/A1/11/B12-17)

“Iya. Ibu pernah bilang pengen R bisa mandiri. Bisa hidup kayak anak-anak lainnya. Terus Ibu juga pengen bisa lebih khusyuk, perbanyak ibadah, katanya biar tenang.” (SO1P1/A1/11/B20-24)

“Pemah, Mbak. Kadang kalau R tantrum, atau Ibu lagi capek, ya keliatan mukanya sedih. Tapi ya dijalanin aja.” (SO1P1/A1/11/B28-30)

Penerimaan terhadap masa lalu juga mengalami proses yang tidak sederhana. Awal mengetahui kondisi anaknya, ibu K merasa bingung, lemas, dan belum bisa langsung menerima. Ketidaktahuan tentang autisme menjadi beban tersendiri yang memperberat awal penerimaan itu. Namun, seiring waktu dan bertambahnya pemahaman, ia mulai menerima kenyataan tersebut. Ia tidak membiarkan diri terjebak dalam rasa frustrasi, melainkan memilih untuk bersyukur dan meyakini bahwa anaknya adalah titipan Allah yang harus dijaga dengan penuh amanah. Pemaknaan ini tidak hanya membuatnya lebih kuat, tetapi juga menjadi dasar spiritual dalam menjalani hidup bersama anak.

“Iya, awal-awal itu ya, kayak belum bisa menerima ya. Lemes lah gitu, kayak anak-anak gini gitu. Lama-lama udah bisa gitu menerima. Ini menurutnya ada kekurangan gitu.” (P1/A1/12/B137-140)

“Ya, bingung. Bingung. Autis itu apa. Ya, kan belum

mengerti. Autis itu apa. Lama-lama diberi tahu, baru mengerti, ohh itu autis.” (P1/A1/I2/B273-275)  
“Berusaha disyukuri, apa yang ada pada anaknya. Iya, apa ya, hanya berusaha dijalankan, ibadah, ini anak spesial, anak surga.” (P1/A1/I2/B244-247)  
“Ini anak titipan Allah, yang harus dijaga amanah.” (P1/A1/I2/B255-256)

Melalui suaminya, menunjukkan bahwa meskipun ia telah menerima masa lalu dan menjalani perannya, ada bagian dari dirinya yang belum sepenuhnya mendapatkan perhatian, terutama dalam merawat tubuh dan kesejahteraan pribadi. Meskipun demikian, ibu K tidak menunjukkan perilaku menyalahkan anak atau kondisi masa lalu atas situasi yang dihadapinya sekarang. Ibu K tetap bersikap tenang dan tidak melampiaskan perasaan negatifnya kepada anak, bahkan ketika menghadapi kekecewaan terhadap kondisi anak.

“Kalau menurut saya kok kurang merawat diri.” (SO7P1/A1/I2/B232-233)  
“Ya, Enggak anak alasannya loh Mbak. Pokoknya kurang bisa merawat diri, kebersihan saya ndak. Saya kasihan. Saya kalau di PAUD banyak yang kurang bisa merawat itu saya kalau orangnya bisa menerima, saya kasih tahu, saya edukasi. Kalau ndak, yaudah. Itu saya perihatin sama ibunya, itu sebenarnya dia itu belum tua, baru 40-an itu. Ya toh. Tapi ya seperti itulah, hahaha.” (SO7P1/A1/I2/B235-245).

Sisi lain, suami dari ibu K mengingat betul bagaimana awalnya mereka berdua sama-sama kaget saat mendengar diagnosis anak. Ia menyebut bahwa istrinya sempat sedih dan bingung, namun perlahan mulai memahami dan menerima

keadaan. Istrinya juga sering mengingatkan bahwa kondisi anak mereka harus disyukuri karena merupakan titipan Tuhan. Proses penerimaan itu, istrinya juga aktif mencari informasi dan mencoba memahami kondisi anak sebagai sesuatu yang harus dijalani dengan sabar dan ikhlas.

“Awalnya kaget, sedih juga. Saya juga kaget, gak tau loh apa itu. Terus dikasih penjelesan, ya lama-lama mengerti. Ibunya juga lama-lama Ibu mulai bisa nerima. Katanya, yaudah dijalani aja, disyukuri. Saya juga ngomong ke Ibu, ya jalanin aja, gitu.” (SO1P1/A1/I2/B36-42)

“Pelan-pelan, Mbak. Ibu jadi sering cari tahu, terus kasih tahu ke saya, ini anak kan istimewa, harus dijaga. Jadi, ya sudah menerima, kita jalanin aja, begitu Mbak.” (SO1P1/A1/I2/B45-48)

“Allah, Mbak. Dia sering bilang ini semua titipan dari Allah, harus dijaga. Ya, kita manusia toh Mbak, harus bergantung sama Gusti Allah, harus kuat, harus dijalanin, R titipan berharga buat kita.” (SO1P1/A1/I2/B53-57)

Sikap positif terhadap diri juga tercermin dalam cara Ibu K menyikapi dirinya sendiri. Ia tidak menyalahkan diri atas kondisi anak, melainkan menyadari bahwa semuanya adalah bagian dari takdir yang harus diterima. Namun, dalam kehidupan sosial, ia mengakui adanya rasa minder karena keterbatasannya dalam mengikuti kegiatan seperti arisan atau pertemuan warga akibat fokus pada pengasuhan anak. Meski merasa berbeda dari ibu-ibu lain, ia tidak tenggelam dalam perasaan rendah diri, melainkan tetap menjalankan perannya sebisa mungkin. Ibu K juga menunjukkan dorongan untuk berkembang, dengan cara mengikuti berbagai penyuluhan dan kegiatan yang berkaitan

dengan ABK agar bisa lebih memahami dan mendampingi anak dengan lebih baik.

“Nggak kalau itu. Yasudah, yasudah takdir lah kalau itu.” (P1/A1/I3/B289-290)

“Ohh iyaa. Karena itu saya apa ya, gak bisa ikut berpartisipasi, jadi saya fokus di rumah, merawat anak gitu. Kalau anak saya rewel, tantrum, saya gak berangkat, gitu. Di arisan, berpartisipasi, pengennya ikut, tapi gimana ya, anak saya begini, begitu.” (P1/A1/I3/B298-303)

“Iya, merasa, iya iya, merasa ya kondisinya kayak begini. Jadi kadang saya minder, minder sendiri gitu. Gapapa gak berangkat, ya kalau anaknya gak rewel, berangkat, gitu.” (P1/A1/I3/ B312-315)

“Saya harus harus menawat anak saya, kebersamai anak saya, semampu saya.” (P1/A1/I3/B329-330)

Suami Ibu K juga melihat bahwa istrinya tidak pernah menyalahkan diri. Ia memahami bahwa istrinya merasa perlu terus mendampingi anak sehingga tidak bisa sering keluar rumah, namun ia juga melihat adanya semangat belajar yang kuat dalam diri istrinya. Menurutnya, Ibu K tidak hanya menerima, tapi juga ingin berkembang agar bisa memberi yang terbaik untuk anak mereka.

“Ohh, enggak Mbak. Ini udah takdir Mbak, jadi gak ada yang merasa bersalah. Semuanya udah ditakdirkan sama Allah.” (SO1P1/A1/I3/B68-70)

“Setahu saya ya Mbak, gak pernah. Gak ada merasa beda karena punya R yang gitu. Cuman yang membedakan toh harus lebih mengerti kondisinya R. Kadang dia gak bisa pergi karena R rewel atau R kan harus dijagain terus 24 jam Mbak, jadi Ibu harus tetap sama dengan R gitu.” (SO1P1/A1/I3/B74-80)

“Iya Mbak, dia sering ikut penyuluhan, kadang di posyandu atau dikasih tahu gitu kan sama orang kalau disana ada orang dari dinas datang buat anak berkebutuhan khusus gitu kan, ya dia ikut. Dia bilang biar bisa lebih ngerti R, biar R

nya bisa lebih baik gitu kondisinya." (SO1P1/A1/I3/B96-102)

Tabel 4.1 Observasi Aspek Penerimaan Diri Partisipan 1

Indikator Penerimaan Diri	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Menerima kondisi masa kini	Ibu berani menerima pujian dengan tersenyum atau mengucapkan terima kasih	✓	3 kali
	Ibu mengikuti kekurangan diri tanpa menggunakan kata-kata menyalahkan diri	✓	2 kali
	Mengajak anak dalam kegiatan ibu	✓	3 kali
Menerima kondisi masa lalu	Ibu tetap melanjutkan perannya sehari-hari sebagai ibu	✓	4 kali
	Ibu tetap merawat dirinya dalam menjalani peran sebagai ibu	✓	4 kali
	Ibu tidak memarahi anaknya karena merasa kecewa atas kondisinya	✓	4 kali
Memiliki sikap positif terhadap diri	Ibu tidak terus-menerus berkata "Ini semua salah saya" atau "Saya gagal sebagai ibu"	✓	3 kali
	Ibu berpartisipasi dalam kegiatan sosial, sekolah, atau dengan lingkungan sekitarnya	✓	4 kali
	Ibu mengikuti kegiatan pelatihan, seminar, atau mencari informasi tentang <i>parenting</i> dan tumbuh kembang ABK	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, penerimaan diri pada ibu K tampak melalui kemampuannya menerima kondisi ABK, baik di masa kini maupun masa lalu, dengan memaknai perilaku anak sebagai bagian dari karakteristik autisme dan ADHD, bukan sebagai kenakalan. Ia menunjukkan

sikap positif terhadap diri dengan tidak menyalahkan diri atas kondisi anak, tetap menjalankan peran pengasuhan dengan kasih sayang, dan memiliki harapan realistis agar anak dapat mandiri, meskipun diiringi perasaan sedih atau marah saat harapan tidak terpenuhi. Proses penerimaan masa lalu dilalui dengan rasa bingung dan kaget, namun berkembang menjadi rasa syukur dan keyakinan bahwa anak adalah titipan Tuhan yang harus dijaga, diperkuat oleh dukungan suami yang melihat kesabaran, ketekunan, dan semangat belajar istrinya. Meski terkadang merasa minder dan membatasi partisipasi dalam kegiatan sosial, ia tetap berupaya mengembangkan diri melalui penyuluhan dan kegiatan terkait ABK. Hasil observasi mengonfirmasi penerimaan diri ini melalui perilaku konsisten seperti menerima pujian, mengajak anak dalam aktivitas, merawat diri, tidak melampiaskan kekecewaan pada anak, berpartisipasi dalam kegiatan sosial, serta mengikuti pelatihan dan mencari informasi untuk mendukung tumbuh kembang anak.

## 2) Partisipan 2

Dinamika penerimaan diri pada ibu DP ditandai dengan pergulatan emosional yang cukup kompleks, terutama dalam menghadapi kondisi anaknya, NMPD, yang memiliki kebutuhan khusus berupa retardasi mental. Hal ini dikonfirmasi melalui HPP bahwa NMPD didiagnosi retardasi mental dengan tingkat sedang.

Ibu DP menunjukkan penerimaan terhadap kondisi masa kini melalui kesadaran akan kelebihan dan keterbatasan dirinya dalam mengasuh N. Ia secara jujur mengakui bahwa kelemahan utamanya adalah dalam hal kesabaran dan pengendalian emosi, terutama ketika NMPD sedang tantrum atau saat kondisi fisiknya sedang lelah. Meskipun begitu, ia mampu bersyukur situasi dengan membandingkan kondisi N dengan anak-anak lain yang memiliki keterbatasan lebih berat, sehingga ia masih bisa melihat hal positif dari situasi yang dijalani. Upaya pengelolaan emosi yang dilakukan ibu DP juga menunjukkan usaha untuk menerima keadaan, seperti menyendiri atau keluar rumah untuk menenangkan diri saat merasa emosi memuncak. Terkait harapan, Ibu DP lebih memilih fokus pada proses menerima kenyataan dan menjadi pribadi yang lebih sabar, tanpa mempertanyakan rencana Tuhan. Namun, dalam pergulatan batinnya, muncul juga ketakutan akan masa depan NMPD, yang membuatnya sempat berpikir untuk mendoakan agar Tuhan mengambil anaknya terlebih dahulu. Pemikiran ini tidak muncul dari ketidakikhlasan, melainkan dari kekhawatiran sebagai ibu yang takut akan nasib anaknya jika kelak ia tiada. Terkait mengelola perasaan ini, ia memilih berdialog dengan Tuhan dan mencari ketenangan melalui komunikasi spiritual.

“Keterbatasanku mbak kesabaran asli... saat ini masih belajar sabar.” (P2/A1/I1/B558-575)

“Untuk ngasuh N itu saya kadang masih lepas kontrol... gak bisa mengendalikan.” (P2/A1/I1/B577-589)

“Iya harus sendiri... nanti kalau sudah saya merasa saya tenang.” (P2/A1/I1/B610-615)

“Harapannya saya lebih ke sabar itu tadi mbak... tanpa mempertanyakan sama Tuhan.” (P2/A1/I1/B624-630)

“Tuhan kalau engkau izinkan, ambil anakku dulu.. saya ndak mau melihat dia sengsara nantinya.” (P2/A1/I1/B642-691)

Sikap ibu DP dalam menerima kondisi masa kini turut diperkuat oleh pengamatan anak pertamanya, GMCW, yang melihat bahwa pengendalian emosi adalah tantangan utama yang dihadapi Ibu DP. Ia menyadari bahwa dalam kondisi tertentu, terutama saat anaknya tantrum, ibu DP dapat kehilangan kontrol emosional hingga bersikap keras, meskipun kemudian ia menyesalinya dan mencoba memperbaiki dengan meminta maaf. Namun di balik itu, anak pertamanya memandang ibu DP sebagai sosok yang kuat dan sabar karena mampu bertahan dalam membesarkan ABK.

“Kalau merawat N mungkin itu sih masih dalam pengendalian emosinya kurang.” (SO2P2/A1/I1/B29-31)

“Cuma takutnya itu kita kelepasannya main tangan... manusia kan susah ngendaliin emosi ya.” (SO2P2/A1/I1/B34-53)

“Kelebihannya bunda... bisa kuat banget jadi cewek itu.” (SO2P2/A1/I1/B76-87)

“Kalau sedih itu, aku rasanya melihat bunda pengen meluk bunda.” (SO2P2/A1/I3/B127-131)

“Biar bunda bisa ngontrol emosinya... sekedar meluk atau minta maaf gitu loh.” (SO2P2/A1/I3/B140,142-154)

Proses penerimaan terhadap masa lalu yang dialami ibu DP berlangsung secara bertahap dan emosional. Saat pertama kali

mengetahui kondisi N, ia merasakan kesedihan, penyesalan, dan merasa bersalah karena tidak menikmati kehamilan akibat tekanan mental yang berat. Ia mengaitkan kondisi anaknya dengan depresinya di masa kehamilan, dan sempat menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi. Kesulitan untuk menerima kenyataan ini berlangsung cukup lama, hingga akhirnya pada tahun 2019, tepat ketika ibunya sakit, ia mulai bisa menerima kondisi NMPD secara utuh. Penerimaan ini bukanlah sesuatu yang datang secara instan, melainkan melalui perjuangan batin yang panjang. Kakak-kakak NMPD yang mampu menerima kondisi adiknya menjadi salah satu sumber kekuatan yang mendukung proses penerimaan masa lalu Ibu DP. Mereka menjadi tempat berbagi dan penguat emosional dalam menghadapi realitas yang sulit.

“Sedih. Nangis saya mbak karena merasa bersalah juga... gak merasa pokoknya bahagia aja.” (P2/A1/I2/B799-807)  
“Benar-benar bisa terima N itu belum lama... itu memang berproses tidak serta-merta langsung bisa menerima.” (P2/A1/I2/B752-761)  
“Ya minimal ada kakak-kakaknya yang mereka siap support.” (P2/A1/I2/B790-795)

*Significant other* juga menguatkan bahwa di masa lalu Ibu DP sempat merasa terpukul dan marah kepada dirinya sendiri, terutama karena menyadari kemungkinan bahwa depresinya semasa hamil berpengaruh pada kondisi anaknya. Ia juga menyebut bahwa Ibu DP mengeluh pada Tuhan karena merasa

tidak siap menerima kenyataan tersebut. Namun demikian, menurutnya, kini Ibu DP telah melalui proses keadaan dan mampu menerima kenyataan hidupnya. Anak-anak juga disebut sebagai kekuatan utama yang menopang Ibu DP untuk terus maju. Ketegaran dan kemauan untuk berdamai dengan kenyataan menjadi fondasi kuat dalam aspek penerimaan masa lalu ini.

“Marah ke dirinya sendiri... bunda juga marah ke dirinya sendiri karena dulu gitu.” (SO2P2/A1/I2/B167-176)

“Mungkin menurutku bunda berdamai sama keadaan... bisa terima keadaan yang sama.” (SO2P2/A1/I2/B208-213)

“Kami bertiga.” (SO2P2/A1/I2/B219)

Meskipun sempat berada dalam fase menyalahkan diri, saat ini ibu DP telah menunjukkan perkembangan positif dalam memandang dirinya. Ia mengakui bahwa perasaan bersalah dan penyesalan masih bisa muncul, terutama saat anaknya sedang sakit dan harus menjalani perawatan yang berat. Namun, secara umum ia telah menerima keadaan dan menjalani perannya sebagai ibu dengan semangat dan ketulusan. Ibu DP menyatakan bahwa ia tidak lagi merasa frustrasi atau mengalami tekanan mental seperti di awal, dan kini lebih menikmati kehidupannya. Ia juga tidak merasa berbeda dari ibu lainnya meski mengasuh anak berkebutuhan khusus. Sebaliknya, ia menyadari karakter dirinya sebagai pribadi introvert yang tetap mampu membuka diri dalam lingkungan yang sesuai. Kesehariannya, ibu DP menunjukkan dorongan untuk mengembangkan diri melalui

pencarian informasi terkait kebutuhan NMPD, serta <sup>85</sup> menyediakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi anak-anaknya. Hal ini menjadi wujud konkret dari sikap positif terhadap diri sendiri dan motivasi intrinsik untuk terus tumbuh.

“Cuman hanya lebih kayak awal-awal menyalahkan diri sendiri.” (P2/A1/I3/B816-821)

“Kalo sekarang sih sudah, kita terima aja... semampu kita lah untuk membesarkan.” (P2/A1/I3/B825-833)

“Ya itu tadi mbak. Saya, ya inilah aku... saya orangnya introvert.” (P2/A1/I3/B887-895)

“Tiga anak ini terutama yang kecil... membuat saya harus sanggup.” (P2/A1/I3/B924-927)

GMCW memperkuat bahwa Ibu DP pernah mengungkapkan rasa bersalahnya secara terbuka dalam momen diskusi mendalam. Namun, ia juga mengamati bahwa Ibu DP tetap menunjukkan kemauan untuk berkembang dengan mencari solusi yang sesuai dengan kondisi anak. Salah satu bentuk konkretnya adalah mencari informasi tentang tempat atau fasilitas yang aman dan sesuai untuk anaknya, termasuk memperhatikan asupan makanannya. Inisiatif ini menunjukkan bahwa Ibu DP tidak hanya bertahan, tetapi juga aktif menyesuaikan diri demi kepentingan anak-anaknya. Semangat belajar dan penyesuaian tersebut menjadi cerminan nyata dari dorongan untuk terus berkembang.

“Pernah... Kan kita kadang deceptalk apalagi menghadapi anak-anak dengan kondisi kayak gini.” (SO2P2/A1/I3/B230-233)

“Mungkin bunda juga belajar carik info-info tempat yang

bisa dan aman buat anak kayak N.” (SO2P2/A1/I3/B269-276)

Tabel 4.2 Observasi Aspek Penerimaan Diri Partisipan 2

Indikator Penerimaan Diri	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Menerima kondisi masa kini	Ibu berani menerima pujian dengan tersenyum atau mengucapkan terima kasih	✓	3 kali
	Ibu mengikuti kekurangan diri tanpa menggunakan kata-kata menyalahkan diri	✓	2 kali
	Mengajak anak dalam kegiatan ibu	✗	-
Menerima kondisi masa lalu	Ibu tetap melanjutkan perannya sehari-hari sebagai ibu	✓	5 kali
	Ibu tetap merawat dirinya dalam menjalani peran sebagai ibu	✓	5 kali
	Ibu tidak memarahi anaknya karena merasa kecewa atas kondisinya	✓	5 kali
Memiliki sikap positif terhadap diri	Ibu tidak terus-menerus berkata “Ini semua salah saya” atau “Saya gagal sebagai ibu”	✗	-
	Ibu berpartisipasi dalam kegiatan sosial, sekolah, atau dengan lingkungan sekitarnya	✓	5 kali
	Ibu mengikuti kegiatan pelatihan, seminar, atau mencari informasi tentang <i>parenting</i> dan tumbuh kembang ABK	✓	4 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, penerimaan diri pada ibu DP terlihat melalui kemampuannya mengakui keterbatasan diri, khususnya dalam pengendalian emosi saat menghadapi perilaku tantrum anak, namun tetap berupaya bersyukur dan mencari cara menenangkan diri.

Penerimaan masa kini tercermin dari fokusnya untuk menjadi pribadi yang lebih sabar dan menerima rencana Tuhan, meski sesekali muncul kekhawatiran mendalam tentang masa depan anak. Proses menerima masa lalu berlangsung panjang, diawali rasa sedih, penyesalan, dan menyalahkan diri, hingga akhirnya pada tahun 2019 ia mampu berdamai dengan kenyataan berkat dukungan anak-anaknya. Saat ini ia menjalani peran sebagai ibu dengan semangat, ketulusan, dan tanpa merasa berbeda dari ibu lain, meskipun sifat introvertnya membuatnya selektif dalam berinteraksi. Dorongan untuk berkembang terlihat dari kebiasaannya mencari informasi dan solusi terbaik bagi kebutuhan anak. Hasil observasi mengonfirmasi penerimaan diri ini melalui perilaku seperti menerima pujian, mengakui kekurangan tanpa menyalahkan diri, melanjutkan peran pengasuhan, merawat diri, tidak melampiaskan kekecewaan pada anak, berpartisipasi dalam kegiatan sosial, serta mengikuti pelatihan dan pencarian informasi terkait tumbuh kembang ABK, meskipun tidak mengajak anak dalam aktivitas ibu dan tidak selalu menghindari pernyataan menyalahkan diri.

3) Partisipan 3

Aspek penerimaan diri pada partisipan 3, yaitu Ibu NE menunjukkan dinamika penerimaan yang tumbuh dari proses panjang, emosi yang campur aduk, hingga tekad yang kuat untuk

terus mendampingi anaknya, ZNA alias S. Ibu NE menunjukkan kemampuan untuk menerima kondisi masa kini dengan cukup realistis dan berorientasi pada usaha. Ia secara aktif melatih anaknya, S, untuk mengenali benda-benda sekitar dengan mengajaknya berkomunikasi secara berulang. Upaya ini mencerminkan sikap ibu yang tidak menolak kondisi anak, melainkan fokus pada apa yang bisa dilakukan di masa kini. Meski mengakui bahwa kesabaran sering kali diuji, Ibu NE tetap menunjukkan harapan bahwa anaknya kelak akan mandiri, yang menjadi dorongan tersendiri dalam menjalani perannya sebagai ibu. Ia pun mengakui kelemahan dirinya tanpa menyalahkan diri secara berlebihan, dan menyadari perlunya kesabaran ekstra dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus.

“Ya diajak komunikasi terus aja, komunikasi. Ini selimut, kan dia paham, oh ini bantal, gitu, dia nanti paham.” (P3/A1/I1/B71-73)

“Hmm, kadang kurang sabar, kadang kurang sabar, ada itu, ya banyak sih Mbak.” (P3/A1/I1/B126-127)

“Harapannya ya, hanya besok-besok bisa mandiri gitu loh... pinginnya Ibu dia bisa mandiri lah, nggak ngerepotin orang lain gitu.” (P3/A1/I1/B256-262)

“Saya, apalagi ya Mbak ya. Ya pengen kuat lah... pengen sabarnya pengen ditambahin.” (P3/A1/I1/B295-298)

“Kadang Ibu lepas kontrol juga sih... pengennya bisa mendidik S ibu itu sampai mandiri, sampai dewasa pengennya itu.” (P3/A1/I1/B300-310)

“Kalau berat sampai depresi enggak juga sih, kadang ngerasa capek.” (P3/A1/I3/B386-387)

“Enggak, enggak, karena harus menerima. Kadang capek, kadang nangis sendiri.” (P3/A1/I3/B390-393)

Orang tua (mbah) ibu NE mendukung sepenuhnya proses penerimaan masa kini yang dijalani. Mbah melihat bahwa meskipun ibu NE terkadang lelah dan emosional, ia tetap menunjukkan semangat tinggi dalam mendampingi anaknya. Mbah menyebut bahwa ibu NE kuat, tekun, dan sabar, meskipun tidak menampik bahwa rasa kesal dan lelah kerap muncul. Bahkan saat merasa kelelahan, ibu NE tidak menyerah, melainkan terus mencari solusi seperti mengajak anaknya ke terapi dan menjalankan rutinitas harian dengan ketelatenan. Hal ini memperlihatkan bahwa lingkungan mendukung proses penerimaan ibu, baik secara emosional maupun praktis.

“Lhaaa, ibune S kuwi yo kuat banget, Mbak. Tekun, sabar, meski kadang yo njebluk. Tapi kui wajar... Tapi yo cepet adem maneh.” (SO3P3/A1/I1/B27-36)

“Harapane yo jelas Mbak, pengin S iso mandiri... Ibu kuwi pengin kuat, pengin sabare tambah.” (SO3P3/A1/I1/B72-78)

“Lho yo tau, Mbak... langsung sibuk nanya ke dokter, ngupayakake terapi.” (SO3P3/A1/I1, B542-56)

“Ndak nangis blak-blakan... langsung tangane kerja maneh.” (SO3P3/A1/I1/B101-107)

Proses menerima masa lalu, ibu NE menunjukkan sikap reflektif yang stabil. Ia mengakui bahwa pada awal mengetahui diagnosis anaknya sebagai penyandang *down syndrome* dan gangguan jantung kronis, dirinya merasa kaget dan sedih. Diagnosis ini dikonfirmasi melalui HPP bahwa diagnosis kebutuhan khusus ZNA yaitu *down syndrome* dan *vertical septal defect*. Namun perasaan tersebut tidak berkembang

menjadi penolakan. Sebaliknya, ia segera mengambil langkah aktif untuk menerima dan merawat anaknya. Ia juga berupaya memberitahu kakaknya secara perlahan agar anak sulungnya juga bisa menerima kondisi adiknya. Selama proses itu, ibu NE tidak hanya pasif menerima keadaan, tetapi aktif mencari pengobatan dan terapi, serta berbagai alternatif untuk mendukung tumbuh kembang anaknya.

“Ya kaget juga, saya sedih. Tapi mau bagaimana kan sudah titipan.” (P3/A1/I2/B46-47)

“Ya sama sih, berat juga... Alhamdulillah mendukung, membantulah.” (P3/A1/I2/B412-419)

“Ehem, iya udah gitu aja... kita harus bangkit.” (P3/A1/I2/B517-538)

“Langsung menerima, ya cuman kaget aja... baru kita deketin.” (P3/A1/I2/B563-569)

Orang terdekat melihat bahwa sejak awal ibu NE menghadapi masa lalu dengan keteguhan hati. Ia tidak larut dalam kesedihan dan memilih untuk fokus menjalani hidup. Mbah S menyatakan bahwa meski prosesnya berat, Ibu NE tetap sabar dan tekun mengasuh serta mengantar anaknya terapi. Ia menghibur anaknya, menunjukkan kasih sayang, dan menjalankan perannya sebagai ibu dengan ketekunan yang konsisten. Pandangan keluarga, ini adalah bukti nyata bahwa ibu NE tidak terjebak dalam trauma masa lalu, melainkan mengolahnya menjadi energi untuk tetap berfungsi optimal dalam peran sebagai ibu.

“Kaget, Mbak. Tapi ya menerima gitu, diurusin.” (SO3P3/A1/I2/B127-128)

“Lho yo ngono kuwi, Mbak, koyok ngasuh anak begitu,

ndak gampang. Tapi yo ditekuni.” (SO3P3/A1/I2/B89-94)  
 “Ya S gitu, harus kuat, harus dijalanin, ditekunin, itu e kayak e Mbak.” (SO3P3/A1/I1/B115-116)  
 “Iyo, kalau gak kuat, Snya gimana... Ibune harus terus ada buat S.” (SO3P3/A1/I1/B119-121)

Sikap positif terhadap diri juga tampak dalam narasi ibu NE tentang bagaimana ia memaknai keadaannya. Ia tidak menyalahkan diri sendiri, bahkan meyakini bahwa kondisi yang dialami adalah <sup>71</sup> takdir dari Tuhan yang harus diterima dengan lapang dada. Meski sempat merasa minder ketika melihat anak-anak lain yang berkembang secara tipikal, ia tidak membiarkan perasaan tersebut menenggelamkannya dalam perasaan bersalah atau malu. Sebaliknya, ia justru memilih untuk tetap bergaul dan membangun koneksi sosial, serta terus berupaya mencari informasi yang relevan demi pengembangan anaknya. <sup>47</sup> Hal ini menunjukkan bahwa ibu NE memiliki penghayatan positif terhadap dirinya sendiri dan perannya sebagai ibu.

“Enggak.” (P3/A1/I3/B462)  
 “Enggak, kayaknya udah takdir, diterima, udah gitu aja.” (P3/A1/I3/B466-468)  
 “Ehem, iya gak habis-habis, nanti malah terperuk semua.” (P3/A1/I3/B472-473)  
 “Ya, ya gitu... Gak usah, mikir gak usah, gak usah sampe banget.” (P3/A1/I3/B658-661)  
 “Ya, harus memahami, harus mengajari.” (P3/A1/I3/B692)  
 “Iya, juga ibunya, juga agar gak merepotin orang lain...” (P3/A1/I3/B698-702)

*Significant other* menguatkan sikap positif ini dengan menggambarkan ibu NE sebagai sosok yang bersemangat, rajin, dan tidak terjebak dalam rasa bersalah. Mbah menilai bahwa ibu

NE memiliki optimisme terhadap masa depan anaknya dan aktif mencari berbagai sumber informasi dan dukungan. Ia juga tetap produktif secara sosial maupun fungsional. Dukungan dari orang sekitar ini menunjukkan adanya pengakuan bahwa ibu NE bukan hanya mampu menjalani perannya, tetapi juga tumbuh dalam peran tersebut dengan penuh kesadaran dan daya juang.

“Ora, Mbak. Ibu kuwi percaya, iki kersane Gusti Allah.”  
(SO3P3/A1/I3/B81-83)

“Iya Mbak... terus sekarang yaudah, udah bisa lebih menerima.” (SO3P3/A1/I3/B130-134)

“Kalau sampai minder, ya gak Mbak” (SO3P3/A1/I3/B139)

“Wah, ibune S kuwi rajin to... semangat lah ibune S.”  
(SO3P3/A1/I3/B148-153)

Tabel 4.3 Observasi Aspek Penerimaan Diri Partisipan 3

Indikator Penerimaan Diri	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Menerima kondisi masa kini	Ibu berani menerima pujian dengan tersenyum atau mengucapkan terima kasih	✓	3 kali
	Ibu mengikuti kekurangan diri tanpa menggunakan kata-kata menyalahkan diri	✓	2 kali
	Mengajak anak dalam kegiatan ibu	✓	1 kali
Menerima kondisi masa lalu	Ibu tetap melanjutkan perannya sehari-hari sebagai ibu	✓	5 kali
	Ibu tetap merawat dirinya dalam menjalani peran sebagai ibu	✓	5 kali
	Ibu tidak memarahi anaknya karena merasa kecewa atas kondisinya	✓	5 kali
Memiliki sikap positif terhadap diri	Ibu tidak terus-menerus berkata “Ini semua salah saya” atau “Saya gagal sebagai ibu”	✓	3 kali
	Ibu berpartisipasi dalam kegiatan sosial, sekolah, atau	✓	5 kali

	dengan lingkungan sekitarnya		
	Ibu mengikuti kegiatan pelatihan, seminar, atau mencari informasi tentang <i>parenting</i> dan tumbuh kembang ABK	✓	2 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, penerimaan diri pada ibu NE tercermin dari kemampuannya menerima kondisi anak dengan realistis dan berorientasi pada usaha, seperti mengajak anak berkomunikasi secara berulang untuk melatih pemahaman, mengakui kelemahan diri tanpa berlebihan menyalahkan, serta mempertahankan harapan agar anak kelak mandiri. Proses menerima masa lalu berjalan relatif cepat meskipun sempat diwarnai rasa kaget dan sedih, dimana ia segera mengambil langkah aktif untuk merawat, mengupayakan terapi, dan melibatkan kakak anak dalam penerimaan keluarga. Sikap positif terhadap diri tampak dari keyakinannya bahwa kondisi anak adalah takdir Tuhan yang harus dijalani tanpa terperangkap rasa bersalah atau minder, disertai partisipasi sosial, pencarian informasi, dan keterlibatan dalam kegiatan untuk mendukung perkembangan anak. Observasi menguatkan hal ini melalui perilaku menerima pujian, mengakui kekurangan tanpa menyalahkan diri, mengajak anak dalam aktivitas, melanjutkan peran dan merawat diri, tidak melampiaskan kekecewaan pada anak, serta aktif dalam kegiatan sosial dan pelatihan terkait ABK.

#### 4) Partisipan 4

Ibu SS menunjukkan dinamika penerimaan diri yang kompleks, terutama saat menghadapi perilaku tantrum dari anaknya, F alias ACN yang didiagnosis gangguan aktivitas dan perhatian. Lebih lanjut, HPP anak dari partisipan 4 menunjukkan *disturbance of activity and attention, several mental retardation, dan developmental disorder of speech and language.*

Proses menghadapi kondisi masa kini, Ibu SS menunjukkan penerimaan terhadap realitas pengasuhan ABK dengan dinamika emosional yang kompleks. Ia masih mengalami kelelahan psikologis, terutama saat menghadapi perilaku tantrum anaknya yang sering memicu emosi negatif. Meski demikian, ia tetap menjalani perannya dengan penuh kesabaran, mengakui bahwa salah satu kelebihanannya adalah sabar dalam mendampingi anaknya. Namun, di sisi lain, ia juga menyadari adanya ketidakmampuan dalam mengelola kemarahan, yang kadang muncul saat kelelahan emosional memuncak. Harapan Ibu SS untuk tetap sabar dan mendampingi ACN hingga mandiri menjadi fondasi penerimaan masa kininya. Ia tak hanya berharap pada perubahan anaknya, tapi juga pada peningkatan kualitas dirinya agar bisa lebih kuat dan sabar dalam proses pengasuhan ini. Selain itu, muncul juga perasaan cemas yang biasanya datang di malam hari, ketika ia merasa sendirian dan memikirkan masa

depan anak-anaknya jika suatu saat ia tidak ada. Ketika di situasi tersebut, Ibu SS memilih untuk menenangkan diri lewat doa, berharap adik-adik ACN kelak dapat menyayangi dan mendampingi kakaknya.

“Ya, kadang gitu, kadang kan ya gitu Mbak, kadang kalau marah, itu udah dibaikin, hmm masih marah-marah terus. Kadang jambak apa nyubit, nanti tak bales nanti tak bales, gitu, masih gini marah terus, kayak ngancem loh gitu Mbak, jadi saya kayak aduh gimana caranya, saya sesakit ini.” (P4/A1/II/B145-152)

“Iya itu, pas tantrumnya itu.” (P4/A1/II/B155)

“Apa ya, kelebihanannya sabar, ya. Ya, sabar.” (P4/A1/II/B157-158)

“Kalau saya ingin pokoknya sabar untuk F, biar F, maksudnya supaya bisa, bisa sembuh gitu loh, terus bisa mandiri, untuk membahagiakan dia juga, gitu.” (P4/A1/II/B163-166)

“Pernah.” (P4/A1/II/B172)

“Biasanya malam, Mbak.” (P4/A1/II/B176)

“Karena apa ya, berasa sendiri kali. Udah gitu terus mikir nanti F gimana, adik-adiknya itu bagaimana, saya gak sama F, kalau saya kayak gitu. Saya besok kalau gak ada gimana, saya sampai berpikiran begitu.” (P4/A1/II/B178-182)

“Saya cuma berdoa aja lah, semoga besok adik-adiknya juga bisa sayang sama F, gitu aja.” (P4/A1/II/B188-190)

Suami ibu SS mengonfirmasi karakter sabar yang dimiliki istrinya, meskipun juga menyoroti adanya kekurangan dalam hal inovasi dalam merawat ACN. Ia menyebut bahwa istrinya lebih sering mengandalkan pencarian informasi secara mandiri melalui internet daripada berkonsultasi langsung dengan tenaga profesional. Ia juga memahami bahwa pengalaman merawat anak ABK adalah hal baru yang tak pernah mereka duga, sehingga memerlukan banyak kesabaran dari keduanya.

Meskipun ibu SS jarang terbuka secara verbal mengenai perasaannya, sang suami menyadari adanya tekanan yang dirasakan istrinya, termasuk tangis malam yang sering disembunyikan.

“Sabar.” (SO4P4/A1/I1/B13)

“Imajinasi kurang” (SO4P4/A1/I1/B18)

“Maksudnya, inovasinya kayak apa dia perlu bertanya. Tanya pada yang berbeda Atau mungkin lebih bertanya kayak dokter atau teman. Kalau untuk diri sendiri belum. Belum ada kecuali lihat di mbah Google. Biasanya sering searching di mbah Google.” (SO4P4/A1/I1/B20-26)

“Ya. Namanya kan pengalaman pertama juga kan. Punya anak kayak F. Siapa sih yang menginginkan anak kayak F? Kalau udah Allah berkehendak, ya mau gimana? Ya kita mau enggak mau kan harus banyak sabar juga.” (SO4P4/A1/I1/B32-37)

“Pernah.” (SO4P4/A1/I1/B112)

“Tapi nggak tau. Di tanyain nggak ngaku.” (SO4P4/A1/I1/B114-115)

Penerimaan terhadap masa lalu ditunjukkan ibu SS dengan kesadaran penuh bahwa kondisi anak adalah takdir dari Tuhan. Ia mengaku menjalani proses awal dengan kesedihan dan air mata, tetapi berangsur menerima dengan sikap sabar. Dukungan dari suami, keluarga, teman, dan tetangga menjadi sumber kekuatan yang membantunya menstabilkan emosi dan terus melanjutkan pengasuhan anaknya. Ia juga mengungkapkan harapan agar ACN bisa mendapatkan pendidikan sebagaimana anak lainnya, dan menegaskan bahwa dirinya tidak pernah merasa kecewa atas kondisi anaknya.

“Sabar aja ya, Mbak. Kita terima, gitu.” (P4/A1/I2/B198)

“Ehem, menerima diberikan sama Allah begitu.”  
(P4/A1/I2/B200-201)

“Yang menguatkan apa, dari suami, dari teman juga, dari tetangga, dari semuanya lah yang ingin mendukung. Pokoknya sabar, F ini-ini ya.” (P4/A1/I2/B206-209)

“Saya, saya harus pokoknya harus ini, apa, F harus bisa sekolah, gak tahu nantinya gimana, tapi itu, kalau bisa harus bisa disekolahkan, gitu.” (P4/A1/I2/B215-218)

“Ehem, ehem, iya itu. Maksudnya kayak jangan dibedakan, gitu loh.” (P4/A1/I2/B222-223)

“Gak, gak, kecewa sih saya enggak. Apa ya, ya, ya, sudah menerima.” (P4/A1/I2/B227-228)

Sisi suami, ia membenarkan bahwa proses awal diagnosis ACN disertai dengan kesedihan yang mendalam. Ia juga menyoroti pentingnya dukungan dari keluarga, khususnya orang tua mereka, yang memiliki peran signifikan dalam membangun semangat ibu SS. Meski tidak menunjukkan emosi secara eksplisit, suami menyadari peran kunci dari lingkungan sekitar dalam membantu istrinya menjalani fase penerimaan ini.

“Gimana ya. Sedih, nangis kalau nggak salah sih waktu pertama.” (SO4P4/A1/I2/B125-B126)

“Selama saya disini berapa ya? 9 hari, mungkin 2 harian.”  
(SO4P4/A1/I2/B129-130)

“Biasa aja sih. Yang penting ada dukungan dari orang tuanya. Yang paling berperan penting disini selain istri saya itu orang tua.” (SO4P4/A1/I2/B145-148)

“Ya *support* dari orang tua, mbahnya.”  
(SO4P4/A1/I2/B155)

“Ya *support* orangnya itu.” (SO4P4/A1/I2/B158)

Sikap terhadap dirinya sendiri, ibu SS menunjukkan proses reflektif dan emosi yang cukup mendalam. Ia pernah merasa bersalah atas kondisi ACN, bahkan menangis sendirian karena perasaan bersalah dan tekanan sosial dari lingkungan

sekitar. Namun, seiring waktu, ia mulai merasa lebih kuat karena adanya dukungan sosial dari teman-teman sesama ibu yang memiliki anak ABK. Ia menyadari bahwa kondisinya bukanlah hal yang perlu disesali terus-menerus, dan mulai melihat peran pengasuhan sebagai bagian dari takdir yang harus dijalani dengan ikhlas dan penuh kasih.

“Pernah, Mbak. Pernah nangis sendiri, gitu.”

(P4/A1/I3/B120-121)

“Ya, apa ya. Maksudnya saya punya anak kayak gini, terus saya merasa bersalah kan, dulu itu gimana-gimana, saya tuh sampai kayak gitu, kadang tetangga saya kadang ada yang gak suka, itu pergi-pergi, jangan ke sini, gitu.”

(P4/A1/I3/B123-128)

“Kalau sekarang kan, kalau F di SMP ada yang bilang gini-gini, yo wes, maksudnya saling menguatkan, jadi ada, ada dari teman juga menguatkan. Pokoknya, jadinya ehem, jadi kuat gitu loh, jadi kayak ohh yaudah gak apa-apa, gitu.”

(P4/A1/I3/B131-136)

“Ehem, semua orang tua dikasih kayak gini, gitu loh.”

(P4/A1/I3/B138-139)

Suami mengonfirmasi bahwa istrinya pernah merasa bersalah, meskipun tidak secara terbuka membicarakannya secara mendalam. Ia menyebut bahwa pernah diminta pulang oleh istrinya dan bertemu di rumah sakit, dalam situasi di mana sang istri mengungkapkan permintaan maaf terkait kondisi anak mereka. Meski detilnya samar, pengakuan ini memperkuat indikasi bahwa proses penyadaran dan penerimaan diri memang berlangsung di ruang batin yang tersembunyi namun intens.

“Kayaknya sih pernah ya. Tapi nggak tahu juga, lupa udah lama.” (SO4P4/A1/I3/B163-164)

“Ya waktu itu saya ditelpon, saya pulang. Habis itu ketemu di rumah sakit. Tapi ngomongnya secara detail udah lupa.” (SO4P4/A1/I3/B167-169)

“Iya minta maaf gitu aja. Cuma minta maafnya masalah F, terus ngomongnya secara detail itu lupa.” (SO4P4/A1/I3/B171-173)

Tabel 4.4 Obervasi Aspek Penerimaan Diri Partisipan 4

Indikator Penerimaan Diri	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Menerima kondisi masa kini	Ibu berani meneima pujian dengan tersenyum atau mengucapkan terima kasih	✓	3 kali
	Ibu mengikuti kekurangan diri tanpa menggunakan kata-kata menyalahkan diri	✓	2 kali
	Mengajak anak dalam kegiatan ibu	✓	1 kali
Menerima kondisi masa lalu	Ibu tetap melanjutkan perannya sehari-hari sebagai ibu	✓	5 kali
	Ibu tetap merawat dirinya dalam menjalani peran sebagai ibu	✓	5 kali
	Ibu tidak memarahi anaknya karena merasa kecewa atas kondisinya	✓	5 kali
Memiliki sikap positif terhadap diri	Ibu tidak terus-menerus berkata “Ini semua salah saya” atau “Saya gagal sebagai ibu”	✓	3 kali
	Ibu berpartisipasi dalam kegiatan sosial, sekolah, atau dengan lingkungan sekitarnya	✓	5 kali
	Ibu mengikuti kegiatan pelatihan, seminar, atau mencari informasi tentang <i>parenting</i> dan tumbuh kembang ABK	✓	3 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, penerimaan diri pada ibu SS tampak melalui kemampuannya menjalani peran pengasuhan ABK dengan kesabaran meski

diwarnai kelelahan emosional, khususnya saat menghadapi tantrum anak. Ia mengakui kekurangan dalam mengelola amarah, namun tetap berupaya meningkatkan kesabaran dan kekuatan diri, disertai doa dan harapan agar anak dapat mandiri. Proses menerima masa lalu dilalui dengan kesedihan, tangisan, dan dukungan kuat dari keluarga serta lingkungan, hingga ia mampu menerima kondisi anak sebagai takdir Tuhan tanpa rasa kecewa. Sikap positif terhadap diri terlihat dari pergeseran perasaan bersalah menjadi penerimaan yang lebih ikhlas berkat dukungan sosial, serta keterlibatan aktif dalam mencari informasi, mengikuti pelatihan, dan berpartisipasi di kegiatan sosial. Observasi memperkuat hal ini melalui perilaku menerima pujian, mengakui kekurangan tanpa menyalahkan diri, mengajak anak dalam kegiatan, melanjutkan peran dan merawat diri, tidak melampiaskan kekecewaan pada anak, serta menjaga keterlibatan sosial dan pengembangan pengetahuan terkait ABK.

5) Partisipan 5

Proses menerima kondisi masa kini, ibu S menunjukkan sikap sabar dan tangguh meski secara fisik semakin terbatas akibat pertambahan usia. Ia tetap mengupayakan perawatan optimal terhadap anaknya yang didiagnosis *celebral palsy*, meskipun secara jujur mengakui mulai kesulitan dalam hal fisik

seperti menggendong anak. Hal ini dikonfirmasi melalui HPP anak partisipan 5 bahwa KOI didiagnosis *infantile cerebral palsy*.

Ibu S menunjukkan penerimaan terhadap kondisi masa kini dengan terus menjalankan tanggung jawabnya sebagai ibu dari anak berkebutuhan khusus, meski dengan keterbatasan fisik dan beban ganda sebagai pencari nafkah. Ia menerima situasi tersebut dengan sabar dan tetap berusaha menyesuaikan diri. Di tengah keterbatasannya yang makin dirasakan seiring bertambahnya usia, Ibu S tetap melibatkan diri penuh dalam perawatan anaknya, seperti harus menggendong anak untuk ke kamar mandi, mengatur makan, serta membagi waktu di antara pekerjaan dan pengasuhan. Meski secara fisik sudah tidak sekuat dahulu, ia tetap melibatkan dirinya aktif dalam mendidik anak agar bisa mandiri dan tidak bergantung sepenuhnya. Di balik rasa lelah, Ibu S tetap menunjukkan semangat untuk mendidik dan memperhatikan perkembangan anaknya.

“Ohh, iya. Jadikan lebih sabar. Mengurus anak gini kan harus sabar toh. Kalau enggak sabar, kan harus, umpama harus kalau mau ke kamar mandi, kan harus digendong, umpama aku kerja apa, kan otomatis tetap harus menyediakan waktu untuk dia toh, untuk makan, untuk kamar mandi harus digendong.” (P5/A1/I1/B120-127)

“Kekurangannya gimana ya, ya kalau sekarang itu dia semakin besar itu, semakin aku kan semakin nggak kuat kalau gendong-gendong itu loh Mbak, giu.” (P5/A1/I1/B135-139)

“Ehem, iya, kan udah semakin tua toh. Jadi kekuatannya udah enggak, kalau suruh jujur-jujur loh, bikin boyo eh, hahaha. Dia kan nggak punya kursi roda.” (P5/A1/I1/B143-146)

“Ya biar apa, kan tiap hari saya ajarin supaya dia mandiri, supaya bisa, jadi diajarin supaya dia mandiri, jangan tergantung sama orang. Harus makan sendiri, minum sendiri, pake baju sendiri, saya ajari supaya mandiri.” (P5/A1/11/B156-161)

“Ya, cuma itu, mau sabar wae. Menjadi orang yang lebih sabar aja.” (P5/A1/11/B170-171)

“Enggak, enggak, saya udah pasrah sama Yang Kuasa itu. Pokoknya anaknya diberikan itu, yaudah sabar sama Yang Kuasa.” (P5/A1/11/B179-182)

Menurut suaminya, ibu S dikenal sangat sabar dan tekun, meskipun secara fisik dan emosional seringkali berada di batas lelah. Ibu S tetap bekerja untuk mencukupi kebutuhan keluarga dan anaknya, serta kerap mengabaikan kesehatannya sendiri demi tanggung jawabnya. Suaminya juga mengungkapkan bahwa ibu S sering kali kelelahan hingga jatuh sakit karena tidak mau beristirahat. Meskipun begitu, ia tetap menunjukkan komitmen kuat terhadap peran keibuannya, dan tetap bersyukur bisa mendampingi anaknya.

“Yo, gimana ya? Yo, luar biasa lah. Ya apalagi bisa membantu cari nafkah, terus sabar.” (SO5A5/A1/11/B19-21)

“Yo, gimana ya? Yo, karena keburu cari nafkah ya, kadang sulit lah disuruh istirahat jadi dia nggak bisa kontrol.” (SO5A5/A1/11/B25-27)

“Iyo, kontrol kesehatannya sendiri, sampai kadang sok malah agak rame sama saya, suruh istirahat gak mau. Tiba-tiba terus dia ngedrop sendiri. Iya gitu loh.” (SO5A5/A1/11/B29-32)

“Saya yo terima kasih bantu cari nafkah. Tapi apa yo, dia sangat membantu sekali lah ini kerjaan dia untuk cari tambahan ya. Cuman ya itu tadi, sulitnya kalau disuruh istirahat, ndak mau. Tiba-tiba terus dia ngedrop.” (SO5A5/A1/11/B35-41)

“Untuk ya terutama kesehatan ya, kesehatan. Terus bisa mencukupi anak. Yo, gimana ya, masalahnya punya anak

kayak gini yo, mungkin buat saya sendiri itu aja udah gimana. Yo dianggap sulit, ya sulit. Rezeki, yo rezeki.” (SO5P5/A1/I1/B48-56)

“Enggak. Mungkin kalau ya, saya anggap yo biasa ya... pas anak nge-*drop*, terus gitu-gitu.” (SO5P5/A1/I1/B64-68)

Saat mengenang masa lalu, ibu S mengakui pernah mengalami syok dan kesedihan mendalam ketika pertama kali mengetahui perubahan kondisi anaknya. Ia merasa terpukul karena perubahan itu terjadi tiba-tiba, dari kondisi anak yang sebelumnya sehat. Meski sempat merasa bersalah, ia kemudian mulai menjalani proses penerimaan dengan membawa anak menjalani berbagai terapi, pengobatan, dan upaya lainnya yang bisa ia akses. Semua usaha ini dijalani dengan ketekunan dan keyakinan bahwa yang terpenting adalah terus berusaha dan bersabar atas ketentuan yang sudah digariskan.

“Ehem, kayak syok gitu loh, anak kok tiba-tiba begitu? Padahal dalam keadaan sehat wal afiat sebelumnya, kok tiba-tiba seperti itu? Sedih toh Mbak, syok.” (P5/A1/I2/B187-190)

“Hmm, yaa, setelah udah ada pengobatan lama itu.” (P5/A1/I2/B193-194)

“Ehem, menjalani terapi-terapi itu lama. Terapi obat, terapi fisik. Dimana-mana kan udah saya terapi dimana-mana. Seperti itu kan saya kan jadi yaudah. Adanya gini ya, yang penting kita usaha, sabar.” (P5/A1/I2/B196-201)

“Ya, usaha itu. Usaha, kan kita sambil usaha nyarikan dia obat. Ada orang yang bilang ditsana ada obat, ya saya kesana. Disana ada terapi, ya saya kesana.” (P5/A1/I2/B225-229)

“Apa ya, hahaha. Soalnya, anaknya itu penurut, gak terlalu sulit didiknya itu loh.” (P5/A1/I2/B250-251)

Menurut suaminya, masa awal mengetahui kondisi anak memang menjadi masa yang berat bagi ibu S. Ia kerap jatuh sakit

karena tekanan emosional yang dirasakannya, terutama saat kondisi ekonomi sedang sulit. Meskipun demikian, lambat laun ibu S mulai bisa menerima keadaan dan menjalani proses terapi dengan dukungan dari keluarga. Ibunya melihat bahwa pengertian dan kekuatan dari lingkungan sekitar, termasuk anak-anaknya, menjadi sumber kekuatan utama ibu S dalam menghadapi hari-harinya.

“Kebanyakan, kebanyakan kalau pas gitu, kebanyakan langsung drop dia.” (SO5P5/A1/I2/B78-79)

“Selagi dia marah-marah, terus ada kejadian kayak gitu, diimbangi kebutuhan lagi banyak, terus dia langsung drop.” (SO5P5/A1/I2/B83-86)

“Ya kalau nangis mungkin jarang ya... Terus langsung ngomong aja, ngomong sama saya, sama anak-anak.” (SO5P5/A1/I2/B91-94)

“Pengertian dari keluarga, pengertian dari yo saudara... Udah yang pemberian Maha kuasa ya. Yaudah itu aja.” (SO5P5/A1/I2/B98-103)

“Mungkin anak-anak ya.” (SO5P5/A1/I2/B112)

Mengenai sikap terhadap diri sendiri, ibu S sempat mengalami perasaan bersalah dan minder, terutama karena merasa tidak segera membawa anaknya ke fasilitas kesehatan yang lebih memadai. Namun, seiring waktu ia mulai berdamai dengan dirinya sendiri dan menyerahkan semuanya kepada Yang Maha Kuasa. Meski sempat merasa berbeda dari ibu-ibu lainnya, perasaan minder tersebut tidak menghentikannya untuk tetap bersosialisasi dan membawa anak ikut serta dalam aktivitas sosial. Selain itu, ia juga terus berusaha mengembangkan diri dengan mencari informasi tentang kondisi anak, baik melalui

buku, internet, maupun bertanya kepada orang lain. Ia menunjukkan upaya mandiri untuk terus belajar dan memberikan yang terbaik bagi anaknya.

“Dulu ya, pernah merasa bersalah saya.” (P5/A1/I3/B271)  
 “Saya itu kayak merasa bersalah, kok ora lek sesegera mungkin tak bawa, tak pindah ke rumah sakit yang besar, sampai dia kayak telat diperiksake.” (P5/A1/I3/B273-279)  
 “Tapi itu perasaannya kok ngopo kok, nggak dari tadi tak bawa ke situ, gitu loh.” (P5/A1/I3/B283-285)  
 “Udah dicjek toh Mbak, udah di le anu ki orang lihatnya gimana gitu perasaannya, jadi kayak minder-minder gitu.” (P5/A1/I3/B311-316)  
 “Udah, nggak. Kenapa minder loh? Udah dikasih sama Yang Maha Kuasa.” (P5/A1/I3/B318-319)  
 “Ohh, iya itu lewat-lewat buku atau lewat HP gitu. Informasi gimana dalam perkembangan otaknya.” (P5/A1/I3/B343-349)

Suaminya memandang bahwa kini ibu S jauh lebih sabar, kuat, dan menerima keadaannya. Ia juga menyadari bahwa ibu S banyak melakukan pencarian informasi untuk perkembangan anaknya, dan sebagian besar peran perawatan memang dijalani oleh Ibu S sendiri, lebih dari dirinya sebagai nenek. Menurutnya, peran aktif ibu S sebagai pembelajar dan pencari solusi menjadi salah satu bentuk nyata dari sikap positif terhadap diri sendiri.

“Ya mau gimana lagi. Ya sebagai luapan aja. Luapan. Gimana lagi. Kita gak bisa menolak tahu.” (SO5P5/A1/I3/B118-120)  
 “Enggak, karna jauh lebih sabar, lebih menerima, lebih dia cari tambahan buat keluarga.” (SO5P5/A1/I3/B129-131)  
 “Lebih banyak ya lebih banyak ibu daripada saya pribadi. Mungkin seumpama di kasih persennya, ibunya itu 80% ya ibu daripada saya.” (SO5P5/A1/I3/B139-142)

Tabel 4.5 Observasi Aspek Penerimaan Diri Partisipan 5

Indikator Penerimaan Diri	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Menerima kondisi masa kini	Ibu berani menerima pujian dengan tersenyum atau mengucapkan terima kasih	✓	3 kali
	Ibu mengikuti kekurangan diri tanpa menggunakan kata-kata menyalahkan diri	✓	2 kali
	Mengajak anak dalam kegiatan ibu	✗	-
Menerima kondisi masa lalu	Ibu tetap melanjutkan perannya sehari-hari sebagai ibu	✓	5 kali
	Ibu tetap merawat dirinya dalam menjalani peran sebagai ibu	✓	5 kali
	Ibu tidak memarahi anaknya karena merasa kecewa atas kondisinya	✓	5 kali
Memiliki sikap positif terhadap diri	Ibu tidak terus-menerus berkata "Ini semua salah saya" atau "Saya gagal sebagai ibu"	✓	3 kali
	Ibu berpartisipasi dalam kegiatan sosial, sekolah, atau dengan lingkungan sekitarnya	✓	5 kali
	Ibu mengikuti kegiatan pelatihan, seminar, atau mencari informasi tentang <i>parenting</i> dan tumbuh kembang ABK	✓	3 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, penerimaan diri pada ibu S tercermin dari kesabarannya dalam mengasuh anak dengan *cerebral palsy* meskipun menghadapi keterbatasan fisik akibat usia dan beban ganda sebagai pencari nafkah. Ia tetap menjalankan tanggung jawab pengasuhan dengan penuh komitmen, berusaha melatih anak agar mandiri, dan

menyesuaikan diri terhadap keterbatasan yang ada. Proses penerimaan masa lalu diawali dengan rasa syok, sedih, dan bersalah, namun berangsur berubah menjadi ketekunan menjalani terapi dan pengobatan dengan keyakinan bahwa yang terpenting adalah usaha dan kesabaran. Sikap positif terhadap diri terlihat dari kemampuannya berdamai dengan perasaan minder dan bersalah, tetap bersosialisasi, serta aktif mencari informasi terkait perkembangan anak melalui berbagai sumber. Hasil observasi menguatkan penerimaan ini melalui perilaku menerima pujian, mengakui kekurangan tanpa menyalahkan diri, melanjutkan peran dan merawat diri, tidak melampiaskan kekecewaan pada anak, berpartisipasi dalam kegiatan sosial, serta mencari informasi dan pelatihan terkait tumbuh kembang ABK, meskipun tidak mengajak anak dalam kegiatan pribadinya.

- b) <sup>34</sup> Aspek Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*)

Hubungan positif dengan orang digambarkan sebagai hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya (Ryff, 1989b).

<sup>8</sup> Hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya digambarkan melalui kemampuan membaca emosi orang lain dengan akurat, mengungkapkan ide dan perasaannya dengan jelas, serta bisa mengatur emosinya sendiri dalam situasi sosial, yang biasanya akan

memberikan kesan yang baik bagi orang lain. Pengalaman-pengalaman positif ini menjadi dasar dari hubungan yang berhasil dengan orang lain. Lebih lanjut, mereka yang memiliki hubungan yang positif, seperti hubungan yang penuh kehangatan, kepercayaan, keterbukaan, kepedulian, dan rasa terhubung, cenderung merasa bahagia, puas dengan hidup, penuh harapan, percaya diri, dan menilai kualitas hidup serta pengendalian terhadap lingkungannya secara positif (Segrin & Taylor, 2007).

Segrin dan Rynes (2009) mengatakan bahwa memiliki hubungan yang dekat dan penuh kepercayaan secara jelas dapat menunjukkan adanya dukungan sosial (*social-support*) dan dukungan harga diri (*esteem-support*), yang berpotensi mengurangi persepsi terhadap stres ketika menghadapi peristiwa hidup yang negatif. Hal ini mungkin merupakan salah satu mekanisme tambahan yang menjelaskan bagaimana hubungan positif dengan orang lain dapat membantu menjaga kesejahteraan, bahkan pada saat mengalami tekanan emosional.

#### 1) Partisipan I

Kemampuan membangun dan mempertahankan hubungan yang positif menjadi salah satu kekuatan penting dalam keseharian Ibu K sebagai seorang ibu yang memiliki ABK. Ibu K menunjukkan kualitas hubungan interpersonal yang hangat melalui kedekatannya dengan suami sebagai sumber dukungan

utama dalam kehidupannya. Keberadaan suami memberi rasa nyaman dan kebersamaan yang sangat berarti bagi ibu K. Ia juga menunjukkan kepedulian terhadap lingkungan sosialnya dengan memberikan bantuan kepada orang lain jika ia merasa mampu. Meski memiliki keterbatasan mobilitas karena harus menjaga anaknya, ibu K tetap menunjukkan inisiatif untuk hadir dan terlibat dalam lingkungan, seperti datang ke acara tertentu dan membuka ruang interaksi di rumahnya. Selain itu, harapannya terhadap dukungan lingkungan, khususnya kepada anaknya, menjadi refleksi dari kepeduliannya terhadap perkembangan dan masa depan sang anak.

“Ya, suami.” (P1/A2/I1/B352)

“Ya, senang. Merasa ada yang bersama.” (P1/A2/I1/B357)

“Hmmm, misalnya kalau ada orang yang membutuhkan atau pertolongan, kalau saya sanggup, ya membantu. Kalau punya ini gak? Kalau ada ya saya kasih, gitu. membutuhkan pertolongan, gitu.” (P1/A2/I1/B364-368)

“Harapannya ya, kalau pada anak saya mau mendukung dan *support*, supaya anak yang mandiri, anak yang normal, untuk bekal di masa depan, gitu.” (P1/A2/I1/B377-380)

Sudut pandang suami, hubungan hangat dalam keluarga terwujud melalui rasa terima kasih, kerja sama, dan perhatian yang saling ditunjukkan. Suami menyadari peran penting ibu K dalam merawat anak dan secara eksplisit mengungkapkan apresiasinya. Meski ibu K jarang keluar rumah karena fokus pada anaknya, ia tetap dikenal baik oleh tetangga yang datang berkunjung untuk mengobrol, menunjukkan bahwa relasi sosial

tetap terjaga. Selain itu, dukungan yang diberikan oleh suami dan anak lainnya kepada ibu K dalam bentuk bantuan menjaga anak atau mengurus rumah juga mencerminkan adanya harapan bersama yang positif dan suportif dalam menghadapi dinamika kehidupan keluarga.

“Pernah. Saya bilang makasih ya Bu udah ini, udah ngurusin R, ya gitu Mbak.” (SO1P1/A2/11/B107-108)

“Baik Mbak, suka ngobrol juga, cuma emang jarang keluar rumah, gitu. Lebih fokus ke R. Jadi kalau tetangga nyari, ya langsung datang kesini.” (SO1P1/A2/11/B111-114)

“Ya jarang Mbak, R kan aktif banget, gak bisa diam, kadang rewel, jadi harus dijagain terus disini. Kalau ada acara-acara gitu ya Ibu datang, kalau hari-hari biasa kayak gini Mbak, ya tetangga yang kesini kadang ngobrol-ngobrol di teras gini.” (SO1P1/A2/11/B117-122)

“Didukung, kasih semangat, kadang ya Mbak udah capek toh jangan diberatin. Kadang saya bantu juga juga, kakaknya R juga bantu jagain R, biar Ibu bisa tidur gitu atau istirahat.” (SO1P1/A2/11/B126-130)

“Iya, Mbak gitu. Kan Ibu juga kadang bantu saya menyiapkan jualan, belum lagi urusin rumah, jadi kadang kakaknya atau saya ya sama R, gitu.” (SO1P1/A2/11/B134-137)

Ibu K memperlihatkan adanya hubungan interpersonal yang saling percaya, terlihat dari kemampuannya menyampaikan ide dan perasaan kepada orang lain secara terbuka. Ia memiliki keinginan untuk mendukung anak-anak berkebutuhan khusus agar tidak dikucilkan dan diperlakukan setara dengan anak-anak lainnya, yang menunjukkan sikap empatik dan keyakinan terhadap nilai yang ia anut. Ketika suasana kumpul keluarga, ibu K merasa cukup nyaman untuk berbagi cerita, terutama terkait perkembangan anaknya. Namun, dalam hal berbagi tentang

dirinya secara pribadi, ia lebih memilih untuk berbicara kepada suaminya. Ini menunjukkan selektivitas dalam membangun kepercayaan emosional yang mendalam dengan individu tertentu dalam lingkup relasinya. Ia juga mengakui adanya dukungan kasih sayang dan perhatian yang diberikan oleh keluarganya sebagai bentuk penguatan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

“Ya, perasaannya ya, saya bisa membantu anak-anak ABK begitu ya, jangan dikucilkan, biarkan seperti anak-anak biasa.” (P1/A2/I2/B393-395)

“Ohhh, iya, waktu kumpul keluarga.” (P1/A2/I2/B400)

“Dukungan dari keluarganya berupa memberikan kasih sayang, perhatian, sudah gitu aja.” (P1/A2/I2/B422-424)

“Ohh iya, keluarga datang memberikan sesuatu atau mengajak bermain, ngajak pergi, gitu.” (P1/A2/I2/B430-432)

Suami Ibu K menilai bahwa istrinya cenderung terbuka dan langsung dalam menyampaikan kebutuhan atau keinginannya. Ketika ingin menyampaikan sesuatu, ibu K langsung mengungkapkannya, tidak ada batasan atau waktu khusus untuk berbicara. Hal ini memperlihatkan jalinan komunikasi yang jelas dan mudah diakses. Kehidupan sehari-hari, meski kesibukan suami sangat tinggi dengan waktu kerja yang panjang, ibu K tetap diberi ruang untuk bercerita. Selain itu, dukungan sosial yang diberikan oleh suami juga mencakup keterlibatan dalam menjaga anak dan membantu pekerjaan

rumah, yang menjadi bentuk konkret dari saling pengertian dan kepercayaan dalam hubungan mereka.

“Ngomong langsung aja, biasanya saya pulang gitu atau mau pergi jualan, ya ngomong langsung aja Mbak.” (SO1P1/A2/I2/B141-143)

“Saya jualan kan dari sore sampai tengah malam, jam 2 atau jam 3 gitu, terus lanjut ke pasar buat beli bahan lagi. Pulang pagi. Ya kalau hari libur kadang juga menyiapkan pesanan. Biasa cerita kalau Ibu mau cerita ya langsung Mbak, gak ada waktu khusus gitu. Kalau ada yang mau disampaikan, ya langsung diomongin gitu Mbak.” (SO1P1/A2/I2/B146-154)

“Dukungan hmm bantu jagain anak, bantu kerjaan rumah.” (SO1P1/A2/I2/B157-158)

Tabel 4.6 Observasi Aspek <sup>1</sup> Hubungan Positif dengan Orang Lain Partisipan 1

Indikator Hubungan Positif dengan Orang Lain	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Hubungan interpersonal yang hangat	Ibu mendapatkan pujian atau validasi dari keluarga atau teman	✓	1 kali
	<i>Physical intimacy</i> (berpelukan, bersentuhan tangan/ berpegangan tangan, mengelus kepala, dll) kepada keluarga atau teman	✓	2 kali
	Ibu memberikan atau menyiapkan kebutuhan keluarga atau teman	✓	3 kali
Hubungan interpersonal yang saling percaya	Ibu berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada orang lain	✓	1 kali
	Pasangan, keluarga, atau teman berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada ibu	✓	1 kali
	Baik ibu ataupun orang terdekat saling mengunjungi untuk memberikan dukungan	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, hubungan positif dengan orang lain pada ibu K tercermin dari kedekatan dan kehangatan relasi dengan suami sebagai sumber dukungan utama, yang memberinya rasa nyaman, apresiasi, dan bantuan konkret dalam pengasuhan anak. Meskipun mobilitasnya terbatas karena fokus menjaga anak, ia tetap menjaga keterlibatan sosial dengan menghadiri acara tertentu, menerima kunjungan tetangga, dan membantu orang lain sesuai kemampuannya. Hubungan interpersonalnya dibangun atas dasar saling percaya, terlihat dari keterbukaannya berbagi pikiran dan perasaan kepada suami serta kenyamanannya bercerita dalam lingkup keluarga. Ia juga menunjukkan empati melalui harapan agar anak-anak berkebutuhan khusus diperlakukan setara dan tidak dikucilkan. Observasi menguatkan temuan ini melalui perilaku menerima pujian, menunjukkan keintiman fisik seperti berpelukan, memberikan kebutuhan keluarga, berbagi pengalaman pribadi, saling menerima dukungan, dan menjaga kunjungan timbal balik, yang seluruhnya membentuk jejaring relasi yang hangat dan suportif.

## 2) Partisipan 2

Hubungan interpersonal yang hangat dalam kehidupan ibu DP terbangun kuat bersama anak-anaknya, terutama anak pertamanya. Anak pertama dianggap sebagai sosok yang paling

memahami dinamika hidup ibu, bahkan sejak peristiwa besar seperti perpisahan orang tuanya. Kedekatan emosional ini membuat anak menjadi tempat berbagi cerita, suka-duka, bahkan konflik sehari-hari. Meskipun ibu DP merasa dirinya masih penuh kekurangan sebagai seorang ibu, ia tetap merasakan ketulusan dukungan dari anak-anaknya. Ia pun berusaha menjaga relasi ini dengan pendekatan hangat dan terbuka, meskipun cara pengungkapannya tidak selalu lewat bahasa verbal, tetapi justru melalui interaksi sehari-hari yang bersifat intim dan tidak menghakimi.

“Anak-anak sih.” (P2/A2/11/B931)

“Iya. Karena bisa dibbilang anak yang pertama ini saksi hidup.” (P2/A2/11/B934-935)

“Iya. Yang pertama ini yang melihat kehancuran pernikahan orang tuanya, yang melihat perpisahan orang tuanya, dan yang pertama kali menyuruh untuk bercerai dari ayahnya itu yang pertama. Jadi yang pertama ini akhirnya sekarang jadi teman untuk ngobrol, untuk sharing, untuk berantem, untuk segala macam ya yang pertama.” (P2/A2/11/B937-945)

“Terenyuh sih mbak. Terenyuh. Kadang juga merasa gak pantas juga karena belum, belum, belum mampu, untuk sepenuhnya itu belum mampu. Masih banyak kekurangan, masih banyak hal-hal negatifnya daripada positifnya, masih ya masih kayak harusnya udah target di sana, belum lah, masih jauh dari target. Kayak gitu aja.” (P2/A2/11/B952-960)

Berdasarkan sudut pandang anak pertama, bentuk perhatian yang diberikan kepada ibu DP tampak dalam interaksi sederhana namun penuh makna, seperti pelukan yang menjadi penanda kedekatan emosional. Ia juga menunjukkan keterlibatan

nyata dengan membantu ibu menjaga adik dan menyelesaikan pekerjaan rumah. Meskipun keterbukaan antara mereka tidak selalu muncul dalam bentuk percakapan panjang, konsistensi kehadiran anak dalam kehidupan sehari-hari menjadi wujud relasi yang hangat dan suportif. Melalui *significant other* juga menggambarkan bahwa ibu DP tetap memperhatikan orang-orang terdekatnya dengan hadir secara fisik maupun emosional dalam kehidupan sosial mereka.

“Mungkin kadang bunda aku peluk sih, terus ucapan apa ya? Ya aku cuman meluk sih. Kayak gitu.”  
(SO2P2/A2/I1/B292-294)

“Kadang berkunjung, main ngajak anaknya juga.”  
(SO2P2/A2/I1/B311-312)

“Tetap sih.” (SO2P2/A2/I1/B322)

“Pernah merasa kayak gitu. Tapi ya gimana.”  
(SO2P2/A2/I1/B329-330)

“Tetap.” (SO2P2/A2/I1/B338)

“Keknya yang penting kita bantu beresin rumah, bantu jagain N.” (SO2P2/A2/I1/B370-371)

Terkait membangun hubungan yang saling percaya, ibu DP menunjukkan keterbukaan dalam mengungkapkan ide dan perasaannya, terutama kepada anak pertama. Ia menyampaikan kebutuhannya secara langsung dan jelas, tanpa banyak basa-basi, menandakan adanya kedekatan emosional dan rasa percaya yang kuat. Momen kebersamaan seperti di atas motor atau menjelang tidur menjadi ruang-ruang aman bagi ibu DP untuk berbagi cerita ringan hingga percakapan yang lebih dalam. Hubungan ini ditandai dengan komunikasi dua arah yang cair, dimana anak-

anak pun merasa bebas untuk mengekspresikan cerita sehari-hari maupun persoalan pribadi kepada ibunya. Keterhubungan ini tidak hanya bersifat fungsional tetapi juga emosional, menegaskan kualitas saling percaya dalam hubungan keluarga.

“Ya ngobrol aja sih mbak. Biasanya ngobrol sih sama kakaknya. Karena yang bisa diajak ngobrol kan sekarang yang besar dulu. Jadi, kak.” (P2/A2/I2/B1130-1133)

“Iya. Kak gini, gini, gini. Ya udah. Kalau ini, ya yuk kapan. Jadi, frontal, saya tuh frontal.” (P2/A2/I2/B1135-1137)

“Jadi, kak, Apa bun? Ini bunda butuh ini ya kak, gini, gini, gini. Oke. Nanti ya bun, tunggu ini ya.” (P2/A2/I2/B1140-1142)

“Jalan-jalan.” (P2/A2/I2/B1150)

“Di motor biasanya kita ngobrol. Saya ngobrol terutama sama yang besar itu di motor.” (P2/A2/I2/B1152-1154)

“Iya ngobrol. Dengan N pun begitu, banyakan ngomong itu di motor. Karena N juga akan merespon, saat di motor itu banyak respon dari N. Jadi sama kakak-kakaknya juga kita ngobrol. Kalau nggak, pas saya di kamar, tiduran, tiba-tiba kakak-kakaknya masuk kamar, terus ikut tiduran. Kadang kita ngobrol ringan-ringan, receh-receh.” (P2/A2/I2/B1156-1164)

“Random sih mbak. Anak-anak itu random. Kadang kalau yang nomor dua, ya teman-temannya, ya sekolahnya. Kalau yang pertama, kerjanya, kuliahnya. Terus kayak kemarin barusan pulang, tiba-tiba WA, bunda ini ada yang ngajak kenalan, aku takut. Gila. Kenapa? Mukanya om-om bunda. Masa baru ketemu, udah ngajak nikah, aku takut. Random. Tiba-tiba sampai rumah, tak gojekin. Ih, mau dilamar? Enggak, enggak, enggak. Aku takut ya bun, aku takut bunda. Aku takut kalau dia ke toko. Ya ndak papa. Nanti kalau memang ini, aku lapor ke kepala tokomu. Aku nggak mau ya. ku belum mau pacaran, aku belum mau nikah, aku belum mau punya pasangan, karena aku masih mau sekolah, aku masih mau kerja, aku masih mau Jepang.” (P2/A2/I2/B1167-1185)

Anak pertama ibu DP juga merasakan kedekatan dan kepercayaan yang tinggi dalam hubungan dengan ibunya. Ia mengakui bahwa komunikasi mereka bersifat spontan dan terjadi

secara alami dalam berbagai momen, seperti saat malam hari atau ketika bepergian bersama. Selain menjadi tempat curhat bagi ibunya, anak juga mengambil peran aktif dalam mendukung ibu secara emosional dan praktis. Ia membantu menjaga adik, berkontribusi pada ekonomi keluarga, dan merespons kebutuhan ibunya dengan tindakan nyata. Hubungan ini mencerminkan relasi yang kuat dan saling mendukung antara dua individu yang saling percaya dan terhubung secara emosional.

“Kalau ngasih ide, random sih.” (SO2P2/A2/I2/B379)

“Lagi ibadah tiba-tiba ayok kesini, jadi gak ada di rencanain, sering nya begitu sih.” (SO2P2/A2/I2/B381-383)

“Malam atau gak waktu di jalan, waktu pergi bareng berdua gitu.” (SO2P2/A2/I2/B393-394)

“Kalau yang sudah aku berikan ke bunda mungkin jaga N itu, bantu perekonomian ya kek ikut bayarin ini itu, terus beliin ini itu. Terus kalok bunda kasih ke aku, apa ya? Bunda selalu dukung aku sih kak setiap saat.” (SO2P2/A2/I2/B408-413)

Tabel 4.7 Observasi Aspek Hubungan Positif dengan Orang Lain Partisipan 2

Indikator Hubungan Positif dengan Orang Lain	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Hubungan interpersonal yang hangat	Ibu mendapatkan pujian atau validasi dari keluarga atau teman	✓	1 kali
	<i>Physical intimacy</i> (berpelukan, bersentuhan tangan/ berpegangan tangan, mengelus kepala, dll) kepada keluarga atau teman	✓	1 kali
	Ibu memberikan atau menyiapkan kebutuhan keluarga atau teman	✓	4 kali

Hubungan interpersonal yang saling percaya	Ibu berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada orang lain	✓	3 kali
	Pasangan, keluarga, atau teman berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada ibu	✓	1 kali
	Baik ibu ataupun orang terdekat saling mengunjungi untuk memberikan dukungan	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, hubungan positif dengan orang lain pada ibu DP terbangun kuat melalui kedekatan emosional dan saling percaya dengan anak-anaknya, terutama anak pertama yang menjadi teman berbagi cerita, suka duka, hingga konflik sehari-hari. Hubungan ini tidak hanya terwujud dalam percakapan, tetapi juga melalui interaksi sehari-hari yang hangat dan penuh dukungan, baik dalam bentuk perhatian emosional maupun bantuan praktis seperti menjaga adik dan membantu pekerjaan rumah. Keterbukaan ibu DP dalam menyampaikan ide, kebutuhan, dan perasaannya, terutama kepada anak pertama, menandakan adanya rasa saling percaya yang tinggi. Momen kebersamaan seperti di motor, menjelang tidur, atau saat berkegiatan bersama menjadi ruang aman untuk pertukaran cerita ringan hingga persoalan pribadi, yang juga direspons oleh anak-anak dengan dukungan konkret bagi ibunya. Observasi memperkuat hal ini melalui perilaku menerima pujian, memberi dan menerima dukungan fisik maupun emosional,

berbagi pengalaman pribadi, serta saling mengunjungi, yang membentuk jejaring hubungan hangat dan suportif dalam lingkup keluarga.

### 3) Partisipan 3

Ibu NE menunjukkan dinamika hubungan interpersonal yang hangat dengan lingkungannya melalui interaksi sederhana namun bermakna. Meski menyatakan bahwa hubungan dengan pasangan terasa biasa saja, ia merasa mendapatkan semangat dan dukungan dari teman-teman saat bertemu dan berbagi cerita. Ibu NE juga menaruh perhatian besar pada anak-anaknya, terutama pada S, yang membutuhkan pendampingan khusus. Ia tetap meluangkan waktu dan tenaga untuk melayani kebutuhan keluarga, dari memasak hingga mengurus anak. Di balik itu, tersimpan harapan agar orang di sekitarnya, termasuk kakak S, bisa memahami kondisi adiknya. Bagi ibu NE, dukungan emosional dan penerimaan dari orang-orang terdekat adalah bentuk perhatian yang sangat berarti, terutama dalam menguatkan dirinya <sup>5</sup> menjalani peran sebagai ibu dari anak berkebutuhan khusus.

“Pasangan kadang ya biasa aja. Gak ada. Ya kadang kita kalau sering-sering cerita sama teman-teman, sama kadang kalau ketemu teman yaudah semangat, gitu aja, sabar, yaudah gitu. Kalau yang dekat, kayaknya gak ada sih cuma kalau kita sering ketemuan, gitu sharing, yaudah gitu aja. Kalau yang hmm pasangan, yaudah udah biasalah, yaudah.”  
(P3/A2/I1/B717-725)

“Ya senang, ada semangat juga, tambah semangat.”

(P3/A2/I1/B736-737)

“Ya, saya kan cuman buat sehari-hari, ini cuman ya ngadeni lah semuanya, diladenin. Kadang sambil masak, kadang kan S kalau pagi, dia kalau udah sama mintanya sama Ibu, ya sama Ibu, sama lain dia gak mau. Jadi ya harus nyambi-nyambilah.” (P3/A2/I1/B748-753)

“Harapannya ya kasih semangat terus, terus bisa, nah ini Mbaknya tambah besar nih terus supaya itu kalau dikasih tahu masih kurang tahu, ya belum tahu lah hal-hal yang baik-buruknya, harus bisa menerima kalau banyak S jahil, pengennya kan mereka itu menerima kalau anak gini. Kadangkan, kadang mbaknya juga emosi soalnya tangannya jahil banget hahaha.” (P3/A2/I1/B764-772)

Melalui sudut pandang orang tuanya (Mbah), ibu NE digambarkan sebagai pribadi yang akrab dan penuh perhatian dalam relasinya. Mbah memberikan dukungan dan penguatan emosional secara langsung, seperti memberi semangat serta mendoakan kesehatan dan kemandirian ibu NE dan anaknya. Ia melihat anaknya sebagai sosok yang tanggap terhadap kebutuhan keluarga, terbiasa mengurus berbagai hal dalam rumah tangga, dan menunjukkan kasih sayang dalam bentuk tindakan. Mbah juga berperan aktif dalam memberikan bantuan praktis, seperti menjaga S ketika ibu NE butuh keluar rumah. Dukungan yang bersifat kolaboratif ini memperkuat kualitas hubungan yang hangat antara ibu NE dan orang-orang terdekatnya.

“Loh yo pernah. Tak omong, kowe kuat tenan, semoga anaknya nanti bisa mandiri. Sehat-sehat terus kowe, S sing sehat juga.” (SO3P3/A2/I1/B157-160)

“Yo iso dibilang akrab, ngurusin semuanya. Masak, ngurusin anakne, nganterin sekolah, ngejahit, semuanya ditanggepin, diurusin.” (SO3P3/A2/I1/B164-167)

“Yo sing penting kuwi dingerteni. Ngurus anaknya seperti ini kan ndak mudah, ya didukung, dingerteni. Kadang juga

kalau Ibu mau keluar ya sama Mbah jaga S. Saling gantian, itu kan membantu juga.” (SO3P3/A2/11/B171-176)

Kesehariannya, ibu NE juga membangun hubungan interpersonal yang dilandasi kepercayaan, terutama melalui komunikasi terbuka dengan pasangan dan keluarga. Ia terbiasa menceritakan aktivitas dan kondisi S saat waktu senggang, baik pagi sambil memasak atau malam hari setelah pekerjaan rumah selesai. Cerita-cerita yang dibagikan bersifat ringan, membahas hal-hal seperti perkembangan anak atau rencana kegiatan bersama. Ia juga menerima dan menghargai dukungan dari orang-orang terdekat, baik secara verbal maupun dalam bentuk kebersamaan, seperti berbagi cerita dan bercanda dengan teman-teman orang tua murid di sekolah. Kepercayaan yang terbangun ini memperkuat stabilitas emosional ibu NE, terutama dalam menghadapi tantangan pengasuhan anak.

“Kadang kalau lagi senggang ngobrol gitu, cerita-cerita, ceritain S, ya kayak gini, gini, ya cerita-cerita itu biasa itu aja. Kadang ya sama bapaknya. Kalau ada waktu senggang-senggang, nyantai gitu, ngobrol-ngobrol, ohh cerita di sekolah gini-gini terus anaknya misalnya mau diajak kemana biar Snya senang, apa mau diajak renang, atau mau jalan-jalan kemana gitu.” (P3/A2/12/B785-793)

“Malam. Kan kalau sama bapaknya kan malam, soalnya kan pagi kerja. Kadang atau pagi itu sambil masak, ngobrol.” (P3/A2/12/B804-806)

“Ehem, pokoknya malam, kalau, kalau pagi masak sambil ngobrol, gitu. Kalau siang siang kan, bapak kerja. Kalau sama si Mbahnya kalau gini, nyantai-nyantai gini.” (P3/A2/12/B808-811)

“Harus kuat, harus sehat, ingat anaknya.” (P3/A2/12/B820)

“Dari kakak.” (P3/A2/12/B822)

“Ya temen itu orang-orang tua lain di SLB ngasih semangat, guyon bareng, apresiasi gitu.” (P3/A2/I2/B824-826)

Mbah sebagai *significant other* juga memvalidasi adanya keterbukaan dalam hubungan dengan ibu NE. Ia menyampaikan bahwa percakapan dan tukar pikiran sering terjadi di momen santai, seperti saat sore hari sambil duduk-duduk atau bekerja. Ruang proses komunikasi itu, ibu NE merasa nyaman untuk berbagi pendapat dan meminta saran, yang kemudian ditanggapi dengan dukungan dan kehadiran nyata. Mbah juga membantu dalam bentuk konkret seperti menjaga S atau merespons cerita dengan empati. Hal ini menunjukkan adanya keterbukaan emosional dan kepercayaan yang kuat dalam hubungan antar anggota keluarga.

“Biasane nek sore, pas wedangan, ngobrol ngalor-ngidul. Yo crita dewe, yo begini, yo bareng ngobrol Mbah tanggepi. Kalau mau ngelakuin sesuatu, yo langsung disampaikan gitu, mau pergi kesitu, mau ajak S kesitu, yo langsung disampaikan.” (SO3P3/A2/I2/B185-191)

“Iyo, ya waktu gini, duduk-duduk sambil kerja, sambil cerita dewe, minta pendapat, minta ini, ya gitu.” (SO3P3/A2/I2/B202-204)

“Iyo, ya gitu didengerkan cerita ne, kasih pendapat kalau diminta, ngurusin anak kayak begitu kan ndak mudah, jadi didukung, dibantu, ya kadang juga jagain S.” (SO3P3/A2/I2/B209-213)

Tabel 4.8 Observasi Aspek Hubungan Positif dengan Orang Lain Partisipan 3

Indikator Hubungan Positif dengan Orang Lain	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Hubungan interpersonal yang hangat	Ibu mendapatkan pujian atau validasi dari keluarga atau teman	✓	1 kali
	<i>Physical intimacy</i> (berpelukan, bersentuhan tangan/ berpegangan tangan, mengelus kepala, dll) kepada keluarga atau teman	✓	1 kali
	Ibu memberikan atau menyiapkan kebutuhan keluarga atau teman	✓	4 kali
Hubungan interpersonal yang saling percaya	Ibu berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada orang lain	✓	2 kali
	Pasangan, keluarga, atau teman berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada ibu	✓	1 kali
	Baik ibu ataupun orang terdekat saling mengunjungi untuk memberikan dukungan	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, hubungan positif dengan orang lain pada ibu NE tercermin dari interaksi hangat dan dukungan timbal balik dengan keluarga, khususnya Mbah, serta teman-teman di lingkungan sekolah anak. Meskipun hubungan dengan pasangan dirasakannya biasa saja, ia mendapatkan semangat dan dukungan emosional dari teman maupun keluarga yang memperkuat perannya sebagai ibu dari ABK. Ibu NE menunjukkan kepedulian tinggi terhadap anak-anaknya, terutama S, dengan melayani kebutuhan mereka dan

berharap lingkungan dapat memahami kondisinya. Keterbukaan dalam berbagi cerita, baik kepada pasangan, keluarga, maupun teman, memperlihatkan adanya rasa saling percaya yang kuat, diperkuat dengan komunikasi rutin di berbagai momen santai. Observasi mendukung hal ini melalui perilaku menerima pujian, memberi perhatian fisik, menyiapkan kebutuhan keluarga, saling berbagi pengalaman pribadi, dan melakukan kunjungan timbal balik, yang membentuk jejaring relasi suportif dan penuh empati di sekitar ibu NE.

#### 4) Partisipan 4

Hubungan interpersonal yang hangat terlihat dari bagaimana ibu SS merespons interaksi sosial di sekitarnya. Ia merasa dihargai dan termotivasi saat mendapat perhatian dan dukungan, seperti yang ia alami dari guru TK anaknya, Bu Le. Apresiasi yang diterimanya membuatnya merasa senang dan bersemangat. Selain itu, ia juga menunjukkan perhatian terhadap keluarganya, seperti membantu mertuanya memasak dan berbelanja. Harapan ibu SS terhadap lingkungan sosial juga cukup jelas: ia menginginkan dukungan, bukan penolakan. Ini menunjukkan bahwa ia tidak hanya menerima perhatian, tetapi juga berusaha menjalin hubungan hangat dengan orang lain.

“Bu Le, guru anak-anak waktu TK itu kan.”  
(P4/A2/I1/B336-337)

“Ya, bilang apa, bilang gini, <sup>100</sup>gak apa-apa besok F juga dikasih kek gini, gak apa-apa, besok disana dikasih ini,

siapa tahu toh memuliakan, memuliakan orang tuanya gak apa-apa, gitu. Kadang saya, ada orang yang bilang ini F kok gini-gini, terus saya bilang ya gak apa-apa orang ayu kok, F itu maksudnya istimewa. Ya apa, besok yo jadi anak baik lah disana, gitu.” (P4/A2/I1/B340-348)

“Ya, seneng. Kayak semangat, gitu.” (P4/A2/I1/B351)

“Paling apa, bantuin Mbahnya. Pas lagi, apa gitu, suruh ke pasar, ya ke pasar, suruh rumah, yo wes masak dulu. Kalau si Mbahnya gak bisa kan, terus mungkin apa” (P4/A2/I1/B356-359)

“Kalau bisa, apa ya Mbak, kayak mendukung gitu loh Mbak. Jangan, jangan, kadang kan ada yang gak suka, ya gini-gini, tapi kan kalau bisa mendukung, gitu.” (P4/A2/I1/B369-372)

Bapak EI menilai bahwa ibu SS adalah pribadi yang baik kepada semua orang dan tidak pernah bermusuhan dengan siapapun. Meskipun beliau tidak terlalu sering berada di rumah, ia melihat bahwa ibu SS memiliki hubungan sosial yang positif dengan lingkungan sekitar. Ia juga menilai bahwa ibu SS tetap menunjukkan kepeduliannya, seperti saat mendengar ada tetangga yang meninggal atau sakit, dan tetap terlibat dalam kegiatan sosial. Ia pun mengenali bentuk dukungan terhadap ibu SS berupa perhatian spiritual dan sosial dari tetangga serta keluarga, seperti kunjungan saat sakit atau doa bersama. Hal ini menunjukkan adanya hubungan hangat yang tetap terjalin meskipun berada dalam situasi yang tidak mudah.

“Nggak ada.” (SO4P4/A2/I1/B269)

“Saya nggak ada lihat. Karena saya jarang di rumah.” (SO4P4/A2/I1/B271-272)

“Baik. Baik sama semua. Nggak ada musuh gitu lah dan mungkin orang ke dia ya nggak tahu ya. Nyinyir ke dia nggak tahu ya. Tapi kalau dianya ke orang-orang ya walaupun ada satu-dua orang yang iniin dia tapi dia

balasnya ndak gitu. Balasnya biasa aja gitu. Kayak apa ya. Kayak ndak biasa gitu aja. Nggak ada musuh gitu lah, nggak ada nyinyir juga nggak ada." (SO4P4/A2/I1/B278-287)

"Ya iyalah. Pasti itu." (SO4P4/A2/I1/B294)

"Ya ada apa-apa pasti ngomong. Misalnya si A, si B ngomong gini-gini, itu ngomong. Daerah sekitar ya, maksudnya yang dia tau. Ada kematian disana, walaupun sibuk. Yah si A nggak ada, si B nggak ada. Meninggal ada sekitar sini. Terus si A sakit, mau tengokin, mau jengukin rame-rame atau sendiri. Semua keluarga Atau rame-rame. Kalau rame-rame sama satu RT biasanya atau sendiri-sendiri paling nggak sama keluarga, sama kakanya, atau sama bapaknya." (SO4P4/A2/I1/B296-307)

"Spiritual mungkin ya." (SO4P4/A2/I1/B316)

"Ya. Kalau material sih kayaknya disini sama-sama sih. Nggak ada yang terlalu up, nggak ada terlalu bawah, mungkin standar, Jadi sama-sama nyari sendirilah. Paling ada mungkin ya secara kelompok, secara organisasi lah. kayak ibu-ibu disini, kayak ibu kemarin sakit, sama semua mengunjungi." (SO4P4/A2/I1/B318-325)

"Ya *support* itu terus doa. Kayak gitu. Dari sanak, saudara. Ya seperti itu." (SO4P4/A2/I1/B328-329)

Terkait kepercayaan interpersonal, ibu SS memiliki kecenderungan untuk menahan perasaan atau pendapatnya terlebih dahulu sebelum membagikannya, bergantung pada situasi yang dirasa tepat. Namun, saat merasa nyaman, seperti dalam suasana berkumpul atau saat orang-orang sedang berbincang santai, ia bisa ikut bercerita dan terbuka. Selain itu, dukungan emosional yang ia terima juga memperkuat keterbukaannya, seperti nasihat dan afirmasi dari orang-orang terdekat yang meyakinkannya bahwa kondisi F akan membaik. Bentuk-bentuk dukungan ini menjadi sarana untuk memperkuat

kepercayaannya pada orang lain serta menurunkan beban stres yang ia rasakan.

“Biasanya saya pendem dulu.” (P4/A2/I2/B400)  
 “Ehem, lihat situasi.” (P4/A2/I2/B404)  
 “Biasanya pas pada kayak curhat, ngobrol gitu. Gini-gini, terus saya kadang ikut.” (P4/A2/I2/B413-415)  
 “Itu kalau pas apa ya, pas kayak ngumpul-ngumpul gitu loh.” (P4/A2/I2/B434-435)  
 “Itu apa disuruh sabar, sama apa, “Besok F sembuh Mbak” ya kayak gitu-gitu.” (P4/A2/I2/B450-451)  
 “Iya. Jangan dibentak, disayang, gini-gini, jangan dicubit.” (P4/A2/I2/B453-454)  
 “Bu Le, RSA, sekolah juga ngasih dukungan.” (P4/A2/I2/B456-457)

Bapak EI melihat bahwa ibu SS cukup terbuka dalam menyampaikan perasaannya, terutama pada saat yang dirasa tepat. Ia menyampaikan bahwa ibu SS biasanya mencari momen khusus untuk bercerita, seperti di malam hari setelah anak-anak tertidur. Hal ini menunjukkan adanya ruang kepercayaan dalam relasi mereka yang memungkinkan partisipasi merasa aman untuk mengungkapkan isi hati. Ia juga mengakui bahwa bentuk dukungan yang diberikan kepada ibu SS berasal dari lingkungan sekitar, dalam bentuk doa dan bantuan materi, yang berfungsi sebagai penguat emosional dalam menghadapi tekanan hidup sehari-hari.

“Ya ngomong aja.” (SO4P4/A2/I2/B334)  
 “Ya Terus cerita. Cari momen lah pokoknya.” (SO4P4/A2/I2/B339-340)  
 “Malam. Kalau anak-anak udah bobo. Udah tidur. Kalau masih begini, mau cerita diributin sama anak-anak, ya gak jadi cerita. Jadi gak fokus kan gitu. Kalok pas malam udah tidur, enak ceritanya.” (SO4P4/A2/I2/B355-360)

“Ya itu material-spiritual. Kalau material ya berupa dikasih dana. Dikasih dana dari warga sekitar sini sama doa. Kan material-spiritual itu.” (SO4P4/A2/I2/B363-366)

Tabel 4.9 Observasi Aspek <sup>1</sup> Hubungan Positif dengan Orang Lain Partisipan 4

Indikator Hubungan Positif dengan Orang Lain	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Hubungan interpersonal yang hangat	Ibu mendapatkan pujian atau validasi dari keluarga atau teman	✓	1 kali
	<i>Physical intimacy</i> (berpelukan, bersentuhan tangan/ berpegangan tangan, mengelus kepala, dll) kepada keluarga atau teman	✓	3 kali
	Ibu memberikan atau menyiapkan kebutuhan keluarga atau teman	✓	4 kali
Hubungan interpersonal yang saling percaya	Ibu berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada orang lain	✓	3 kali
	Pasangan, keluarga, atau teman berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada ibu	✓	1 kali
	Baik ibu ataupun orang terdekat saling mengunjungi untuk memberikan dukungan	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, hubungan positif dengan orang lain pada ibu SS tercermin dari kemampuannya membina relasi hangat dengan keluarga, tetangga, dan lingkungan sosial yang ditunjukkan melalui penerimaan dukungan, pemberian bantuan, serta keterlibatan dalam kegiatan sosial. Ia merasa dihargai dan termotivasi ketika menerima perhatian dan apresiasi, seperti dukungan guru

anaknyanya atau bantuan dari keluarga, dan membalasnya dengan membantu kebutuhan orang lain, termasuk mertuanya. Meskipun cenderung menahan pendapat hingga menemukan situasi yang tepat, ia dapat terbuka saat merasa nyaman, baik kepada suami di momen khusus maupun kepada teman dan tetangga dalam suasana santai. Dukungan yang ia terima, baik secara emosional, spiritual, maupun material, memperkuat rasa percaya dan keterikatannya dengan lingkungan. Observasi mengonfirmasi hal ini melalui perilaku menerima pujian, memberikan kehangatan fisik, menyiapkan kebutuhan keluarga, berbagi pengalaman pribadi, menerima cerita dari orang terdekat, dan saling mengunjungi untuk memberi dukungan, yang keseluruhannya membentuk jejaring relasi suportif di sekitar ibu SS.

5) Partisipan 5

Ibu S menunjukkan hubungan interpersonal yang hangat melalui keterbukaannya terhadap dukungan dari berbagai pihak. Ia mendapatkan *esteem-support* dari tenaga kesehatan, tetangga, dan keluarga, yang memberinya semangat dan menguatkan perasaannya. Ibu S menyampaikan bahwa pujian dan dorongan dari orang lain membuatnya merasa senang dan termotivasi. Selain menerima perhatian, ibu S juga aktif memberikan perhatian, terutama kepada anaknya yang berkebutuhan khusus, baik melalui kata-kata afirmasi maupun tindakan pendampingan.

Ia bahkan secara rutin memberi dukungan emosional setiap hari. Di samping itu, harapan ibu S terhadap lingkungan sekitar cukup jelas, yakni agar mereka terus memberikan semangat dan membantu sebisanya. Melalui ketiga hal ini, yaitu *esteem-support*, perhatian dua arah, dan harapan positif terhadap lingkungan, menunjukkan dinamika yang kuat dalam membangun kehangatan hubungan sosialnya.

“Oh, itu banyak itu. Orang dari dokter, dari perawat juga gitu kok. Sering ngasih semangat ke Ibu. Dari tetangga-tetangga juga.” (P5/A2/I1/B405-408)

“Iya. Banyak yang berikan semangat.” (P5/A2/I1/B410)

“Wah, seneng banget, Mbak.” (P5/A2/I1/B413)

“Ehem, iya, semakin semangat.” (P5/A2/I1/B415)

“Iya, ho’oh. Bahkan ada yang nggak usah malu, anak Ibu gitu. Nggak usah malu. Itu udah pemberian Allah, harus sabar. Jadi gitu, harus sabar, sabar.” (P5/A2/I1/B418-421)

“Ya, ya pakai kata-kata, ya pakai tindakan.” (P5/A2/I1/B441-442)

“Ya pakai kata-kata, ya bilangin sama K. Ya kamu nggak usah nangis ya, yang semangat, K kan pinter. Saya kasih sering dia biar dia gak, kalau sama kita ya umpama, udah tak temenin wae, diajak.” (P5/A2/I1/B444-448)

“Iya, paling kita pakai kata-kata.” (P5/A2/I1/B457)

“Iya, kalau itu tiap hari.” (P5/A2/I1/B465)

“Iya, tiap hari itu saya itu, saya kerjakan.” (P5/A2/I1/B469)

“Berharapnya ya, mereka itu ikut mendukung, ikut memberi semangat. Ikut membantu paling nggak.” (P5/A2/I1/B484-486)

Berdasarkan perspektif *significant other*, yaitu suami dari ibu S, terlihat bahwa hubungan interpersonal dalam keluarga dijalin dengan erat dan penuh dukungan. Ia menyebut bahwa keluarga, termasuk dirinya, memberikan kekuatan baik secara verbal maupun materiil. Meskipun tidak selalu eksplisit, suami

mengamati bahwa istrinya secara konsisten memberikan perhatian dan kasih sayang kepada orang-orang di sekitarnya, termasuk melalui sikap dan respons yang hangat terhadap situasi sosial, seperti menyambut pengamen dengan lebih ramah dibanding dirinya. Selain itu, ia menyadari bahwa istrinya sudah melakukan banyak hal untuk keluarga, sehingga ia memposisikan diri sebagai pendukung yang siap membantu, terutama saat pekerjaan rumah menjadi padat. Narasi ini menunjukkan bahwa perhatian dan penguatan dalam keluarga berjalan dua arah, dan adanya penghargaan terhadap peran masing-masing dalam menjaga dinamika emosional keluarga.

“Banyak ya, terutama keluarga. Banyak sih mbak. Keluarga yo ngasih kekuatan, terus dukungan. Yo banyak sih mbak.” (SO5P5/A2/I1/B150-153)

“Yo ada kata-kata, terus materil.” (SO5P5/A2/I1/B158)

“Baik.” (SO5P5/A2/I1/B163)

“Ya tetap. Kalau dikatakan lebih ya. Misalnya suka ada pengamen malah lebih dia.” (SO5P5/A2/I1/B172-174)

“Ya gimana ya. Apa ya? Yo Mungkin yo. Gimana? Paling yo saya sudah lebih segalanya sih masalahnya. Gimana? Dari pada saya itu udah lebih segalanya. Tinggal mendukung dan mendukung aja.” (SO5P5/A2/I1/B180-184)

“Betul.” (SO5P5/A2/I1/B188)

“Yo gimana ya? Yo masalahnya itu tadi segalanya udah lebih.” (SO5P5/A2/I1/B195-196)

“Iya mungkin. Ya cuma kalau pas pas pekerjaannya rame ya mungkin tambah bantuan beragam dari saya, dari anak-anak. Kalau enggak ya udah lebih semua.” (SO5P5/A2/I1/B201-204)

Selanjutnya, mengenai hubungan interpersonal yang saling percaya, ibu S menunjukkan kecenderungan untuk terbuka

dalam menyampaikan pikiran dan perasaannya secara langsung, tanpa menyembunyikan atau memendam. Ia menyatakan bahwa ketika memiliki sesuatu yang perlu disampaikan, ia akan langsung mengatakannya. Hal ini ia lakukan kepada orang-orang di sekitarnya, khususnya kepada anak perempuannya. Komunikasi ini tidak menunggu momen tertentu dan bisa terjadi kapan saja, menandakan fleksibilitas dan keterbukaan dalam menjalin interaksi. Selain itu, kepercayaan terhadap anggota keluarga juga tercermin ketika ibu S mengandalkan bantuan saudara-saudaranya saat merawat anaknya di rumah sakit. Dukungan yang ia terima menjadi salah satu bentuk nyata dari relasi saling percaya dalam keluarga, yang memperkuat ketahanan psikologisnya saat menghadapi situasi sulit.

“Ya, disampaikan aja.” (P5/A2/I2/B498)

“Lah, iya. Saya langsung sampaikan aja.” (P5/A2/I2/B500)

“Iya, saya langsung keluarkan saja, gak dipendem.” (P5/A2/I2/B504-505)

“Ohhh, ya nggak usah ngumpul-ngumpul juga lah. Kalau ada yang mau disampaikan, langsung saja.” (P5/A2/I2/B513-515)

“Siapa ya? Pada anak saya. Anak yang perempuan.” (P5/A2/I2/B521-522)

“Nomor dua. Kalau ada apa-apa saya bercerita.” (P5/A2/I2/B530)

“Ya, itu ikut apa? Ikut waktu dia mondok di UGM itu, ada yang ikut membantu jaga di sana, mengurus kebutuhan di sana. Kan saya nggak bulak-balik. Adik-adik saya yang membantu begitu.” (P5/A2/I2/B543-547)

“Iya, membantu, membantu keperluan dan lainnya waktu itu.” (P5/A2/I2/B550-551)

Suami Ibu S menegaskan bahwa istrinya adalah sosok yang komunikatif dan tidak menutup-nutupi apa yang ia rasakan. Ia mengamati bahwa istrinya terbiasa menyampaikan langsung hal-hal yang ingin ia utarakan, baik kepada dirinya maupun anak-anak. Momen percakapan sering terjadi di malam hari ketika suasana rumah lebih tenang. Terkait dukungan sosial, ia menyadari bahwa dirinya berperan sebagai pendengar bagi keluhan dan cerita istrinya, terutama ketika ibu S merasa lelah atau kewalahan oleh pekerjaan rumah dan kebutuhan anak. Ia memahami pentingnya dukungan emosional ini, meskipun dalam bentuk yang sederhana, untuk membantu istrinya mengatasi stres dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari.

“Enggak, enggak. Langsung aja yang mau di anu sama siapa itu. Kalau sama saya yo langsung ngomong sama saya.” (SO5P5/A2/I2/B220-222)

“Ya ngomong aja kalau pas misalnya yo kalau udah malam, udah tutup gitu, terus dia pas enggak kecapekan itu terus ngobrol aja sama saya, sama anak-anak gitu.” (SO5P5/A2/I2/B209-213)

“Ya ya itu yo gimana yo, Kalok dukungan cepet sih semua udah cepet ya sudah ada semua, materi, gimana yo saya sendiri ya kerjaan ini kan enggak kan selalu ada gitu, kan dia udah tau lah semua, kalok saya kerja yo udah, cuma ya kalau sering-sering ya cuma cerita itu kecapekan, terus belanja apa, nyarik apa, yaudah itu penting bisa aja menjalani, gak usah terlalu muluk-muluk, yaudah cuma begitu aja.” (SO5P5/A2/I2/B230-240)

Tabel 4.10 Observasi Aspek Hubungan Positif dengan Orang Lain Partisipan 5

Indikator Hubungan Positif dengan Orang Lain	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Hubungan interpersonal yang hangat	Ibu mendapatkan pujian atau validasi dari keluarga atau teman	✓	1 kali
	<i>Physical intimacy</i> (berpelukan, bersentuhan tangan/ berpegangan tangan, mengelus kepala, dll) kepada keluarga atau teman	✓	1 kali
	Ibu memberikan atau menyiapkan kebutuhan keluarga atau teman	✓	4 kali
Hubungan interpersonal yang saling percaya	Ibu berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada orang lain	✓	2 kali
	Pasangan, keluarga, atau teman berbagi pikiran, perasaan, atau pengalaman pribadi kepada ibu	✓	1 kali
	Baik ibu ataupun orang terdekat saling mengunjungi untuk memberikan dukungan	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, hubungan positif dengan orang lain pada ibu S tercermin dari keterbukaannya menerima dan memberi dukungan secara konsisten, baik dalam lingkup keluarga maupun lingkungan sosial. Ia mendapatkan *esteem-support* dari tenaga kesehatan, tetangga, dan keluarga, yang memberinya semangat dan memotivasi dalam menjalani peran sebagai ibu dari anak berkebutuhan khusus, sekaligus secara aktif memberikan perhatian dan dukungan emosional setiap hari kepada anaknya.

Interaksi saling mendukung juga tampak di dalam keluarga, di mana suami dan anak-anaknya menjadi sumber kekuatan, sementara ia sendiri memberi respons hangat dan membantu orang lain di sekitarnya. Terkait kepercayaan interpersonal, ia cenderung langsung menyampaikan pikiran dan perasaannya tanpa menunggu momen khusus, baik kepada anak maupun anggota keluarga lain, serta mengandalkan bantuan saudara saat menghadapi situasi sulit seperti perawatan anak di rumah sakit. Observasi menguatkan dinamika ini melalui perilaku menerima pujian, memberi kehangatan fisik, menyiapkan kebutuhan keluarga, berbagi dan menerima cerita pribadi, serta saling mengunjungi untuk memberikan dukungan, yang membentuk jejaring hubungan suportif dan saling percaya di sekitar ibu S.

c) Aspek Otonomi (*Autonomy*)

Aspek otonomi diartikan sebagai kemampuan untuk menentukan nasib sendiri, kemandirian, dan kontrol diri yang dianggap sebagai ciri penting dalam *psychological well-being* (Ryff, 1989b). Menurut Fotiadis, Abdulrahman, dan Spyridou (2019), otonomi menentukan sejauh mana seseorang memiliki kendali atas pilihan dan keputusannya, serta dapat memenuhi keinginannya sesuai dengan itu. Lebih lanjut, mereka juga mengatakan bahwa kebebasan dalam mengambil keputusan tanpa paksaan di tempat kerja dan

merasa bebas untuk bertindak sesuai keputusan sendiri adalah dua hal yang berbeda. Hal ini dilihat sudut pandang teori determinasi diri dalam konteks tempat kerja, memberikan dukungan terhadap otonomi psikologis di tempat kerja tidak selalu berarti memberikan otonomi relatif untuk mengambil keputusan tanpa paksaan (Fotiadis, Abdulrahman, & Spyridou, 2019).

Ryff (Kiswanto & Wardani, 2021) berpendapat bahwa otonomi merujuk pada kemampuan seseorang untuk menentukan arah hidupnya sendiri dan bersikap mandiri, mampu bertahan dari tekanan sosial serta berpikir dan bertindak sesuai dengan keinginan dan caranya sendiri, mampu mengatur perilaku berdasarkan kerangka penilaian internal, serta mengevaluasi diri berdasarkan standar pribadi. Sebaliknya, individu dengan tingkat otonomi yang rendah sangat memedulikan harapan dan penilaian dari orang lain, bergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan penting, serta cenderung menyesuaikan diri dengan tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu.

Sejalan dengan itu, Oruh, Agustang, dan Theresia (2021) berpendapat bahwa otonomi juga dapat terlihat dari sifat mandiri dalam diri mereka, dimana mereka dapat mengambil keputusan hidup sendiri, yang merupakan ciri khas dari individu yang memiliki otonomi. Lebih lanjut, Deviana, Umari, dan Khadijah (2023) mengatakan sikap otonomi dalam diri seseorang tercermin dari

kemampuannya untuk mengendalikan perilakunya sendiri, bersikap mandiri, mampu menghadapi tekanan sosial dan tetap bertindak sesuai dengan caranya sendiri, memiliki prinsip hidup yang jelas, serta mampu menilai dirinya berdasarkan standar pribadi.

#### 1) Partisipan 1

Ibu K menunjukkan bahwa pengambilan keputusan dalam kehidupannya masih sangat bergantung pada pertimbangan kondisi anak dan izin dari orang lain, terutama suami. Ia belum merasa sepenuhnya memiliki kebebasan untuk bertindak sesuai kehendaknya, karena berbagai keputusan masih harus melewati proses komunikasi dan permintaan izin. Ibu K juga menyadari bahwa dirinya belum mencapai kondisi "bebas" dalam pengambilan keputusan pribadi, termasuk dalam hal-hal kecil sekalipun. Walau demikian, terdapat momen ketika ia tetap menjalankan tindakan berdasarkan pilihannya sendiri, misalnya saat memutuskan membawa anak ke dokter meskipun ada tekanan sosial dari orang sekitar untuk mencoba pengobatan alternatif. Hal ini menunjukkan bahwa di tengah keterbatasan, ibu K masih menyimpan daya juang dalam mempertahankan pilihan pribadi yang diyakininya benar.

"Iya, mempertimbangkan kalau nanti ada waktu, kalau R ada yang nungguin, ada yang ajak di rumah, ya saya bisa ikut, bisa berkunjung ke rumah teman, atau ikut ke rumah sakit, gitu." (P1/A3/I1/441-445)

"Iya, perlu meminta izin dulu. Iya, yang bilang dulu misalnya mau ini, ini boleh nggak, gitu." (P1/A3/I1/B448-

450)

“Belum, kayaknya, itu. Momennya bebas itu belum ya, komunikasi juga ya.” (P1/A3/I1/B473-474)

“Belum.” (P1/A3/I1/B477)

“Pernah.” (P1/A3/I1/B484)

“Ya, gak usah dipikirin, dijalani aja.” (P1/A3/I1/B487)

Menurut suami dari Ibu K, meskipun ibu K memiliki keinginan pribadi, keputusan yang diambil hampir selalu dikonsultasikan terlebih dahulu dengannya, terutama jika berkaitan dengan anak mereka. Suaminya memahami bahwa keterbatasan kebebasan istrinya bukan karena tidak mampu membuat keputusan, melainkan karena kondisi anak yang belum bisa ditinggal. Suami juga menyadari bahwa istrinya sering menahan keinginan pribadi demi anak. Walau demikian, ia juga mengakui bahwa ibu K tetap menjalankan keputusan penting berdasarkan keyakinannya sendiri, seperti saat memilih membawa anak ke rumah sakit meskipun orang lain menyarankan alternatif yang tidak sejalan dengan prinsipnya.

“Iya. Dia pasti tanya ke saya dulu. Kadang nanya, ini gimana Pak, apalagi kalau yang dilakukan berkaitan dengan anak gitu, ya nanya. Walau ngelakuin buat diri sendiri, tapi kan R belum bisa dilepas. jadi misal mau pergi kesana, ya nanya dulu, dipertimbangkan dulu, gitu.” (SO1P1/A3/I1/B163-169)

“Ya setengah-setengah. Kadang dia sendiri yang nahan, mikir anak dulu. Ya, mau gimana, saya juga gak enak lihat Ibu kayak gitu, tapi R memang belum bisa dilepas Mbak. Kalau R minum obat aja yang agak tenang gitu, tapi kan ada waktunya dia tantrum, nangis, rewel, teriak gitu, dibilangin belum bisa dengerin, dan masih harus diurusin semuanya.” (SO1P1/A3/I1/B173-181)

“Pernah. Waktu mau bawa R ke dokter, ada yang bilang gak usah, bawa ini aja alternatif atau orang pintar sana, tapi itu

kan gak boleh ya Mbak, ya harus dibawa ke dokter. Jadi, Ibu tetap bawa ke dokter.” (SO1P1/A3/I1/B186-190)

Ibu K memiliki keinginan untuk memprioritaskan dirinya sendiri, seperti menyendiri atau membeli sesuatu untuk kepentingan pribadi, namun belum terealisasi karena ia lebih mengutamakan kebutuhan anak. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat keinginan untuk mandiri secara emosional dan finansial, realitas perannya sebagai ibu dari ABK yang membuatnya menunda pemenuhan keinginan pribadi. Meski begitu, dalam situasi sosial tertentu yang menimbulkan tekanan, ibu K mampu menunjukkan sikap selektif terhadap saran yang tidak sesuai dengan prinsipnya, seperti penolakan terhadap praktik pengobatan yang tidak diyakininya. Hal ini memperlihatkan bahwa ia tetap memiliki daya kritis dalam menentukan sikap hidup. Ia juga pernah mengambil keputusan besar secara mandiri sebelum menikah, yang menandai kemampuannya untuk memilih jalannya sendiri, meskipun setelah menikah ruang tersebut semakin terbatas.

“Ya, ya lelah, ya capek. Pengen menyendiri, pengen apa ya? Pengen mengenangkan diri. Iya, pengen gitu. Mungkin ya kayak kita umur-umur ini pengen nyendiri, ya. Pengen fokus gini sendiri, gitu ya.” (P1/A3/I2/B495-499)

“Belum, ya. Pengen kalau pas itu malam-malam sudah kayak nyendiri, gitu ya. Hahahaha.” (P1/A3/I2/B502-504)

“Belum. Kalau mau beli-beli sekarang kan ya mikir buat anak dulu, gitu ya.” (P1/A3/I2/B510-511)

“Iya, pernah. Pernah iya, oh beda banget ya, ada orang gini-gini. Misalnya sembuh, banyak.” (P1/A3/I2/B518-519)

“Enggak. Ada yang bilang oh kena ini, kena ini, gitu. Kita enggak boleh percaya yang kayak gitu.” (P1/A3/I2/B521-523)

“Pekerjaan ini, iya, pernah.” (P1/A3/I2/B534)

“Hmm, setelah menikah, saya kan kerja di PT, gitu. Ya harus kerja, kan udah gak punya orang tua gitu atau orang kebersamai kita gitu. Saya mengambil keputusan besar, gitu.” (P1/A3/I2/B542-545)

“Iya, iya, iya, setelah menikah belum pernah lagi.” (P1/A3/I2/B549-550)

Suami dari ibu K juga mengonfirmasi bahwa istrinya cenderung mendahulukan kebutuhan anak di atas dirinya sendiri, misalnya saat ingin membeli pakaian namun akhirnya memilih untuk memenuhi kebutuhan anak terlebih dahulu. Ketika menghadapi tekanan sosial berupa saran pengobatan alternatif yang tidak sesuai keyakinannya, suami melihat istrinya tetap tenang dan tidak mengikuti saran tersebut, yang menunjukkan adanya keteguhan dalam menentukan sikap. Ia juga memaknai keputusan membawa anak ke rumah sakit sebagai bentuk pilihan besar dan mandiri yang diambil istrinya dalam kondisi sulit, mencerminkan bahwa di balik keterbatasan ruang bertindak, ibu K tetap memegang prinsipnya dalam hal-hal penting.

“Pernah. Kayak mau beli baju, terus gak jadi. Katanya mending buat R aja duitnya, gitu. Kebutuhan anak juga ada kan Mbak, jadi mendulukan anak dulu.” (SO1P1/A3/I2/B195-198)

“Didengerin aja, tapi kalau gak cocok ya gak diikutin.” (SO1P1/A3/I2/B205-206)

“Keputusan besar ya Mbak? Hmm apa ya, hmm kalau menurut saya, bawa R ke RS itu keputusan besar dari Ibu sih Mbak.” (SO1P1/A3/I2/B212-214)

Ketika menjalani kehidupannya, ibu K menunjukkan adanya keyakinan pada nilai-nilai internal yang menjadi pegangan dalam bertindak. Ia merasa bahwa hidupnya adalah titipan dari Allah dan segala keputusan yang diambil disandarkan pada kepercayaan tersebut. Ibu K juga memiliki kerangka penilaian pribadi untuk mengevaluasi tindakan, yang dilakukannya dengan mempertimbangkan kemampuan diri dan berserah kepada Tuhan. Melalui proses refleksi diri, ia mengakui adanya pengaruh dari orang-orang terdekat seperti suami, anak, dan saudara, namun tetap memiliki keyakinan pribadi dalam mengambil keputusan. Prinsip hidupnya berpusat pada kepercayaan dan kepasrahan kepada Tuhan sebagai bentuk kontrol diri yang bersumber dari spiritualitas.

“Ya, Saya yakin pada diri sendiri, ini yang harus dijalankan gitu, dalam hidup.” (P1/A3/I3/B555-556)

“Iya, enggak.” (P1/A3/I3/ B559)

“Iya, hahahah.” (P1/A3/I3/ B565)

“Saya yakin Allah yang memberinya dengan kita, ya gitu. Jadi, tidak masalah, kalau yang itu benar-benar, ya gitu. Jadi, ya ikuti aja. Karena Allah yang titip.” (P1/A3/I3/B575-578)

“Dengan cara sendiri.” (P1/A3/I3/B585)

“Saya menurut saya ya Allah ini sudah cukup. Tidak, apa ya, enggak terlalu berlebihan, gitu. Kalau saya merasa ohh ini sudah semampu saya, ya sudah, cukup.” (P1/A3/I3/B591-594)

“Suami dan anak.” (P1/A3/I3/B603)

“Saudara.” (P1/A3/I3/B605)

“Tetap berpegang teguh pada Allah Mbak, yo wes berserah aja, dijalani aja.” (P1/A3/I3/B617-618)

Suami dari ibu K melihat bahwa istrinya merupakan sosok yang mantap dalam mengambil keputusan karena telah melalui pertimbangan dan doa. Ia juga menyampaikan bahwa anak sulung mereka kadang menjadi pengingat atau korektor, namun secara umum istrinya memiliki kesadaran pribadi dalam mengevaluasi tindakannya. Prinsip utama yang dilihat suami dalam diri istrinya adalah keteguhan untuk berserah kepada Allah dalam setiap keputusan hidup. Keyakinan spiritual ini menjadi fondasi utama bagi ibu K dalam menjaga kendali diri dan keteguhan prinsip dalam berbagai situasi yang menantang.

“Dia bilang udah doa, udah mikir. Jadi yakin aja.”  
(SO1P1/A3/I3/B221-222)

“Ohhh, lebih ke saya atau anak yang ingetin, anak yang paling besar itu toh. Tapi kadang Ibu udah tahu sendiri kok orangnya, udah ngerti gitu.” (SO1P1/A3/I3/B228-231)

“Prinsip hidup? Selalu ke Allah, apa-apa itu udah berserah ke Allah aja, gitu.” (SO1P1/A3/I3/B234-235)

Tabel 4.11 Observasi Aspek Otonomi Partisipan 1

Indikator Otonomi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan untuk menentukan nasib sendiri	Ibu memilih sendiri menu makanan untuk anak dengan mempertimbangkan kebutuhan khusus anak	✓	4 kali
	Ibu melatih anak dalam kegiatan sehari-hari (seperti makan sendiri, berpakaian, dll) dengan metode sendiri	✓	3 kali
Kemampuan untuk mandiri	Ibu meluangkan waktu untuk dirinya sendiri sesuai dengan keinginannya	✗	-
	Ibu mengikutsertakan anak dalam kegiatan tumbuh kembang anak (seperti	✓	1 kali

	taman bermain, perlombaan, dll)		
Kemampuan untuk mengontrol diri	Ibu tetap sabar dan tenang saat menghadapi anak tantrum	✓	2 kali
	Ibu mengevaluasi diri melalui tulisan ataupun bercerita dengan orang terdekat	✓	1 kali
	Ibu tidak membandingkan anaknya dengan anak lain	✓	2 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, aspek otonomi pada ibu K menunjukkan bahwa meskipun kebebasan dalam pengambilan keputusan masih terbatas oleh kondisi anak dan pertimbangan dari orang terdekat, terutama suami, ia tetap memiliki prinsip dan daya kritis dalam menentukan pilihan yang diyakininya benar. Ibu K cenderung mendahulukan kebutuhan anak di atas keinginan pribadi, sehingga ruang untuk mandiri secara emosional maupun finansial menjadi terbatas. Namun, pada situasi tertentu ia mampu mempertahankan keputusan yang selaras dengan nilai dan keyakinannya, seperti menolak saran pengobatan alternatif yang tidak sesuai prinsipnya. Observasi juga memperlihatkan bahwa ia memiliki kendali diri, kesabaran, dan inisiatif dalam mengatur kegiatan anak sesuai metode yang diyakininya, serta mengandalkan refleksi diri dan nilai spiritual sebagai landasan bertindak. Hal ini menunjukkan bahwa otonomi ibu K terwujud dalam bentuk selektif dan berbasis prinsip, meskipun berada dalam keterbatasan peran dan situasi hidupnya.

## 2) Partisipan 2

Ibu DP menunjukkan kemampuan yang kuat dalam menentukan nasibnya sendiri, yang tercermin dalam keputusannya untuk tidak membiarkan orang lain, termasuk tetangga atau pihak luar, memengaruhi arah hidupnya. Ia merasa memiliki kendali penuh atas pilihan yang diambil, termasuk dalam mengatur waktu untuk dirinya sendiri, seperti saat ingin melakukan "*me-time*". Ia lebih memilih menikmati hidup sesuai caranya sendiri, dan tidak menjadikan pandangan luar sebagai penentu arah hidupnya. Bahkan, dalam keputusan-keputusan besar seperti perpisahan, ia lebih mengandalkan pertimbangan pribadi ketimbang intervensi orang lain, karena baginya keputusan yang lahir dari intervensi sering kali bertentangan dengan hati nurani. Sikapnya yang menikmati hidup dengan caranya sendiri menunjukkan bahwa ibu DP bertindak sesuai dengan keinginan dan cara yang ia rasa benar untuk dirinya.

"Enggak. Jadi aku gini mbak, bilang sama yang gede, kak bunda mau *me time*, adik jagain dulu ya? *Me time*-nya paling muter. Muter. Kalau enggak, tidur. Dan aku jarang pergi sendiri sih mbak, lebih sama anak-anak. Karena kayak membiasakan waktu dengan mereka. Karena kita enggak tahu nih waktu kita seperti apa gitukan. Memperbanyak momen sama anak-anak. Apalagi mereka tambah besar, tambah dengan dunianya sendiri-sendiri. Selagi saya ada waktu bisa pergi dengan mereka ya. Tapi kalau untuk *metime* sendiri. *Me time* saya mbak mau tahu, disini jam 11 malam." (P2/A3/11/B1261-1275)

"Enggak. Karena, misalnya gini mbak, kita dengerin omongan orang, kita stres sendiri. Mereka enggak kasih makan kita, kenapa kita dengerin mereka gitu loh. Kecuali

mereka memang punya andil dalam kehidupan kita, oke lah. Mereka memang punya ini, bisa dibilang mereka pernah nolong kita atau mereka pernah ini sama kita, oke lah. Tapi kalau apalagi dengerin omongan-omongan tetangga, ah gak mau. Karena nambah beban.” (P2/A3/I1/B1300-1310)

“Iya. Makanya mending saya menikmati seperti ini. Saya suka gini, saya diem di rumah aja saya jadi omongan, mending saya sekalian jadi omongan. Yang penting, omongan mereka enggak terbukti dengan saya. Mereka mau ngomong apa itu urusan mereka. Saya nikmati hidup saya mbak. Bisa menikmati kehidupan seperti saya, nikmati kehidupan saya.” (P2/A3/I1/B1312-1321)

“Ada yang seperti itu, tapi ada juga harus ada pertimbangan. Jadi kayak waktu memutuskan untuk berpisah itu kan banyak pertimbangan juga. Tapi akhirnya ya keputusan di saya, saya maju. Terus tentang kehidupan saya ini, saya mau melangkah seperti ini, kalau memang itu Saya nggak perlu ngomong sama orang ya nggak perlu, saya lakukan. Tapi kalau memang harus saya ngobrol sama anak saya atau ngobrol sama siapa butuh pertimbangan. Tapi kebanyakan sih nggak sih mbak. Bukan pertimbangan sih, tapi hanya ini aku seperti ini bagusnya.” (P2/A3/I1/ B1392-1405)

“Karena kadang kalau kita mengambil keputusan dengan intervensi orang lain itu kadang bertentangan dengan hati nurani kita.” (P2/A3/I1/ B1412-1415)

“Iya jadi bikin malas.” (P2/A3/I1/ B1417)

Melalui sudut pandang anak sulungnya, GMCW, ibu DP juga dianggap sebagai pribadi yang memiliki kendali atas pilihannya sendiri. Ia tidak merasa perlu meminta pendapat orang lain untuk melakukan sesuatu demi dirinya, termasuk dalam mengambil waktu sejenak untuk beristirahat atau *me-time*. GMCW menyebutkan bahwa keputusan-keputusan tersebut bisa diambil asalkan tanggung jawab ibu terhadap anak-anak telah dipenuhi. Namun demikian, ia juga mengisyaratkan bahwa jika ibu ingin berinteraksi lebih sosial, seperti bermain dengan teman-

teman, ibu DP akan mempertimbangkan situasi dan kemungkinan yang ada, terutama dalam konteks pengasuhan anak. Hal ini menunjukkan bahwa GMCW memahami adanya batasan situasional, tetapi tetap melihat ibunya sebagai sosok yang mampu membuat keputusan sendiri.

“Kalok me time sih gak sih kak.” (SO2P2/A3/I1/ B436)  
“Selagi tugasnya sudah selesai boleh-boleh aja ingin metime. Ada yang jagain N, gak perlu pendapat orang lain demi metime terus kek gitu. Toh yang penting bunda sudah ngelakuin semua kerjanya, udah ada yang jagai N juga, gapapa lah sekali-kali buat diri sendiri kek gitu.” (SO2P2/A3/I1/ B438-445)  
“Mungkin, apa ya? Kalok pengen mau main sama temennya mungkin.” (SO2P2/A3/I1/ B449-451)  
“Kan gak mungkin orang lain ngajak main pergi lama.” (SO2P2/A3/I1/ B462-463)  
“Keknya enggak, karena bunda mikiran anak-anaknya itu.” (SO2P2/A3/I1/ B472-473)

Kemampuan ibu DP untuk mandiri tampak dalam caranya memenuhi kebutuhannya sendiri, meski kerap diliputi rasa bersalah karena meninggalkan anak-anak. Ia mampu mengenali kapan ia membutuhkan ruang untuk diri sendiri demi menjaga kestabilan emosinya. Meski demikian, ia tetap memprioritaskan anak-anaknya dalam hampir semua keputusan. Sisi lain, ibu DP juga menunjukkan kemampuannya dalam melawan tekanan sosial melalui sikap tegas dalam mempertahankan gaya berpakaian yang dianggap tidak sesuai standar ibu-ibu oleh orang lain. Ia menegaskan bahwa dirinya tetap berpegang pada jati diri dan merasa tidak perlu mengubah

diri hanya karena tekanan sosial. Bahkan dalam keputusan besar seperti bekerja di luar kota, ia melakukannya demi masa depan anak-anak, sekalipun itu sangat berat dijalani secara emosional. Tindakan-tindakan ini menunjukkan kemampuannya dalam mengambil keputusan hidup secara mandiri dan dengan kesadaran penuh akan tanggung jawab yang diemban.

“Pemah.” (P2/A3/I2/ B1471)

“Ya kayak capek banget pengen pergi, saya nya pergi. Nanti yah di rumah anak-anak kayak apa. Jadi untuk kembalinya semua ke anak-anak. Jadi akhirnya jarang melakukannya.” (P2/A3/I2/B1473-1477)

“Ya kalau pergi diajak kemana, ayo pergi. Pikirannya yang di rumah, di rumah anak ku ngapain, udah makan belum, gini gini.” (P2/A3/I2/ B1495-1498)

“Iya ketika diajak yuk jajan sana. Anakku udah makan belum ya, tau gini tadi ngajak anak kan. Kita makan bareng-bareng. Ya kek gitu lah, lebih kayak ya naluri seorang ibu lah. Enggak bisa menikmati makanan enak sendiri, kadang-kadang kek gitu.” (P2/A3/I2/ B1500-1506)

“Ya kalok saya udah siap. Jadi ya itu tadi saat saya benar-benar butuh refresh, untuk keluar, dan ini memang urgent saya harus kalau nggak nanti saya meledak di rumah malah akhirnya nggak bagus.” (P2/A3/I2/ B1482-1486)

“Ya enggak. Karena memang daripada nanti saya meledak di rumah, anak-anak terkena imbasnya, malah nggak bagus, mending saya keluar.” (P2/A3/I2/ B1489-1492)

“Merubah penampilan.” (P2/A3/I2/ B1513)

“Dulu aku kan semiran mbak. Sempet sama keluarga bilang kamu tuh udah ibu-ibu nggak usah aneh-aneh, berpenampilan selayaknya ibu-ibu. Saya ndak bisa Ya *style* saya seperti ini... Saya ndak bisa. Karena style saya bukan itu dan itu bukan diri saya.” (P2/A3/I2/ B1515-1538)

“Masuk kerja.” (P2/A3/I2/ B1550)

“Iya. Tiba-tiba masuk kerja, tiba-tiba dikirim ke Jakarta tinggalin dia umur 14 bulan habis opnam pulang 3 hari di rumah, tak tinggal ke Jakarta, itu langsung.” (P2/A3/I2/B1552-1555)

“Karena dia butuh biaya. Karena yang besar butuh biaya sekolah. Saya harus berjuang untuk mereka, saya harus cari duit, saya harus bisa menghidupi 3 anak dengan kondisi dia sakit-sakitan juga, karena butuh banyak biaya.” (P2/A3/I2/ B1558-1563)

“Iya. Karena ya itu tadi, masa depan anak-anakmu di tanganmu. Kalau kamu tidak memperjuangkan, siapa lagi yang memperjuangkan. Kamu ada 3 tanggung jawab yang kamu pikul di pundakmu, kamu ada 3 masa depan yang harus kamu perjuangkan.” (P2/A3/I2/ B1574-1580)

“Ya harus *Fight*.” (P2/A3/I2/ B1582)

GMCW menggambarkan ibunya sebagai pribadi yang kuat dan mampu mengambil keputusan secara mandiri. Ia menyebut bahwa ibunya tahu mana keputusan yang baik untuk dirinya, dan tidak terlalu memedulikan saran yang tidak relevan. Menurut GMCW, ibunya adalah tipe yang “bodo amat” terhadap tekanan sosial dan lebih memilih mendengarkan dirinya sendiri. Ia juga menyadari bahwa ibunya telah melakukan banyak hal berat seperti bekerja jauh dari rumah demi masa depan anaknya, dan hal ini menunjukkan bahwa ibu DP mampu bertindak dan menentukan jalan hidupnya sendiri.

“Aku gak terlalu merhatiin.” (SO2P2/A3/I2/ B507)

“Gak sih.” (SO2P2/A3/I2/ B511)

“Enggak.” (SO2P2/A3/I2/ B513)

“Setahuku, bunda orangnya bodo amatan ya kak. Jadi kayak kalok misalnya sarannya menurut bunda gak berguna buat bunda itu, bunda gak pernah mikirin. Jadi kayak masuk kuping kanan, keluar kuping kiri.” (SO2P2/A3/I2/ B528-533)

“Mampu.” (SO2P2/A3/I2/ B540)

“Iya, karena udah dewasa bunda tahu kalau keputusannya itu baik buat dirinya juga.” (SO2P2/A3/I2/ B547-549)

Proses menjalani hidupnya, ibu DP menunjukkan kontrol diri yang kuat dengan tetap berpegang pada prinsip dan penilaian internalnya. Keputusannya untuk menjalani hubungan baru bukan semata-mata karena keinginan pribadi, tetapi juga karena pertimbangan kondisi psikologis anaknya. Ia mempercayai bahwa jalan hidup yang ia jalani saat ini merupakan bagian dari rencana Tuhan, dan ia menerima apapun bentuknya tanpa protes. Penilaiannya terhadap keberhasilan hidup juga dilihat dari kebahagiaan anak-anaknya, dan dari refleksi personal terhadap pengalaman hidup bersama anaknya yang berkebutuhan khusus. Selain itu, prinsip hidupnya yang berasal dari ayat kitab suci menjadi pedoman utama dalam bersikap dan mengambil keputusan, yang menjadikan dirinya tetap kuat dan stabil dalam menghadapi dinamika kehidupan.

“Menjalani hubungan yang sekarang.” (P2/A3/I3/ B1588)  
“Iya karena saya lebih ke mentalnya dia (menunjuk N) dan satu-satunya orang luar yang bisa dia (menunjuk N) terima. Karena dulu kan N setiap kali ketemu orang tantrum, histeris. Tapi dengan **114** ini pertama kali ketemu langsung minta gendong dan kata-kata pertama yang keluar dari mulutnya dia, dia bisa berucap ayah. Jadi walaupun bukan terus ini ke pribadi gak ya, tapi lebih ke psikologisnya ini.” (P2/A3/I3/ B1591-1601)  
“Yakin gak yakin sih mbak. Hanya ya sudah Tuhan izinkan melewati ini tak lewat lah. Jalani aja. Tuhan izinkan saya bertemu dengan orang ini, saya menjalani hubungan dengan dia, saya berjalan dengan dia entah kedepannya seperti apa saya gak tahu, saya jalanin aja sudah. Untuk sekarang belajar dari masa lalu juga, saya gak mau terlalu banyak mempertanyakan sesuatu hal sama Tuhan. Saya jalanin aja.” (P2/A3/I3/ B1605-1615)

“Ya. Jadi ya sudah Tuhan ini jalan yang harus tak lalui ya tak lalui. Entah nanti ini jalannya berbatu, berlubang, naik turun gunung ya sudah tak jalanin. Mau berhenti juga berarti aku menyerah dong, berarti kalau aku berhenti aku mati dong, ya sudah jalanin wae. Kita nikmati dengan segala kondisi, dengan segala rasa yang ada, dengan segala dinamikanya kita nikmati aja.” (P2/A3/I3/ B1618-1627)

“Anak-anak merasa bahagia.” (P2/A3/I3/ B1632)

“Iya. Melihat anak-anak bahagia, melihat anak-anak senang, melihat mereka bersyukur, itu sudah cukup.” (P2/A3/I3/B1635-1637)

“N. Ini benar-benar guruku mbak. Guru benar-benar guru kehidupanku. Dari dia ini yang banyak sekali pembelajarannya.” (P2/A3/I3/ B1642-1644)

“Iya. Banyak sekali pembelajaran dari anak ini, itu luar biasa.” (P2/A3/I3/ B1647-1648)

“Prinsip saya sih sebenarnya dari Alkitab sih mbak. Itu dari saya ambil **66** ri sejak saya SMA. Jadi ada satu Ayat itu bunyinya “**Bagiku hidup adalah Kristus dan mati adalah Keuntungan.** Jadi saya berpegang sama Tuhan, saya berpegang sama iman saya, saya berpegang pada Tuhan Yesus saya Dan walaupun harus mengikuti semua yang sudah Tuhan plot-plotkan buat saya sampai nanti akhirnya Tuhan bilang sudah selesai D pulang yuk.” (P2/A3/I3/B1651-1661)

“Iya. Selama Tuhan belum bilang D sudah cukup, ya berarti belum boleh pulang. Ya berarti masih harus menjalani kehidupan, ya jalani.” (P2/A3/I3/ B1664-1667)

“Iya, karena itu yang nguatin.” (P2/A3/I3/ B1669)

GMCW menilai bahwa ibunya memiliki prinsip dan kesadaran diri yang kuat. Ia tahu kapan dirinya salah dan mampu mengevaluasi diri secara jujur. Selain itu, keputusan-keputusan ibu DP dijalani dengan kesadaran akan konsekuensinya, meski tidak selalu disetujui oleh lingkungan. GMCW juga menegaskan bahwa kebahagiaan yang ibu DP alami bersama anak-anak merupakan hasil dari keyakinan terhadap keputusan yang ia ambil sendiri, dan itu menjadi penguat utama bagi ibunya.

"Bundanya bahagia, anaknya bahagia." (SO2P2/A3/I3/ B556-557)

"Bunda sama anaknya bahagia karena keputusan bunda walaupun orang lain gak setuju." (SO2P2/A3/I3/ B559-561)

"Bunda tahu kapan dirinya salah." (SO2P2/A3/I3/ B572-573)

Tabel 4.12 Observasi Aspek Otonomi Partisipan 2

Indikator Otonomi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan untuk menentukan nasib sendiri	Ibu memilih sendiri menu makanan untuk anak dengan mempertimbangkan kebutuhan khusus anak	✓	5 kali
	Ibu melatih anak dalam kegiatan sehari-hari (seperti makan sendiri, berpakaian, dll) dengan metode sendiri	✓	3 kali
Kemampuan untuk mandiri	Ibu meluangkan waktu untuk dirinya sendiri sesuai dengan keinginannya	✓	3 kali
	Ibu mengikutsertakan anak dalam kegiatan tumbuh kembang anak (seperti taman bermain, perlombaan, dll)	✓	1 kali
Kemampuan untuk mengontrol diri	Ibu tetap sabar dan tenang saat menghadapi anak tantrum	✗	-
	Ibu mengevaluasi diri melalui tulisan ataupun bercerita dengan orang terdekat	✓	1 kali
	Ibu tidak membandingkan anaknya dengan anak lain	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, aspek otonomi pada ibu DP tercermin dari kemampuannya menentukan arah hidup berdasarkan pertimbangan pribadi dan prinsip yang dipegang, tanpa terlalu dipengaruhi pandangan atau tekanan sosial. Ia mampu mengambil keputusan besar maupun kecil

dengan kesadaran penuh, termasuk memprioritaskan masa depan anak-anak meskipun harus mengorbankan kenyamanan pribadi. Ibu DP juga menunjukkan kemandirian dalam memenuhi kebutuhannya sendiri, seperti menyisihkan waktu untuk *me-time*, sekaligus konsisten mempertahankan jati diri meskipun mendapat kritik dari lingkungan. Observasi menguatkan bahwa ia memiliki inisiatif dan kebebasan dalam mengatur kebutuhan anak sesuai caranya sendiri, serta mengandalkan nilai spiritual sebagai panduan dalam bertindak. Hal ini menggambarkan bahwa otonomi ibu DP terwujud dalam bentuk keteguhan prinsip, kemampuan mengelola hidup sesuai keyakinan, dan keberanian mengambil keputusan demi kebaikan dirinya dan anak-anaknya.

### 3) Partisipan 3

Ibu NE menunjukkan bahwa dalam keseharian, ia memiliki kecenderungan untuk meminta izin atau menceritakan terlebih dahulu kepada suaminya sebelum mengambil keputusan, terutama ketika berkaitan dengan kegiatan pribadi seperti menghadiri acara atau ingin beristirahat. Hal ini mengindikasikan adanya keterlibatan orang lain dalam pengambilan keputusan pribadinya. Meskipun ia tidak merasa harus selalu meminta izin secara formal, ibu S tetap menunjukkan kecenderungan untuk berbagi dan meminta pendapat, baik dari suami maupun dari orang terdekat lainnya. Ia mengakui bahwa sering kali ia merasa

ragu dalam membuat keputusan sendiri, sehingga lebih nyaman jika ada pendapat orang lain sebagai bahan pertimbangan. Ketidakberanian untuk mengambil keputusan secara mandiri ini menunjukkan bahwa kendali atas pilihan hidupnya belum sepenuhnya berada di tangannya.

“Izin. Ya, kadang cerita sama Bapak kalau mau ada acara apa gitu, kalau misalnya, kalau apa ya, dia, tiap nganu kan pasti ada, di sekolah atau di kampung ini, kita izin dulu.” (P3/A1/I1/B837-841)

“Ada sih. Misalnya cape dari kalau Bapak libur, Ibu mau ngelakuin apa, capek udah sama Bapak dulu, nanti Bapak yang ladenin S udah.” (P3/A1/I1/B849-852)

“Kalau Ibu sih kadang minta pendapat orang lain, kalau gak sama Bapak, sama temen, gitu. Kalau merasa Ibu enggak berani mengambil keputusan sendiri, loh, kayak ragu-ragu, jadi kan minta pendapat orang lain.” (P3/A3/I1/B875-880)

“Ya, apa aja lah.” (P3/A3/I1/B884)

“Kadang tergantung keluarga.” (P3/A3/I1/B891)

“Sebenarnya ada sih, tapi memang Ibu itu kan, apa namanya, masih, masih gak sepenuhnya yakin pada diri sendiri gitu loh, masih.” (P3/A3/I1/B895-898)

Suami dari ibu NE membenarkan bahwa istrinya kerap meminta pendapat kepada orang lain sebelum membuat keputusan, baik untuk hal sederhana hingga keputusan yang lebih penting. Meskipun memiliki kebebasan dalam bertindak, Ibu NE tetap melibatkan orang-orang terdekat seperti dirinya atau anggota keluarga lainnya, khususnya ketika menyangkut kebutuhan anak. Menurut suaminya, kebiasaan Ibu S untuk berdiskusi atau meminta pendapat muncul bukan karena tidak mampu mengambil keputusan, tetapi lebih karena ingin mempertimbangkan segala sesuatu secara matang. Hal ini

menunjukkan bahwa kendali atas pilihan pribadi ibu NE masih dipengaruhi oleh pandangan dan persetujuan dari lingkungan terdekat.

“Kalau mesti nanya dulu, ya enggak. Tapi dia emang sering bertanya ke orang lain gitu, minta pendapat, minta apa gitu, minta pendapat. Kadang yo bingung disaranin ini sama orang lain, ya ditanya pendapat lagi bagus gak yo ini.” (SO3P3/A3/I1B218-223)

“Yo, tetap nanya. Nanti mau kesini, mau kesana, ya ditanyain ne S bisa sama Mbah dulu ndak, gitu. Tapi dia ne selalu meduluan S, gak ada yang S ditinggalin gitu. Yo, kalau mau istirahat waktu S tidur siang macam gini, ada waktu istirahatnya, gitu. Kalau mau istirahat, yo gak usah nanya, duduk dewe.” (SO3P3/A3/I1/B231-238)

“Yo langsung juga Mbak. Tadi masalah ne begini, terus gimana ya Mbah. Ya, kalau diminta atau ditanya ki ke Mbah, ya dijawab, dikasih pendapat. Sering minta-minta pendapat, gitu, banyak hal lah Mbak minta pendapat.” (SO3P3/A3/I3/B194-199)

“Bebas yo bebas, tapi nek arep keputusan penting yo rembugan. Wong yo melibatkan S gitu, yo harus dirembukin, kalau ngambil keputusan lain ne dia juga suka e nanya, ini gimana ya Mbah, dia juga biasanya manut apa sing wis dicoba dewe. Kadang manut ikutin, gitu.” (SO3P3/A3/I3/B241-247)

Ibu NE terlihat tidak terbiasa memenuhi keinginannya sendiri secara mandiri. Saat ingin istirahat atau *refreshing*, ia cenderung melibatkan suami dan anak-anaknya, jarang meluangkan waktu hanya untuk dirinya sendiri. Selain itu, meskipun ia menyatakan bahwa tidak merasa tertekan oleh saran dari orang lain, hal ini lebih dikarenakan ia memilih untuk diam saat saran tersebut tidak sesuai dengannya, bukan karena adanya keberanian untuk secara aktif menolak atau mengabaikan tekanan sosial. Ketika mengambil keputusan pun, ibu NE mengandalkan

116  
 pertimbangan dan pendapat dari orang lain terlebih dahulu  
 sebelum menentukan sikapnya sendiri.

“Kalau ingin nganu malah, ngajak keluar Bapak, ayuk jalan-jalan saya sama Bapak, ya sama S. Refreshing aja lah, kalau di rumah capek, gini-gini, masak ke rumah sakit terus, ayuk jalan-jalan sama bapak, kadang ya sama kakaknya.” (P3/A3/I2/B930-935)

“Gak ada.” (P3/A3/I2/B947)

“Enggak.” (P3/A3/I2/B949)

“Saya gak ada, Mbak.” (P3/A3/I2/B952)

“Gak ada itu, mudah saja semua.” (P3/A3/I2/B956)

“Dipertimbangkan.” (P3/A3/I2/B964)

“Iya, kadang-kadang kalau kayaknya benar ya diikuti, paling dipertimbangkan dulu lah.” (P3/A3/I2/B968-970)

Suami ibu NE juga mengonfirmasi bahwa istrinya hampir tidak pernah melakukan aktivitas sendiri untuk keperluan pribadi. Ia selalu mengajak anak atau keluarga, sehingga belum tampak adanya sikap mandiri dalam memenuhi kebutuhan pribadi. Sisi lain, ia juga menilai bahwa istrinya memiliki kecenderungan untuk tunduk dan menurut, namun tetap memiliki batas ketika pendapat yang diterima tidak sesuai dengan pemikirannya. Ketika pengambilan keputusan, istrinya lebih sering berdiskusi dan meminta pendapat orang lain, menunjukkan bahwa kemandirian dalam membuat keputusan belum sepenuhnya terbentuk.

“Gak, ndak pernah Mbak. Kalau keluar ya ramean sama S, gitu toh. Gak pernah sendirian gitu.” (SO3P3/A3/I2/B263-265)

“Ndak, ndak pernah.” (SO3P3/A3/I2/B268)

“Dia ki wong e manut, tapi yo mikir. Nek saran e pas ya dijupuk, nek ra cocok yo diem wae, ora dilakoni.” (SO3P3/A3/I2/B273-275)

“Ndak tau e Mbak, kayakne ya harus minta pendapat orang lain dulu. Sering e minta pendapat disini, sore-sore duduk, cerita, minta pendapat e, gitu.” (SO3P3/A3/I2/B279-282)

Ibu NE menyadari bahwa ia jarang mengambil keputusan secara mandiri dan lebih mengandalkan pendapat orang lain dalam menilai langkah yang akan diambil. Dalam proses evaluasi diri, ia lebih banyak mendapatkan masukan dari keluarga, termasuk suami, dan dari sanalah muncul keyakinan terhadap keputusannya. Walaupun demikian, Ibu NE masih menunjukkan adanya cara-cara khas dalam merawat anak berdasarkan pengalamannya sendiri. Selain itu, ia juga memiliki dorongan untuk terus maju, yang menunjukkan adanya prinsip pribadi yang menjadi landasan tindakannya.

“Hmmm, Enggak ada.” (P3//A3/I3/B978)

“Ehem, iya. Saya gak pernah mengambil keputusan sendiri, selalu tanya orang gitu, semua tergantung ke keluarga. Jadi gak pernah orang lain meragukan keputusan saya, toh saya ne gak pernah ngambil keputusan sendiri toh.” (P3//A3/I3/B983-988)

“Cara sendiri.” (P3/A3/I3/B994)

“Ehem, kalau anaknya yang gini, ya gini.” (P3/A3/I3/B997)

“Bapak.” (P3/A3/I3/B1008)

“Biasanya, kadang ada kayak Ibu, ini ada, ohh diluar ada kayak gini-gini, atau di perkumpulan ada kayak gini-gini, terus Bapak dengerin, kadang komen gini-gini. Terus udah selesai nanti, ohhh, dipikir-pikir, nanti kalau cerita ke temen.” (P3/A3/I3/B1014-1019)

“Ehem, pengen maju, ya termasuk S itu loh, hahaha.” (P3/A3/I3/B1042-1043)

Berdasarkan sudut pandang suaminya, ibu NE memperoleh kekuatan dalam pengambilan keputusan melalui dukungan dan pendapat orang-orang terdekat. Suaminya juga

menekankan bahwa prinsip hidup ibu NE sederhana, namun kuat, yaitu sabar dan terus berjuang untuk merawat anaknya hingga mandiri. Ini mencerminkan adanya kerangka nilai internal yang diyakini dan menjadi pegangan dalam bertindak. Meskipun sebagian evaluasi diri dilakukan berdasarkan pandangan orang lain, prinsip pribadi ibu NE tetap menjadi fondasi dalam menentukan sikap dan langkah dalam menjalani kehidupan.

“Ya pendapat orang lain juga. Saya ne kasih pendapat, suaminya juga kasih pendapat, jadi makin yakin dengan ngambil keputusannya. Walaupun ya, ya, orang lain ndak setuju, gitu. Tapi kan ne keluarga setuju, dukung, gitu.” (SO3P3/A3/I3/B290-295)

“Kayak e dikasih tahu gitu e Mbak, dikasih tahu sama suaminya, sama Saya, gitu.” (SO3P3/A3/I3/B299-301)

“Prinsipe sederhana sabar, kudu kuat, kudu ngopeni anak nganti bisa mandiri.” (SO3P3/A3/I3/B307-308)

Tabel 4.13 Obervasi Aspek Otonomi Partisipan 3

Indikator Otonomi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan untuk menentukan nasib sendiri	Ibu memilih sendiri menu makanan untuk anak dengan mempertimbangkan kebutuhan khusus anak	✓	5 kali
	Ibu melatih anak dalam kegiatan sehari-hari (seperti makan sendiri, berpakaian, dll) dengan metode sendiri	✓	3 kali
Kemampuan untuk mandiri	Ibu meluangkan waktu untuk dirinya sendiri sesuai dengan keinginannya	✗	-
	Ibu mengikutsertakan anak dalam kegiatan tumbuh kembang anak (seperti taman bermain, perlombaan, dll)	✓	1 kali
Kemampuan untuk mengontrol diri	Ibu tetap sabar dan tenang saat menghadapi anak tantrum	✗	-

	Ibu mengevaluasi diri melalui tulisan ataupun bercerita dengan orang terdekat	✓	1 kali
	Ibu tidak membandingkan anaknya dengan anak lain	✓	2 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, aspek otonomi pada ibu NE menunjukkan bahwa kendali atas keputusan hidupnya masih banyak dipengaruhi oleh pendapat dan persetujuan orang-orang terdekat, terutama suami dan keluarga. Ia cenderung meminta pendapat sebelum bertindak, baik untuk keputusan sederhana maupun yang lebih penting, sehingga kemandirian dalam menentukan pilihan belum sepenuhnya terbentuk. Meski jarang meluangkan waktu untuk diri sendiri atau mengambil keputusan secara mandiri, ibu NE tetap memiliki cara khas dalam merawat anak yang didasarkan pada pengalamannya sendiri, serta memegang prinsip hidup sederhana berupa kesabaran dan keteguhan untuk terus berjuang demi kemandirian anak. Observasi juga memperlihatkan adanya inisiatif dalam pengasuhan, walaupun pada aspek kemandirian pribadi dan pengambilan keputusan, ia masih bergantung pada dukungan serta validasi dari lingkungan terdekat.

#### 4) Partisipan 4

Ibu SS menunjukkan bahwa dalam mengambil keputusan untuk melakukan sesuatu, ia tidak meminta izin terlebih dahulu, melainkan hanya memberi tahu agar orang lain

bisa menyesuaikan. Ketika pengambilan keputusan sehari-hari, ia tampak memiliki kendali atas pilihannya sendiri dan memilih untuk melakukan sesuatu sesuai dengan situasi yang ada. Keputusannya dalam mengikuti kegiatan kerja bakti, misalnya, ia komunikasikan hanya agar bisa dibantu dalam menjaga anaknya. Hal ini menunjukkan bahwa ia bertindak berdasarkan pertimbangannya sendiri tanpa bergantung pada izin dari orang lain.

“Kan ini, saya kan kerja bakti gitu, kerja bakti besok aku ya, saya sendiri, saya ngomong gitu, ngomong saya kerja bakti. Kalau enggak, nanti Mbah mau arisan sama saya kan gak mungkin saya tinggal, kadang kan itu pergi jauh itu loh Mbak, kadang kan butuh, jadi kalau arisan itu tak jagain F.” (P4/A3/11/B469-475)  
“Enggak, itu cuman.” (P4/A3/11/B479)  
“Cuman memberitahu.” (P4/A3/11/B481)

Menurut suami, ibu SS cenderung mempertimbangkan dan menyaring terlebih dahulu pendapat orang lain sebelum bertindak. Suaminya menyebut bahwa ibu SS memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan, namun sering kali tetap bertanya dan meminta pertimbangan kepadanya terlebih dahulu. Meski begitu, ada kalanya ia membuat keputusan sendiri secara spontan, yang kadang berujung pada penyesalan, seperti dalam kasus salah mentransfer pulsa. Ini menunjukkan bahwa kendali yang dimiliki ibu SS atas dirinya bersifat situasional, bergantung pada kondisi emosionalnya saat itu.

“Iya lah harus dibilah dulu, disaring dulu. Gak apa namanya. Dikasih nasehat atau dikasih apa ya istilahnya. Kayak disuruh anaknya dikasih obat ini. Langsung dikasih. Enggak lah harus disaring dulu, dicarik tau dulu benar atau engga. Kalok main kasih aja, iya kalau benar, kalau nggak. Tetap harus disaring, harus di pilah-pilih.” (SO4P4/A3/I1/B371-379)

“Ya memang harus dipertimbangkan.” (SO4P4/A3/I1/B384)

“Selama ini iya. Bebas selama ini.” (SO4P4/A3/I1/B388)

“Tapi kebanyakan dia kan nanya dulu ke saya. Ini bener nggak.” (SO4P4/A3/I1/B392-393)

“Tapi kalau kadang, ya mungkin ngeblank atau gimana ya atau lagi suntuk. Kadang-kadang tanpa pikir panjang ambil keputusan sendiri.” (SO4P4/A3/I1/B397-400)

“Iya. Kadang-kadang keputusan itu sangat merugikan.” (SO4P4/A3/I1/B402-403)

“SMS yang engga jelas minta pulsa [...] Ya mungkin karna capek atau gimana.” (SO4P4/A3/I1/B405-418)

Ibu SS menunjukkan kemampuannya untuk memenuhi kebutuhannya sendiri meskipun sedang mengalami tekanan emosional. Ia pernah mengambil waktu sendiri dengan berjalan-jalan untuk menenangkan diri, dan saat itu ia merasa lebih baik. Namun saat ini, ia tidak lagi melakukan hal tersebut karena merasa keadaannya sudah berubah. Ketika menghadapi tekanan sosial, seperti saran atau ajakan dari orang lain yang tidak sepenuhnya sesuai dengan keinginannya, ia tetap menjalaninya jika memang didukung atau dibantu oleh orang lain, meskipun tidak sepenuhnya selaras dengan hatinya.

“Waktu itu kan pas sampai ini, apa, apa marah-marah terus. Nangis, marah. Terus yang kecil ya, iya. Terus yo wes, terus saya apa, ke Cendeputra. Paling beli apa, pempas, apa paling beli apa, gitu, susu. Paling puter-puter.” (P4/A3/I2/B565-570)

“Merasa lebih tenang, iya, tenang.” (P4/A3/I2/B582)

“Kalau diajak terus dianterin, yo wes tak jalanin lah.”  
(P4/A3/I2/B603)

“Kalau sendiri Ibu nggak mau.” (P4/A3/I2/B610)

Menurut suaminya, ibu SS kadang tetap mengutamakan kebutuhannya sendiri di tengah kesibukan mengasuh anak-anak, seperti saat ia memilih mandi lebih dulu. Ia juga tetap membeli barang untuk dirinya meskipun hasilnya tidak memuaskan. Suaminya menilai bahwa ibu SS bersikap santai dan tidak terlalu memusingkan tekanan sosial atau pendapat orang lain yang tidak sesuai. Namun dalam hal mengambil keputusan besar, ia menyebut bahwa istrinya masih bergantung pada pendapat orang lain, khususnya dirinya dan orang tua.

“Kayak ga sesuai gitu. Apa yang di pesen sama yang pesenan itu datang gak sesuai. Oh toples. Beli toples dulu kan online, udah menyesal karena ga sesuai. Mau komplain, udah biarin aja.” (SO4P4/A3/I2/B457-461)

“Sore waktu mandi. Dia duluan mandi anaknya enggak. Ya anaknya sebaiknya duluan mandi, baru dia mandi.”  
(SO4P4/A3/I2/B471-473)

“Ga tau nyantai aja kalau itu.” (SO4P4/A3/I2/B476)

“Ngapain juga ngambil pusing, nanti malah sakit sendiri.”  
(SO4P4/A3/I2/B486-487)

“Kalo keputusan besar enggak bisa.” (SO4P4/A3/I2/B494-495)

“Ngambil keputusan besar pasti harus minta pertimbangan sama yang lain terutama saya suaminya.”  
(SO4P4/A3/I2/B497-508)

Kegiatan sehari-harinya, ibu SS menunjukkan kemampuan untuk mengelola situasi sulit dengan pendekatan yang tenang dan penuh perhatian, khususnya dalam merespons tantrum anak. Ia memilih untuk mengajak anaknya berbicara dan

bernyanyi untuk menenangkannya, dan merasa berhasil saat anaknya merespons dengan baik. Selain itu, ia juga memiliki kebiasaan mengevaluasi dirinya sendiri di malam hari, merenungkan kejadian yang dialami dan memperkirakan tindakan di hari berikutnya. Ini menunjukkan bahwa ia menggunakan standar internal untuk menilai perilaku dan peran dirinya sebagai seorang ibu.

“Ketika itu, F marah. Tak bawa ke kamar, pokoknya adiknya gak di kamar, jadi saya ajak ngobrol, habis itu nyanyi-nyanyi anak-anak gitu, udah dia diam, terus gak marah lagi, terus saya merasa berhasil.” (P4/A3/I3/B706-710)

“Kadang, saya, kalau pas malam itu, mengevaluasi diri, tadi ngapain ya, kadang apa-apa gitu, besok gimana.” (P4/A3/I3/B723-725)

Suami ibu SS mengungkapkan bahwa istrinya cenderung tidak membuat keputusan besar sendirian, dan lebih percaya diri dalam pengambilan keputusan jika dilakukan secara bersama-sama. Meski begitu, ia juga mengakui bahwa ibu SS cenderung mengevaluasi dirinya sendiri, meskipun tidak selalu tampak secara langsung. Suaminya menyadari bahwa sang istri lebih banyak berjuang untuk kebahagiaan orang lain dibandingkan dirinya sendiri, karena prinsip hidup yang dipegangnya adalah untuk membahagiakan anak-anak dan mengurangi kondisi tantrum pada anak sulung mereka.

“Mengevaluasi dari diri sendiri.” (SO4P4/A3/I3/B523)

“Keputusan bersama itu kali ya.” (SO4P4/A3/I3/B513)

“Diri sendiri tidak bahagia.” (SO4P4/A3/I3/B592)

Tabel 4.14 Observasi Aspek Otonomi Partisipan 4

Indikator Otonomi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan untuk menentukan nasib sendiri	Ibu memilih sendiri menu makanan untuk anak dengan mempertimbangkan kebutuhan khusus anak	✗	-
	Ibu melatih anak dalam kegiatan sehari-hari (seperti makan sendiri, berpakaian, dll) dengan metode sendiri	✓	3 kali
Kemampuan untuk mandiri	Ibu meluangkan waktu untuk dirinya sendiri sesuai dengan keinginannya	✗	-
	Ibu mengikutsertakan anak dalam kegiatan tumbuh kembang anak (seperti taman bermain, perlombaan, dll)	✓	1 kali
Kemampuan untuk mengontrol diri	Ibu tetap sabar dan tenang saat menghadapi anak tantrum	✓	2 kali
	Ibu mengevaluasi diri melalui tulisan ataupun bercerita dengan orang terdekat	✓	1 kali
	Ibu tidak membandingkan anaknya dengan anak lain	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, aspek otonomi pada ibu SS terlihat dalam kemampuannya mengelola diri dan situasi secara mandiri, meskipun masih dipengaruhi oleh dukungan dan pertimbangan dari orang terdekat. Ia mampu mengambil keputusan sendiri dalam aktivitas harian seperti mengikuti kerja bakti dan mengatur waktu pribadi, serta menunjukkan kontrol diri saat menghadapi anak tantrum dengan cara yang tenang dan penuh perhatian. Observasi juga menunjukkan bahwa ibu SS melatih anak dengan metode sendiri,

mengikutsertakan anak dalam kegiatan tumbuh kembang, dan melakukan evaluasi diri secara rutin, baik melalui refleksi malam hari maupun interaksi dengan orang terdekat. Meskipun belum sepenuhnya menentukan nasib sendiri, seperti memilih menu makanan anak secara mandiri, ia tidak membandingkan anaknya dengan anak lain, yang mencerminkan penerimaan dan penghargaan terhadap kondisi anak. Secara keseluruhan, ibu SS menunjukkan perkembangan otonomi yang positif melalui kombinasi antara pengambilan keputusan pribadi, kontrol emosi, dan keterlibatan aktif dalam pengasuhan.

5) Partisipan 5

Ibu S menunjukkan bahwa ia memiliki kendali atas pilihannya sendiri meskipun dalam praktiknya tetap mempertimbangkan peran anggota keluarga lain. Ketika ingin pergi, misalnya, ia lebih memilih untuk mengajak anak-anak atau suami ketimbang pergi sendiri. Keputusan-keputusannya seperti pergi ke rumah nenek K atau menghadiri arisan dilakukan setelah pertimbangan dan izin dari suami, menunjukkan bahwa meskipun ia bebas memilih, ada kecenderungan untuk melibatkan orang lain dalam pengambilan keputusan. Ia juga menyampaikan bahwa dalam banyak hal, keputusan berasal dari dirinya sendiri, termasuk dalam hal mengajarkan anak tentang aktivitas sehari-

hari. Ini menunjukkan kemandirian dalam bertindak sesuai dengan keinginan dan cara sendiri.

“Kalau itu saya paling pergi ke rumah neneknya, tapi ya bersama anak-anak, nggak saya sendiri. Kalau pergi sendiri, belum pernah. Soalnya nggak bisa, dia itu selalu tetap kemana dia ikut. Jadinya kalau mau refreshing atau gimana itu cuma ke tempat neneknya. Kalau nggak itu main ke sungai itu, ngajak mancing, sama bapaknya.” (P5/A3/11/B561-569)

“Iya izin. Paling kalau itu kumpul-kumpulan ke arisan. Itu maka kumpulan ke arisan, kalau ke tempat apa gitu, nggak pernah. Paling nek itu ke tempat kumpul-kumpulan.” (P5/A3/11/B589-593)

“Ya, dari saya sendiri.” (P5/A3/11/B392)

“Iya, ajarin makan, ajarin mandi, pakai baju sendiri.” (P5/A3/11/B394-395)

Menurut suami (SO), Ibu S sering mengambil keputusan secara mandiri, namun selalu melalui diskusi terlebih dahulu. Ia dianggap bebas dalam menentukan tindakannya, selama tetap mempertimbangkan masukan dari keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ia bebas, Ibu S tetap menjaga keselarasan dalam keluarga dengan tetap berdialog dan berkomunikasi. Suami juga menegaskan bahwa keputusan yang diambil biasanya dilakukan bersama, selama hal tersebut masuk akal dan dapat dijalani.

“Sering.” (SO5P5/A3/11/B254)

“Ya kalau dapat saran, apa-apa itu enggak langsung, mungkin ngobrol dulu sama anak sama saya gitu, terus nanti berusaha gimana putusan dia, kita putus sama-sama selagi dia baik, jalan baik oke. Itu aja.” (SO5P5/A3/11/B257-262)

“Bebas.” (SO5P5/A3/11/B270)

“Lebih dari mampu. Cuma kadang kan kalok saya saran itu cuma selagi kamu mampu dan kita mampu kita jalani udah.” (SO5P5/A3/11/B273-275)

“Tetap pada pendirian.” (SO5P5/A3/11/B282)

“Iya itu kan cuma orang lain, yang ngejalanin kan kita.”  
(SO5P5/A3/I1/B287-288)

Kegiatan sehari-hari, ibu S cenderung tidak secara aktif mencari waktu untuk memenuhi keinginan pribadinya. Saat merasa lelah, ia lebih memilih untuk beristirahat sejenak. Meskipun begitu, Ibu S menunjukkan kemampuan untuk menolak tekanan sosial secara halus. Ia menjalani suatu tindakan jika merasa itu sesuai dengan dirinya, dan jika tidak, ia tidak merasa perlu untuk menuruti. Contohnya, ia tidak merasa tertekan ketika ada saran atau desakan dari orang lain terkait perawatan anaknya. Sisi lain, ia juga mampu mengambil keputusan penting secara mandiri, seperti mengajukan bantuan kursi roda untuk anaknya tanpa disuruh atau dipengaruhi oleh siapapun.

“Nggak pernah, hahaha.” (P5/A3/I2/B681)

“Yaudah istirahat aja, tiduran.” (P5/A3/I2/B684)

“Tiduran aja paling bentar gitu.” (P5/A3/I2/B686)

“Tidak ada.” (P5/A3/I2/B696)

“Oh, ada. Ya itu saya jalani, kok. Nggak pernah, nggak. Ada yang bilang dibawa kesana, ya bawa kesana. Kalau nggak dibawa kesana, itu bagus.” (P5/A3/I2/B701-704)

“Iya, kalau sesuai dengan jalannya, saya jalani.”  
(P5/A3/I2/B708-709)

“Pernah ini apa, kalau misalnya anu, saya tuh pengen nyarikan dia bantuan kursi roda gitu. Iya, saya mengajukan ke dinas. Udah, ini udah dalam pengajuan.”  
(P5/A3/I1/B634-637)

“Iya, ho’oh. Soalnya kan aku kasihan dia semakin besar. Biar apa, biar mending gitu loh di luar pakai kursi yang kayak gitu. Nggak usah digendong-gendong gitu loh. Keputusan dari saya sendiri.” (P5/A3/I1/B640-644)

Menurut SO, ibu S memang tidak pernah secara eksplisit menyatakan keinginan pribadi yang kuat, dan biasanya diam saat

menghadapi tekanan sosial. Meski begitu, dalam pandangan suami, ibu S mampu dan mandiri dalam menentukan langkah-langkahnya, bahkan jika tidak selalu diungkapkan secara langsung. Ia cenderung memproses sesuatu dalam diam terlebih dahulu sebelum mengungkapkannya.

“Enggak.” (SO5P5/A3/I2/B299)

“Mungkin diam dan lalu kepentok pemikiran, baru ngomong.” (SO5P5/A3/I2/B303-304)

“Iya.” (SO5P5/A3/I2/B308)

“Kalau saya, ibu mampu.” (SO5P5/A3/I2/B315)

“Iya mampu.” (SO5P5/A3/I2/B320)

Ibu S menunjukkan keyakinan yang tinggi dalam pengambilan keputusan. Ia menyatakan bahwa tidak mudah terpengaruh oleh pendapat orang lain dan cenderung percaya pada keputusan yang ia ambil sendiri, terutama setelah berdoa dan bermunajat. Ia juga menyadari bahwa dirinya tidak sempurna, dan belum merasa cukup baik dalam merawat anaknya. Ketika mengevaluasi diri, Ibu S lebih banyak menggunakan standar dari orang lain, seperti keluarga dan teman, ketimbang menilai dengan tolok ukur pribadi. Meski begitu, ia tetap memegang prinsip hidup berupa kesabaran dan usaha yang terus-menerus.

“Nggak, saya nggak pernah ikut ragu. Kalau saya yakin, yaudah yakin aja.” (P5/A3/I3/B771-772)

“Iya. Saya nggak pernah terpengaruh.” (P5/A3/I3/B774)

“Pokoknya ya itu, kalau saya sudah merasa yakin, yaudah. Kalau ada orang yang bilang beda-beda, diamin aja Mbak. Nanti malah bikin bingung, belibet, ini orang bilang ini,

diikuti, bilang ini diikuti. Saya yakin saja pada saya sendiri.” (P5/A3/I3/B778-784)

“Belum, Mbak, kalau merasa cukup baik. Belum. Enggak. Orang Ibu itu ada kekurangannya kok.” (P5/A3/I3/B824-826)

“Ya, manusia kan ada kekurangannya kan, Mbak. Enggak sempurna toh.” (P5/A3/I3/B833-834)

“Iya, dari orang lain.” (P5/A3/I3/B867)

“Ya, kadang teman-teman. Ya, dari keluarga, teman-teman.” (P5/A3/I3/B870-871)

“Prinsipnya cuman itu Mbak, sabar dan berusaha sih.” (P5/A3/I3/B877-878)

SO menilai bahwa ibu S menjalankan peran dengan keyakinan dan pengambilan keputusan yang kuat, terutama yang berkaitan dengan anak dan keluarga. Ibu S dianggap memiliki motivasi intrinsik yang kuat yang berasal dari keinginannya untuk memastikan anak-anak dan keluarganya tercukupi dan sehat. Ia juga dinilai sebagai seseorang yang mampu mengevaluasi dirinya sendiri dan mengambil keputusan berdasarkan pemikiran pribadi.

“Yang penting buat anak.” (SO5P5/A3/I3/B325)

“Ya asal buat anak, keluarga, terutama anak.” (SO5P5/A3/I3/B327-328)

“Keluar dari diri sendiri.” (SO5P5/A3/I3/B335)

“Iya sendiri.” (SO5P5/A3/I3/B337)

“Yo intinya yo yang terpenting itu tadi kembali intinya cuma buat anak, keluarga udah. Anak-anak bisa tercukupi, bisa makan, bisa tercukupi, sehat, udah.” (SO5P5/A3/I3/B351-354)

Tabel 4.15 Observasi Aspek Otonomi Partisipan 5

Indikator Otonomi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan untuk menentukan nasib sendiri	Ibu memilih sendiri menu makanan untuk anak dengan mempertimbangkan kebutuhan khusus anak	✓	4 kali
	Ibu melatih anak dalam kegiatan sehari-hari (seperti	✓	3 kali

	makan sendiri, berpakaian, dll) dengan metode sendiri		
Kemampuan untuk mandiri	Ibu meluangkan waktu untuk dirinya sendiri sesuai dengan keinginannya	✗	-
	Ibu mengikutsertakan anak dalam kegiatan tumbuh kembang anak (seperti taman bermain, perlombaan, dll)	✓	1 kali
Kemampuan untuk mengontrol diri	Ibu tetap sabar dan tenang saat menghadapi anak tantrum	✓	1 kali
	Ibu mengevaluasi diri melalui tulisan ataupun bercerita dengan orang terdekat	✓	1 kali
	Ibu tidak membandingkan anaknya dengan anak lain	✓	2 kali

Ibu S menunjukkan aspek otonomi yang berkembang secara bertahap dan kontekstual, tercermin dari kemampuannya mengambil keputusan sendiri dalam berbagai situasi, meskipun tetap melibatkan keluarga sebagai bagian dari proses pertimbangan. Ia mampu menentukan pilihan seperti mengajukan bantuan kursi roda untuk anaknya, melatih anak dengan metode sendiri, dan memilih menu makanan sesuai kebutuhan anak, yang menunjukkan kemandirian dan kesadaran akan tanggung jawabnya. Observasi juga menguatkan bahwa ibu S memiliki kontrol diri yang baik, seperti tetap tenang saat menghadapi anak tantrum, serta tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial. Meskipun belum secara aktif meluangkan waktu untuk diri sendiri, ia tetap menunjukkan evaluasi diri melalui refleksi dan

komunikasi dengan orang terdekat. Keseluruhan temuan menunjukkan bahwa otonomi ibu S bersifat adaptif, didorong oleh motivasi internal dan nilai-nilai keluarga, serta ditunjang oleh kemampuan reflektif dan pengambilan keputusan yang berbasis pada keyakinan pribadi.

d) Aspek Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)<sup>9</sup>

Penguasaan lingkungan adalah kemampuan untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikis individu tersebut (Ryff, 1989b). Ryff (Hill & Allemand, 2010) berpendapat bahwa penguasaan lingkungan merujuk pada kemampuan untuk mengendalikan dan mengelola lingkungan sekitar, serta efektivitas individu dalam memilih lingkungan yang sesuai dengan tujuan dan kebutuhannya. Sementara itu, individu yang memiliki tingkat pertumbuhan pribadi yang tinggi cenderung menekankan pentingnya perkembangan diri yang berkelanjutan sepanjang hidup, yang dicapai melalui pencarian pengalaman-pengalaman baru<sup>23</sup>

Menurut Perron (2006), penurunan dalam penguasaan lingkungan dapat membuat seseorang merasa terbebani, yang berarti bahwa perasaan terbebani merupakan indikator dari akibat tersebut. Sebaliknya, merasa terbebani oleh tanggung jawab juga bisa menyebabkan menurunnya rasa penguasaan terhadap lingkungan.<sup>119</sup>

Maka, dengan kata lain adanya perasaan tidak terbebani dengan tanggung jawab merawat ABK berpengaruh pada penggambaran penguasaan lingkungan ibu.

Sisi lain, menurut Montpetit dan Tiberio (Nicolas, Martinent, Palinkas, & Suedfeld, 2022) bahwa individu yang lebih banyak memanfaatkan sumber daya lingkungan cenderung lebih fleksibel dalam beradaptasi terhadap tuntutan situasi yang berubah, dan lebih terlindungi dari dampak negatif dalam kondisi yang penuh tekanan. Lebih lanjut, mereka lebih mampu menemukan sumber daya yang dibutuhkan untuk mengelola tuntutan secara efektif, sehingga dapat meningkatkan kemampuan adaptasi diri. Kemampuan ini menjadi sangat penting dalam lingkungan yang ekstrem. Kondisi tersebut, Suedfeld (Nicolas, dkk., 2022) melaporkan bahwa individu yang paling mungkin memberikan respons adaptif adalah mereka yang mampu mengelola situasi dan menemukan makna dalam apa yang mereka lakukan.

Lebih lanjut, Ryff & Keyes (Nicolas, dkk., 2022) mengatakan bahwa penguasaan lingkungan, sebagai kemampuan untuk memanfaatkan sumber daya lingkungan guna memenuhi kebutuhan diri dan memandang tuntutan lingkungan sebagai tantangan, serta Palinkas (Nicolas, dkk., 2022) juga berpendapat dapat menggambarkan individu yang belajar strategi baru dari pengalaman stres atau mengembangkan sumber daya baru untuk beradaptasi

dengan kondisi penuh keterbatasan di masa mendatang, dan berkontribusi pada proses salutogenesis (proses pembentukan dan pemeliharaan kesehatan).

1) Partisipan 1

Ibu K menunjukkan penerimaan yang tulus dalam menjalani tanggung jawab sebagai ibu dari ABK. Ia tidak merasa terbebani dan menyikapi setiap tanggung jawab dengan hati yang ikhlas. Ketika menghadapi situasi sulit, seperti saat anaknya sakit, ibu K tetap bertahan dengan perasaan sedih namun penuh kesabaran. Selain itu, ia juga menunjukkan kemampuan memilih lingkungan yang mendukung perkembangan anak, termasuk memilih sekolah dan tempat terapi yang dinilainya memudahkan serta membantu anak untuk bersosialisasi dan berkomunikasi.

“Enggak.” (P1/A4/I1/B623)

“Enggak, biasa. Sudah legowo lah itu.” (P1/A4/I1/B625)

“Kalau pas anaknya sakit ya, jadi diobati ini kok belum sembuh, kalau diobati ini belum sembuh, gitu ya. Gimana, gitu.” (P1/A4/I1/B635-637)

“Ya, gimana ya. Ya, paling sedih.” (P1/A4/I1/B642)

“Ya, biar anaknya mau bersosialisasi, mau berteman, bisa berkomunikasi, gitu.” (P1/A4/I1/B654-655)

Hal ini didukung juga dengan suami dari ibu K menggambarkan istrinya sebagai sosok yang menjalani peran sebagai ibu dengan ketulusan dan tanpa keluhan. Ia melihat bagaimana istrinya menghadapi situasi sulit seperti saat anak sakit dengan kesabaran yang luar biasa. Terkait hal pemilihan lingkungan bagi anak, suaminya menyebut bahwa Ibu K

mempertimbangkan kemudahan akses dan manfaat lingkungan tersebut bagi anak, terutama untuk mendukung proses sosialisasi dan komunikasi anak.

“Ohhh, gak pernah geluh Mbak. Dijalani semuanya. Perasaannya kalau saya lihat Ibu tuh dia tulus, gak ada geluh.” (SO1P1/A4/I1/B244-246)

“Pas R sakit, gak sembuh-sembuh. Ibu bingung, sedih, cemas. Tapi semuanya dijalani dengan sabar.” (SO1P1/A4/I1/B249-251)

“Kalau itu, ibu bilangnyanya disana dekat jadi mudah, gitu Mbak.” (SO1P1/A4/I1/B259-260)

“Ya, Mbak jadi mudah.” (SO1P1/A4/I1/B264)

Ibu K tampak berusaha menciptakan lingkungan yang lebih sesuai dengan kondisi anaknya dengan terus belajar dan beradaptasi. Ia mulai memahami jenis makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi oleh anaknya, serta berupaya menyesuaikan pola asuh agar anaknya bisa lebih tenang. Menjalani proses di tengah situasi sulit, ibu K tetap mendampingi anaknya dan merasa bahwa kehadiran orang-orang sekitar juga membantu. Ia juga menemukan makna dalam peran keibuannya, yang dijalani dengan penuh keikhlasan dan semangat untuk terus berusaha dan berdoa.

“Iya, ini caranya anak saya itu, aktif banget gitu. Terutama belajar tentang makannya, kan saya belum ngerti. Terus diberi tahu, terus baru ngerti. Apa yang boleh, apa yang tidak.” (P1/A4/I2/B673-676)

“Ya, menunggui di situasi sulit, gitu.” (P1/A4/I2/B693)

“Iya, iya, ada. Kalau lagi sama orang, sama R, terus dia datang gitu, akhirnya walaupun gitu, tetap ada yang bantu.” (P1/A4/I2/B699-701)

“Makna terbesarnya menjadi seorang Ibu, tulus ikhlas, membersamai anak, terus berusaha dan berdoa.”

(P1/A4/I2/B710-712)

“Ini ya sesuatu, udah takdir Allah kita, rencana Allah. Kami ingin anak-anak ini, kebersamai, bertanggung jawab, gitu.” (P1/A4/I2/B752-754)

Berdasarkan dari sudut pandang suami, ibu K memperlihatkan perkembangan dalam menyesuaikan diri terhadap kebutuhan anak, termasuk dalam hal makanan dan pengelolaan emosi anak. Ia menilai bahwa istrinya belajar dari dokter dan proses terapi, dan menerapkan pengetahuan itu dalam keseharian. Momen saat-saat sulit, ibu K tetap mendampingi anak dengan semangat, dan jika kelelahan, selalu ada dukungan dari dirinya maupun anak yang lain. Baginya, kehadiran Ibu K dalam hidup anak menjadi sumber ketulusan dan makna sebagai seorang ibu.

“Soal makan. Dulu gak ngerti, sekarang lebih hati-hati, kan R gak bisa makan yang sembarang ya Mbak, kayak tepung, gula, gitu, itu dibatasin sama Ibu. Terus makin belajar juga ngatur emosi, cara supaya R lebih tenang, lebih nurut gitu. Kan Ibu ada ngobrol juga sama dokternya dan nemenin R terapi, jadi banyak belajar dari situ Mbak.” (SO1P1/A4/I2/B269-276)

“Tetep nemenin, tetep berusaha semampunya, Mbak. Ibu selalu sama R setiap saat, kalau capek juga ada saya atau kakaknya R kan. Kalau soal biaya, saya yang usahakan itu untuk R.” (SO1P1/A4/I2/B280-284)

“Makna sebagai seorang Ibu ya bisa nemenin R terus, mendapatkan keikhlasan.” (SO1P1/A4/I2/B288-289)

Tabel 4.16 Observasi Aspek Penguasaan Lingkungan Partisipan 1

Indikator Penguasaan Lingkungan	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan memilih lingkungan yang	Ibu tidak mengeluarkan kata-kata yang menunjukkan keluhan, saat merawat anak	✓	4 kali

sesuai dengan kemampuan individu	Ibu membantu anak bersiap untuk bersekolah sambil menyiapkan perlengkapan sekolah anak	✓	4 kali
	Ibu aktif dalam komunitas orang tua ABK untuk saling berbagi informasi	✗	-
Kemampuan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi individu	Ibu menyesuaikan teknik berkomunikasi sesuai dengan kebutuhan anak	✓	4 kali
	Ibu menjalin kerja sama dengan anggota keluarga atau orang yang dipercaya agar bisa bergantian menjaga anak	✓	2 kali
	Ibu mengucapkan syukur atau doa setelah merawat anak	✓	4 kali

Ibu K menunjukkan penguasaan lingkungan yang kuat dan bermakna dalam menjalani peran sebagai ibu dari ABK. Ia mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak, seperti memilih sekolah dan tempat terapi yang sesuai, serta menyesuaikan pola komunikasi dan pola asuh agar anak lebih tenang dan nyaman. Sikapnya yang tulus dan tidak mengeluh, baik dalam wawancara maupun observasi, mencerminkan penerimaan yang mendalam terhadap peran keibuannya. Ia juga aktif menyesuaikan diri dengan kebutuhan anak, termasuk dalam hal makanan dan pengelolaan emosi, serta menjalin kerja sama dengan anggota keluarga untuk mendampingi anak secara bergantian. Observasi menunjukkan bahwa ibu K secara konsisten membantu anak bersiap ke sekolah, mengucapkan syukur setelah merawat anak, dan tidak menunjukkan

keluhan, yang memperkuat gambaran tentang kemampuannya menciptakan lingkungan yang positif dan penuh makna. Keseluruhan temuan mengindikasikan bahwa ibu K tidak hanya mampu beradaptasi, tetapi juga menjadikan peran keibuannya sebagai bentuk tanggung jawab spiritual dan emosional yang dijalani dengan keikhlasan dan keteguhan hati.

## 2) Partisipan 2

Ibu DP menjalani tanggung jawab sebagai ibu dari ABK dengan pemaknaan yang tulus. Ia tidak menjadikan perannya sebagai beban, melainkan menikmatinya sebagai momen yang tidak akan terulang. Saat menghadapi situasi sulit seperti tantrum yang berulang atau libur panjang yang menyebabkan anak mudah bosan, ia memilih untuk menenangkan diri dan merespons dengan tenang tanpa memperparah keadaan. Terkait memilih lingkungan bagi anak, ibu DP sangat memperhatikan kualitas interaksi antara guru dan anak. Ia berpindah dari satu tempat ke tempat lain demi menemukan guru yang mampu bonding dengan anaknya, dan hal ini membawa kemajuan signifikan, termasuk dalam kemampuan komunikasi dan toilet *training* anak.

“Menikmati. Menikmati momennya karena gak akan terulang lagi.” (P2/A4/11/ B1673-1674)

“Iya. Ya sekarang mau dijadikan beban, ya mau gimana kalau itu sudah jadi tanggung jawab kita gak mungkin kita jadikan beban.” (P2/A4/11/ B1676-1679)

“Sering mbak kalau dia tantrum. Kita gak ngerti yang dia minta, tiba-tiba dia ngamuk. Udah dikasih ini gak mau, dikasih itu gak mau., akhirnya ngamuk itu. Kalau dia udah

mulai tantrum, kalau dia udah mulai libur panjang saya stress karena dia akan lebih sering tantrum, dia akan lebih sering ngamuk kalau dia gak ada kegiatan. Dan dia bosan tinggal dirumah, nanti dia dikasih kegiatan mewarnai atau apa. Tapi tidak seperti di sekolah banyak temennya. Nanti dia bosan, sudah tantrum mulai. Itu rasanya udah.” (P2/A4/11/ B1683-1695)

“Diam aku mbak. Kalau gak ada kakaknya kita tinggal diem. Jadi tinggal tiduran, diem. Ya sudah diem aja. Entah aku scroll HP atau apa atau nanti pura-pura tidur gitu.” (P2/A4/11/ B1698-1702)

“Iya dia akan tenang sendiri. Karena nanti kalau terus tak ini, dia juga akan semakin naik. Jadi diem.” (P2/A4/11/ B1704-1706)

“Kalau untuk terapi kemarin kan untuk motorik, terus perkembangan ngomong, segala macam [...] Toilet trainingnya belum berjalan karena jongkok pun belum bisa. Tapi ketemu dengan bu D ini, gurunya ini, toilet trainingnya udah bisa jongkok, karena dia bisa merasakan oh aku sakit perut mau pup, dia bisa merasakan. Walaupun kalau untuk pipis, belum. Tapi saya bilang banyak sekali kemajuan dengan ketemu bu Dnya ini, gurunya ini.” (P2/A4/11/ B1710-1752)

“Iya. Karena saya memang dari dokternya dibilang gurunya harus bisa bonding sama anak mu, kalau gak, gak akan keluar. Potensi anakmu. gak akan keluar.” (P2/A4/11/ B1755-1759)

Berdasarkan sudut pandang *significant other*, yaitu anak pertama ibu DP, terlihat bahwa peran yang dijalani oleh ibunya dipandang berat. Ia menyadari bahwa proses pengasuhan terhadap NMP tidak mudah secara emosional, namun tidak melihat ibunya menjalaninya dengan mengeluh. Meski begitu, ia tidak terlibat atau mengetahui proses pemilihan sekolah dan terapi untuk anaknya. Hal ini menunjukkan bahwa pengambilan keputusan lebih banyak dilakukan oleh Ibu DP secara mandiri, tanpa partisipasi aktif dari *significant other*.

“Ya berat banget hidup ini.” (SO2P2/A4/I1/ B596)  
 “Iya berat.” (SO2P2/A4/I1/ B598)  
 “Enggak ada.” (SO2P2/A4/I1/ B609)  
 “Balik lagi ke emosi sih kak.” (SO2P2/A4/I1/ B618)  
 “Sepelinghatanku kalau bunda emosi itu biasanya muncul saat orang yang jagain N itu tinggalin N.” (SO2P2/A4/I1/ B624-626)  
 “Aku gak tahu sih. Gak ngikutin.” (SO2P2/A4/I1/ B634-635)  
 “Enggak.” (SO2P2/A4/I1/ B638)

Sisi lain, ibu DP juga mencoba mengembangkan strategi baru dalam mengasuh NMP, termasuk mengenalkan anaknya itu pada aktivitas memotret sebagai respon atas saran dari psikolog dan teman yang melihat potensi minat anak. Selain itu, di tengah berbagai keterbatasan, ia tetap berusaha menciptakan ruang yang aman dan bermakna bagi anaknya, termasuk dengan mencurahkan keluh kesah pada Tuhan dan tetap menjalani semua tantangan dengan keteguhan hati. Ibu DP menempatkan anak sebagai sumber utama makna hidupnya, yang menurutnya layak diperjuangkan secara total, terlepas dari segala hambatan yang dihadapi.

“Gak begitu banyak sih mbak. Cuma ya kalau dari bu D itu ngasih saran. Kalau dari psikolognya dulu, dari temanku arahin ke kamera nanti kalau sudah bisa, dia sudah ngerti, sudah mulai paham arahkan ke fotografi. Makanya sekarang dia saya pegangin hp kadang tak ajarin motret.” (P2/A4/I2/ B1763-1769)  
 “Berkeluh kesah. Berkeluh kesah sama Tuhan. [...] Ya tak bilang, kalau dengan kalkulator saya ya mental, karena semua di luar kendali. Dengan kondisi yang sekarang, dengan ekonomi yang sekarang, dengan pengeluaran yang lumayan besar, ya di luar kendali. Cuma ya itu tadi, sambat sama Tuhan.” (P2/A4/I2/B1788-1799)

“Iya. Dan ya, saya bilang, Tuhan saya lakukan ya saya bisa. Saya ini online-an ya, saya bisanya saat ini seperti ini. Saya cuma minta dimudahkan saja saat saya melakukan sesuatu. Saya gak minta lebih, gak minta gimana, yang penting saya cukup disaat saya butuh biaya.” (P2/A4/I2/ B1802-1808)  
 “Ya anak ini sendiri. Anak ini sendiri. Benar-benar makna hidup itu ya ini anak ini sendiri.” (P2/A4/I2/ B1813-1815)  
 “Iya, makna hidup saya sendiri ya ini. Pajjem kecil ku ini ya toh.” (P2/A4/I2/ B1818-1819)  
 “Ya namanya harus saya jalanini mau nggak mau, layak nggak layak. Ini yang Tuhan gariskan buat saya, ini yang Tuhan tuliskan untuk kehidupan saya, yang harus saya jalani. Mau berontak, nggak bisa.” (P2/A4/I2/ B1822-1826)  
 “Iya dan layak untuk diperjuangkan. Inilah anak yang layak untuk saya perjuangkan masa depannya, kehidupannya, kesehatannya, bahagiannya, kebahagiaannya dia. Itu sangat-sangat layak untuk saya perjuangkan.” (P2/A4/I2/ B1829-1834)

Namun, berdasarkan sudut pandang dari *significant other*, keterlibatannya dalam dinamika pengasuhan terbilang terbatas. Ia tidak terlalu mengamati proses perubahan atau strategi yang dilakukan oleh ibu DP dalam menciptakan lingkungan yang sesuai. Meskipun begitu, ia melihat bahwa ibu memiliki makna mendalam dalam peran pengasuhan dan tetap menjaga komunikasi dengan NMP, meskipun tidak secara eksplisit menilai strategi adaptasi yang dijalankan.

“Aku gak terlalu mengamati.” (SO2P2/A4/I2/ B646)  
 “Tetap berkomunikasi sama N mungkin.” (SO2P2/A4/I2/ B651-652)  
 “Menurutku sendiri mungkin bunda mengasuh anak itu bermakna buat bunda.” (SO2P2/A4/I2/ B667-669)

Tabel 4.17 Observasi Aspek Penguasaan Lingkungan Partisipan 2

Indikator Penguasaan Lingkungan	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan memilih lingkungan yang sesuai dengan kemampuan individu	Ibu tidak mengeluarkan kata-kata yang menunjukkan keluhan, saat merawat anak	✗	-
	Ibu membantu anak bersiap untuk bersekolah sambil menyiapkan perlengkapan sekolah anak	✓	5 kali
	Ibu aktif dalam komunitas orang tua ABK untuk saling berbagi informasi	✓	4 kali
Kemampuan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi individu	Ibu menyesuaikan teknik berkomunikasi sesuai dengan kebutuhan anak	✓	4 kali
	Ibu menjalin kerja sama dengan anggota keluarga atau orang yang dipercaya agar bisa bergantian menjaga anak	✓	3 kali
	Ibu mengucapkan syukur atau doa setelah merawat anak	✓	5 kali

Ibu DP menunjukkan penguasaan lingkungan yang kuat dan bermakna dalam menjalani peran sebagai ibu dari ABK. Ia tidak memandang peran tersebut sebagai beban, melainkan sebagai tanggung jawab yang dijalani dengan ketulusan dan penerimaan penuh. Ketika menghadapi situasi sulit seperti tantrum atau kebosanan anak saat libur panjang, ia memilih untuk menenangkan diri dan merespons dengan tenang, menunjukkan kontrol emosi yang matang. Ibu DP juga aktif memilih lingkungan yang mendukung perkembangan anak, seperti berpindah tempat terapi demi menemukan guru yang mampu membangun ikatan emosional dengan anak, yang terbukti

membawa kemajuan signifikan dalam komunikasi dan toilet training. Observasi memperkuat temuan ini, dengan perilaku seperti membantu anak bersiap ke sekolah, menyesuaikan teknik komunikasi, menjalin kerja sama dengan keluarga, serta mengucapkan syukur setelah merawat anak. Meskipun significant other melihat peran ibu sebagai berat dan tidak banyak terlibat dalam pengambilan keputusan, ia tetap mengakui bahwa pengasuhan yang dijalani ibu memiliki makna mendalam. Ibu DP juga berupaya menciptakan ruang yang aman dan bermakna bagi anak, termasuk mengenalkan aktivitas memotret sebagai bentuk stimulasi minat, serta menjadikan anak sebagai pusat makna hidup yang layak diperjuangkan sepenuh hati.

### 3) Partisipan 3

Ibu NE menunjukkan kemampuan dalam menyesuaikan tanggung jawab dan kondisi fisiknya tanpa merasa terbebani secara emosional. Ia mengelola situasi rumah tangga secara fleksibel, seperti beristirahat saat kelelahan dan menyesuaikan kegiatan memasak dengan kondisinya. Ketika menghadapi situasi sulit saat anaknya tantrum atau bersikap nakal, Ibu NE memilih pendekatan yang menenangkan, dengan cara menunggu hingga emosi S mereda sebelum mendekatinya. Terkait menentukan terapi dan sekolah untuk S, Ibu NE memilih tempat yang paling dekat dengan rumah serta mempertimbangkan kualitas layanan

yang sesuai dengan kebutuhan S, seperti terapi individu di RSA dan lingkungan sekolah yang mendukung perkembangan anaknya.

“Enggak. Ya, ya, ngucapnya, ya seorang ibu rumah tangga memang gitu, menyiapkan. Kadang kalau capek, yaudah gak masak, gitu aja. Nanti nek mau, beli aja atau apa, kadang itu. Kalau ngerasa cape, ya istirahat, bilang aja. Kadang Bapak juga sih bantu, kalau nyuci atau apa, kalau masak, apalagi masak nasi, udah nanti sisanya udah beli aja gitu.” (P3/A4/11/B1063-1070)

“Enggak, enggak, kalau udah cape banget, ada. Kalau pas nasi harus ada, sayur kan bisa dibeli. Gak harus dibebani, kadang kan kita gak enak badan.” (P3/A4/11/B1073-1076)

“Kalau dia bandel gitu.” (P3/A4/11/B1090)

“Kalau udah tantrum, diam aja udah.” (P3/A4/11/B1094)

“Ehem, iya. Dia kalau main, nangis, kalau Ibu udah capek, udah diam aja, nanti dia sendiri. Kalau udah agak lama, baru dideketin, kalau dia udah agak redah. Kalau dianya masih nangis, malahan gak mau, tapi dia ngerasa, kalau dia udah agak redah baru Ibu deketin, dia terus ngikut, peluk, udah, udah jangan nakal.” (P3/A4/11/B1096-1103)

“Kalau terapi itu dulu dari Puskesmas ya, disini yang paling dekat RSA, paling dekat sana. Kalau dari, apa, kalau sekolah saya ambilnya yang terdekat.” (P3/A4/11/B1117-1120)

“Kalau di sekolah Ibu, gak pernah perkiraan, pengennya kan cuman yang pengen deket aja, jalannya gak rame banget, gitu.” (P3/A4/11/B1148-1151)

“Kalau dulu di RSA itu kan, bukan banding-bandingkan ya, [...] pelayanannya juga bagus, soale bagus semuanya, tapi teman-teman yang pada bilang itu disana terapisnya gonta-ganti ganti-ganti, nanti gak tau perkembangannya. Mungkin misalnya Mbak e ya, besoknya juga terus saya, kan Mbak e harus bilang sama saya, gini-gini, kalau di RSA satu orang itu dipegang itu aja, gak gonta-ganti.” (P3/A4/11/ B1131-1146)

Berdasarkan sudut pandang dari *significant other*, Mbah melihat bahwa ibu NE menjalani peran sebagai ibu rumah tangga dengan penuh tanggung jawab tanpa merasa terpaksa. Meski

kelelahan dan kadang mengeluh, hal itu dianggap sebagai sesuatu yang wajar. Ketika menghadapi anak yang tantrum, Mbah menilai ibu NE bersikap sabar dengan membiarkan S tenang terlebih dahulu sebelum didekati. Mbah juga menyadari bahwa pemilihan sekolah dan tempat terapi dilakukan untuk mempercepat pemulihan S, dengan lokasi yang dekat dan layanan yang dirasa membantu perkembangan anak.

“Yo wis biasa. Nyiapin anak, kudu masak, jahit, gitu-gitu Mbak.” (SO3P3/A4/I1/B311-312)

“Ya ngeluh, ngeluh biasa e Mbak. Capek, lelah, ya gitu. Ndak ada merasa terpaksa, gitu. Ya, itu tanggung jawab, nek dijalani wae, semuanya dijalani.” (SO3P3/A4/I1/B317-320)

“Iya, ngeluh biasa, yo kan capek, istirahat, gitu.” (SO3P3/A4/I1/B324-325)

“Sering. Nek S tantrum, ngambek, buang barang. Yo Ibu sabar, ninggal sek, terus dideketi pas S wis adem.” (SO3P3/A4/I1/B328-330)

“Ndak tau kalau alasannya, tahu ne waktu S dimasukin kesitu biar cepat sembuh, buat belajar, gitu. Deket juga sama tempatnya, gitu.” (SO3P3/A4/I1/B333-336)

Ibu NE menunjukkan proses pembelajaran dari pengalaman dalam mengasuh anak, Ia mengenali metode yang sesuai dengan kebutuhan S, seperti penggunaan sedotan untuk mempermudah minum. Dalam mengatur aktivitas menjahit dan merawat anak, Ibu NE berusaha fleksibel dan meminta bantuan orang lain saat diperlukan. Ia juga menunjukkan sikap penuh penerimaan terhadap kondisi anak, dengan menguatkan kesabaran dan keikhlasan sebagai bentuk makna dalam perannya sebagai ibu.

“Dulu itu kalau pas bicara kayak suruh minum kan belum bisa, terus suruh nyedot. Jadi belum bisa, terus pas ini di rumah diajarin pakai sedotan. Jadi kalau samapi sekarang, dia kalau minum mintanya pakai sedotan.” (P3/A4/I2/B1179-1184)

“Ehem, iya. Kan udah diajarin minum, kan dari nyedot, tapi kan belum bisa-bisa, jadi terus pas momennya pas diajak makan bakso itu, minum es dia pakai sedotan, jadi dari situ kalau minta minum mintanya pakai sedotan. Heg gitu kan, minta gini kan, dari situ Saaya sudah paham minta sedotan.” (P3/A4/I2/B1188-1194)

“Ya, kita usahakan.” (P3/A4/I2/B1207)

“Atapun kalau, saya kan nyambi menjahit kan, kadang dia gak mau Saya kerja, kalau dia benar-benar minta didampingin, dia marah, itu mainan dibuang, terus dia nangis, yaudah nanti udah saya dampingin, udah diam. Jadi, kita usahakan, gitu aja.” (P3/A4/I2/B1210-1216)

“Ehem, iya dikasih perhatian dulu, baru dilanjutkan.” (P3/A4/I2/B1219-1220)

“Saya cuman mikir harus sabar mikir, pokoknya harus menambah sabar, udah gitu aja. Kalau sampai berpikir yang nganu, belum ada kepikiran.” (P3/A4/I2/B1251-1254)

“Iyaa, soalnya kayak udah ini anak aku harus, yaudah kayak anak lainnya aja. Mikirnya cuman gitu aja. Jadi kayak harus menambah sabar, harus menambah legowo, udah gitu aja.” (P3/A4/I2/B1256-1260)

Menurut Mbah, perubahan signifikan pada ibu NE terlihat sejak S menjalani terapi dan masuk sekolah. Ia menilai ibu NE menjadi lebih sabar dan memahami cara menghadapi anak. Melihat keschariannya, ibu NE dianggap mampu menyesuaikan aktivitas menjahit dengan kebutuhan S. Ketika S rewel, ibu NE bersedia berhenti sejenak dan memberikan perhatian. Mbah juga melihat bahwa kehadiran S telah memberi makna yang mendalam bagi ibu NE, menjadikannya pribadi yang lebih sabar dan kuat dalam menjalani peran sebagai ibu.

“Yo ono. Sejak ke rumah sakit, disitu udah mulai berubah, jadi makin sabar, jadi tahu cara ngadapin S. Waktu dimasukin ke sekolah itu juga, makin tahu, gitu Mbak.” (SO3P3/A4/I2/B342-346)

“Yo dikira-kira. Nek Ibu jahit, terus S rewel, yo berhenti sek. Pokoke disesuaikan. Kadang yo sama Mbah dulu. S tidur, dia ne istirahat dulu gitu.” (SO3P3/A4/I2/B358-361)

“Mungkin yo, mungkin S itu. Jadi tambah sabar, banyak kuat, gitu.” (SO3P3/A4/I2/B365-366)

Tabel 4.18 Observasi Aspek Penguasaan Lingkungan Partisipan 3

Indikator Penguasaan Lingkungan	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan memilih lingkungan yang sesuai dengan kemampuan individu	Ibu tidak mengeluarkan kata-kata yang menunjukkan keluhan, saat merawat anak	✓	4 kali
	Ibu membantu anak bersiap untuk bersekolah sambil menyiapkan perlengkapan sekolah anak	✓	5 kali
	Ibu aktif dalam komunitas orang tua ABK untuk saling berbagi informasi	✓	4 kali
Kemampuan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi individu	Ibu menyesuaikan teknik berkomunikasi sesuai dengan kebutuhan anak	✓	4 kali
	Ibu menjalin kerja sama dengan anggota keluarga atau orang yang dipercaya agar bisa bergantian menjaga anak	✓	1 kali
	Ibu mengucapkan syukur atau doa setelah merawat anak	✓	5 kali

Ibu NE menunjukkan penguasaan lingkungan yang adaptif dan bermakna dalam menjalani peran sebagai ibu dari ABK. Ia mampu menyesuaikan tanggung jawab rumah tangga dengan kondisi fisiknya tanpa merasa terbebani secara emosional, seperti beristirahat saat lelah dan menyesuaikan kegiatan memasak atau menjahit dengan kebutuhan anak. Ketika

menghadapi anak yang tantrum atau bersikap nakal, ibu NE memilih pendekatan yang menenangkan, menunggu hingga emosi anak mereda sebelum memberikan perhatian. Ia juga menunjukkan kemampuan memilih lingkungan yang mendukung perkembangan anak, seperti memilih terapi individu di RSA dan sekolah yang dekat serta aman. Observasi memperkuat temuan ini, dengan perilaku seperti membantu anak bersiap ke sekolah, menyesuaikan teknik komunikasi, aktif dalam komunitas orang tua ABK, serta mengucapkan syukur setelah merawat anak. Significant other juga menilai bahwa ibu NE menjalani peran keibuannya dengan penuh tanggung jawab dan kesabaran, serta mengalami perubahan positif sejak anak menjalani terapi dan sekolah. Keseluruhan temuan menunjukkan bahwa ibu NE tidak hanya mampu beradaptasi dengan lingkungannya, tetapi juga menciptakan ruang yang mendukung tumbuh kembang anak, dengan sikap penuh penerimaan, kesabaran, dan keikhlasan yang menjadi sumber makna dalam peran keibuannya.

#### 4) Partisipan 4

Ibu SS menunjukkan kemampuannya dalam memilih dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan sesuai kondisi pribadinya. Saat menghadapi tanggung jawab pengasuhan anak, terutama dalam kondisi lelah atau pusing, ia tidak mengeluhkan secara berlebihan, melainkan memilih untuk menjalani hari-

harinya dengan tenang. Sisi lain, untuk meredakan kelelahannya, ibu SS melakukan berbagai cara sederhana seperti beristirahat, tidur, hingga mencari hiburan ringan dengan melihat aktivitas anak-anak atau mengurus tanaman. Hal ini menunjukkan bahwa ibu SS mampu mengelola situasi dengan cara yang sesuai dengan kebutuhannya untuk kembali pulih secara emosional maupun fisik.

“Ya, kadang kalau pas apa, pas ini ya jalannya biasa aja Mbak, tapi kalau pas capek, pas pusing, apa, kadang ini, kayak berat.” (P4/A4/I2/B752-755)

“Kadang cuma kecapean gitu, dijalanin aja, nanti juga pusingnya, sakitnya, apa sembuh.” (P4/A4/I2/B762-764)

“Biasanya tidur, tiduran.” (P4/A4/I2/B770)

“Hmm, apa, lihatin yang kecil-kecil itu ngapain. Pokoknya kayak cari aktivitas apa, tanaman, atau apa.” (P4/A4/I2/B772-774)

Berdasarkan perspektif suami, ibu SS tidak menunjukkan tanda-tanda merasa terbebani dalam menjalankan perannya. Namun, ada kemungkinan bahwa ia memendam kelelahan atau tekanan yang dirasakannya tanpa mengungkapkannya secara verbal. Selain itu, saat anak-anak rewel bersamaan, ia tidak ragu meminta bantuan kepada orang-orang terdekat seperti orang tua atau mertua. Hal ini menunjukkan bahwa ia mampu mengenali batas kemampuannya dan memilih dukungan sosial yang tepat sebagai bagian dari strategi pengelolaan lingkungan.

“Tidak.” (SO4P4/A5/I1/B598)

“Bisa jadi. Orang nggak ada ngomong. Bisa jadi dipendam kan.” (SO4P4/A4/I1/B622-623)

“Rewel semua, bareng.” (SO4P4/A4/I1/B632)

“Ya minta tolong ke Ibu bapaknya mbahnya F. Siapa lagi yang bantuin kalau pas saya nggak di rumah.” (SO4P4/A4/I1/B639-641)

Ibu SS juga memperlihatkan kemampuannya dalam menciptakan lingkungan yang adaptif terhadap kebutuhan dirinya dan anak. Melalui pengalaman F bersekolah di SLB, ia memperoleh pengetahuan dan strategi baru dalam mengasuh anak dengan kebutuhan khusus. Ia juga mampu menyesuaikan diri dengan keterbatasan yang dihadapinya, seperti keterbatasan waktu dan biaya, dengan mencari cara praktis seperti meminjam uang kepada saudara, membagi makanan anak secara efisien, atau memilih rute tercepat untuk mengantar anak sekolah. Tidak hanya itu, ibu SS juga menemukan makna dalam perannya sebagai orang tua dari anak dengan kondisi khusus, menerima dan menjalani amanah tersebut dengan penuh kesadaran dan rasa syukur.

“Ya, itu, pas F itu, terus sekolah di SLB itu, pengalaman saya belajar hal baru.” (P4/A4/I2/B806-807)

“Itu, Ibu kepala sekolah yang siapa Ibu R itu, ‘ohh kalau bisa itu anak autis itu terapinya kayak berenang, itu bagus,’ katanya gitu. Jadi saya tambah ilmu juga.” (P4/A4/I2/B814-817)

“Mungkin, hmmm. Tak ini, paling pas keuangan itu Mbak, pinjam si itu apa, kakak saya.” (P4/A4/I2/B853-855)

“Kadang ya, ayo, pas nganter sekolah itu, ayo lewat jalan ini aja biar cepat, gitu. Tak gituin, biar hemat waktu dijalan.” (P4/A4/I2/B858-860)

“Kadang kayak nyuapin tadi loh Mbak, kadang kan sama bertiga, udah tak suapin satu mangkok untuk bertiga, biar

cepat kayak, ini ayok sekolah, cepetin, cepetin.” (P4/A4/I2/B864-867)

“Ehem, biar hemat waktu, tenaga.” (P4/A4/I2/B870)

“Paling ya itu, Mbahnya. Kalau pas saya ngapain gitu.” (P4/A4/I2/B873-874)

“Ya itu, apa, sering marah, kadang sering marah itu loh Mbak, jadi setelah dari yang lain, kalau yang satu, yang adik-adiknya kan marah, bisa diiniin, tapi kadang yang itu agak susah, terus nanti apa pikirannya kan lebih kayak anak kecil kan Mbak, jadi ya cara ngomongnya, kayak anak kecil yang ini, kayak kita main sama anak kecil.” (P4/A4/I2/B883-890)

“Hmm, apa ya, pokoknya nggak, nggak semua orang tua dikasih ini, yo wes saya.” (P4/A4/I2/B894-895)

“Ya, karena itu titipan, Mbak.” (P4/A4/I2/B903)

“Ho’oh, iya titipan. Jadi terus dijalanin aja.” (P4/A4/I2/B905-906)

Berdasarkan keterangan suaminya, terlihat bahwa ibu SS tetap berusaha menciptakan lingkungan terbaik bagi anak-anak meskipun dihadapkan pada keterbatasan. Ia mampu membagi peran dan waktu secara efektif, serta menunjukkan kepekaan dalam mengelola kebutuhan setiap anak. Situasi yang kompleks tidak menghentikannya untuk hadir bagi anak-anaknya. Suaminya pun mengakui bahwa ibu SS memiliki makna tersendiri dalam menjalani perannya, terutama dalam hal pembagian waktu dan perhatian yang adil untuk seluruh anak-anaknya.

“Mingasuh nggak ada berubah. Cuma ada tambahan mungkin.” (SO4P4/A4/I2/B682-683)

“Ya tambahan ketemunya sama F yang ade-ade. Jadinya lebih tahu. [...] Tapi kalau F, kalau dia sengamuk-ngamuknya dia, kalau sama saya dia takut. Bisa lah untuk meredam. Kayak semalam itu bangun tidur ngamuk. Ibunya lagi tidur diganggu, dicubit kek, di apa kek. Begitu sama saya anteng.” (SO4P4/A4/I2/B685-704)

"Diusahakan tetap hadir. Yang lain ditinggal. Kayak adanya sakit terus ditinggal. Kasih mbahnya. [...] Tapi sekarang ibunya udah balik, ya balik lagi kayak gitu. Manja sama ibunya semua. Bapaknya gak ada yang di manja." (SO4P4/A4/I2/B717-733)

"Bagi tugas." (SO4P4/A4/I2/B737)

"Bisa bagi waktu itu aja maknanya. Memberi waktu maknanya. Bisa bagi waktu buat anak-anak tiga kecil-kecil, dua. Yang satu sebenarnya udah bisa apa ya, ngomong lah kalau normal ya. Ini kan ndak bisa juga. Jadi ini ya bagi waktu untuk sama orangtuanya."

"Ya kalau gak bisa manage waktu itu gimana terus? Kan bingung jadinya. Apa yang mau diambil. Apa yang mau di dahulukan kalau gak bisa manage waktu tadi." (SO4P4/A4/I2/B753-757)

Tabel 4.19 Observasi Aspek Penguasaan Lingkungan Partisipan 4

Indikator Penguasaan Lingkungan	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan memilih lingkungan yang sesuai dengan kemampuan individu	Ibu tidak mengeluarkan kata-kata yang menunjukkan keluhan, saat merawat anak	✓	4 kali
	Ibu membantu anak bersiap untuk bersekolah sambil menyiapkan perlengkapan sekolah anak	✓	5 kali
	Ibu aktif dalam komunitas orang tua ABK untuk saling berbagi informasi	✓	4 kali
Kemampuan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi individu	Ibu menyesuaikan teknik berkomunikasi sesuai dengan kebutuhan anak	✓	4 kali
	Ibu menjalin kerja sama dengan anggota keluarga atau orang yang dipercaya agar bisa bergantian menjaga anak	✓	2 kali
	Ibu mengucapkan syukur atau doa setelah merawat anak	✓	5 kali

Ibu SS menunjukkan kemampuan adaptif dalam mengelola lingkungan sesuai dengan kondisi fisik, emosional, dan sosialnya. Ia tidak mudah mengeluh saat menghadapi

kelelahan, melainkan memilih strategi pemulihan sederhana seperti beristirahat, tidur, atau mencari hiburan ringan. Ketika dalam situasi pengasuhan yang menantang, seperti anak-anak rewel bersamaan, ia mampu mengenali batas kemampuannya dan secara aktif mencari dukungan dari orang terdekat. Pengalaman anak bersekolah di SLB menjadi titik penting dalam peningkatan pengetahuan dan keterampilan pengasuhan, yang kemudian diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Ibu SS juga menunjukkan kreativitas dalam mengatasi keterbatasan, seperti membagi makanan secara efisien, memilih rute tercepat, dan meminjam dana saat diperlukan. Ia mampu menyesuaikan teknik komunikasi dengan anak sesuai kebutuhan, serta menjalin kerja sama dengan anggota keluarga untuk berbagi tanggung jawab. Observasi memperkuat temuan ini, dengan perilaku seperti tidak mengeluh saat merawat anak, aktif dalam komunitas orang tua ABK, dan mengucapkan syukur setelah menjalani aktivitas pengasuhan. Perspektif suami menunjukkan bahwa ibu SS tetap hadir secara emosional dan fisik bagi anak-anaknya, serta mampu membagi waktu dan perhatian secara adil. Keseluruhan temuan mencerminkan bahwa ibu SS memiliki penguasaan lingkungan yang matang, dengan pendekatan yang fleksibel, penuh kesadaran, dan bermakna dalam menjalani peran sebagai ibu dari ABK.

## 5) Partisipan 5

Ibu S menunjukkan kemampuannya dalam memilih lingkungan yang sesuai dengan kondisinya sebagai ibu dari ABK. Ia tidak merasa terbebani dalam merawat anaknya, melainkan menjalani perannya dengan tulus dan penuh rasa tanggung jawab. Ia merasa merawat anak adalah bagian dari tanggung jawab pribadinya, bukan beban yang harus dihindari. Meskipun demikian, ibu S tetap menghadapi tantangan ketika anaknya <sup>41</sup> **sakit dan harus dirawat di rumah sakit, sehingga ia** harus meninggalkan pekerjaan rumah tangga dan pekerjaannya yang menghasilkan pendapatan. Selain itu, ibu S secara sadar memilih sekolah khusus untuk anaknya agar terhindar dari potensi ejekan di sekolah formal, serta memilih tempat terapi yang bisa mendukung proses pemulihan dan perkembangan anak.

"Paling ya, sudah tanggung jawab saya, ya gak ada terbebani. Ya kan, sudah tanggung jawab saya, bukan orang lain." (P5/A4/I1/B891-893)

"Ya, ya, senang saja." (P5/A4/I1/B896)

"Iya, senang aja, dinikmati, senang saja. Enggak usah dijadikan beban." (P5/A4/I1/B897-898)

"Apa, ya, ketika dia sakit aja, gitu. Kayak saat kerjaan saya banyak, dia sakit, kan harus saya jagain ke rumah sakit, gitu kan. Otomatis saya kan lebih berat merawat dia. Jadi, pekerjaan di rumah tak tinggalin, gitu loh." (P5/A4/I1/B903-908)

"Iya, ya, kan saya jadi gak dapat duit dari pekerjaan itu loh. Saya harus konsentrasi merawat dia. Pas oknam. Dia kan sering Mbak, sering opnam kan. Terus seminggu dia disana, jadi pekerjaan saya tinggal." (P5/A4/I1/B911-915)

"Ya, kalau sekolahnya kan, sekolahnya kan itu khusus untuk anak-anak spesial itu. Biar dia gak anu, gak diajak teman-temannya. Disana kan orang-orangnya sama toh,

kalau sekolah formal kan aku takutnya diejek. Dia disana kan sama saja, keterbatasan.” (P5/A4/11/B921-927)  
 “Biar dia, apa itu, biar dia cepat sembuh saja.” (P5/A4/11/B930-931)  
 “Ya, biar cepat berjalan.” (P5/A4/11/B932)

Berdasarkan perspektif suami, ibu S dinilai menjalankan perannya dengan tulus dan penuh kesabaran. Ia melihat bahwa istrinya memang memiliki kesungguhan dan keikhlasan dalam mengasuh anak, terutama karena merasa itu adalah bagian dari tanggung jawabnya. Suaminya juga menyadari bahwa di awal-awal masa pengasuhan, ibu S mengalami tantangan, apalagi ketika anak sering sakit dan anggota keluarga lain sibuk bekerja. Ketika situasi tersebut, ibu S tetap berusaha menjalankan peranannya dan mengatur ulang prioritasnya. Selain itu, suaminya menilai bahwa ibu S membuat keputusan dengan mempertimbangkan kebutuhan anak, dan ia mendukung pilihan sekolah maupun terapi yang dijalani anak.

“Tulus, senang. Kebanyakan tulus semua, apalagi lihar anak sehat.” (SO5P5/A4/11/B361-362)  
 “Ya pada waktu awal-awal.” (SO5P5/A4/11/B369)  
 “Iya awal-awal sadarnya satu minggu dua kali, terus nanti sulitnya itu saya sama anak-anak pada kerja, kayak gitu.” (SO5P5/A4/11/B373-375)  
 “Iya cuman ngomong aja. Ini harus gini, harus gini, harus bisa nemenin.” (SO5P5/A4/11/B380-381)  
 “Yo yang penting buat anak aja dan bisa ngejalanin lebih yang mana enaknyanya gitu. Jalanin aja. Saya ikut.” (SO5P5/A4/11/B389-391)

Ibu S juga aktif menciptakan lingkungan yang mendukung bagi anaknya dengan cara mencari pengetahuan baru

mengenai kondisi anak, seperti membaca buku dan informasi dari internet. Ketidaktahuannya tidak menghalangi dirinya untuk belajar dan memahami kebutuhan anak. Selain itu, ketika memiliki keterbatasan waktu atau tenaga, ibu S tidak ragu meminta bantuan tetangga atau keluarga terdekat untuk menjaga anaknya. Hal ini mencerminkan kemampuan ibu S dalam menciptakan sistem pendukung di sekitarnya. Lebih dari itu, ibu S juga memaknai perannya dalam merawat anak sebagai sesuatu yang berarti. Ia meyakini bahwa semua upaya ini berasal dari dirinya sendiri dan menjadi bagian dari tanggung jawab serta cinta terhadap anaknya.

“Ya, itu. Saya cari-cari informasi, baca buku, karena saya gak tau toh Mbak tentang itu. Jadi, dokter ngasih tau kalau itu, ya saya baca di HP, saya baca di buku, gitu.” (P5/A4/I2/B984-988)

“Ya umpama kalau mau di tinggal ke mana gitu, minta tolong siapa buat ngejagain.” (P5/A4/I2/B1009-1011)

“Ya kadang ke tetangga, kadang ke saudaranya K sendiri.” (P5/A4/I2/1013-1014)

“Ya iya, anaknya kan seperti itu, anak spesial toh. Sebenarnya ini menjadi bermakna.” (P5/A4/I2/B1026-1028)

“Ya, dari saya sendiri.” (P5/A4/I2/B1050)

Suami melihat bahwa pengalaman awal dalam merawat anak telah mengubah ibu S menjadi pribadi yang lebih sabar dan mampu menerima keadaan. Ia menyadari bahwa sang istri selalu memprioritaskan anak di atas hal lainnya, baik dalam hal waktu, kegiatan, maupun keuangan. Menurut pandangannya, ibu S tidak mudah putus asa, dan ia terus berusaha memberikan yang terbaik

untuk anak. Bahkan, setiap hasil yang dicapai anak, sekecil apa pun, selalu disyukuri. <sup>1</sup> Ini menunjukkan bahwa ibu S tidak hanya menciptakan lingkungan fisik yang sesuai, tetapi juga membangun suasana emosional yang positif dan penuh harapan di dalam keluarga.

“Yo awal-awal K penyakit itu ya jadi berubah ya, dia jadi lebih sabar, lebih menerima keadaan, yaudah.” (SO5P5/A4/I2/B414-416)

“Selalu ya, selalu. Kalau masalah anak, dia semua dari biaya, dari kegiatan, itu ditinggal ya.” (SO5P5/A4/I2/B428-430)

“Iya, yang utama anak.” (SO5P5/A4/I2/B432)

“Apanya? Kesabaran, terus tambah gimana ya? Dia nggak putus asa, terus langsung berapa hasilnya dia itu disyukuri terus, asal dia dapat nggak dapat, udah bisa berusaha lah. Yang penting berusaha.” (SO5P5/A4/I2/B441-445)

Tabel 4.20 Observasi Aspek Penguasaan Lingkungan Partisipan 5

Indikator Penguasaan Lingkungan	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Kemampuan memilih lingkungan yang sesuai dengan kemampuan individu	Ibu tidak mengeluarkan kata-kata yang menunjukkan keluhan, saat merawat anak	✓	4 kali
	Ibu membantu anak bersiap untuk bersekolah sambil menyiapkan perlengkapan sekolah anak	✓	4 kali
	Ibu aktif dalam komunitas orang tua ABK untuk saling berbagi informasi	✓	4 kali
Kemampuan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi individu	Ibu menyesuaikan teknik berkomunikasi sesuai dengan kebutuhan anak	✓	4 kali
	Ibu menjalin kerja sama dengan anggota keluarga atau orang yang dipercaya agar bisa bergantian menjaga anak	✓	1 kali
	Ibu mengucapkan syukur atau doa setelah merawat anak	✓	5 kali

Ibu S menunjukkan penguasaan lingkungan yang kuat dan bermakna dalam menjalani peran sebagai ibu dari ABK. Ia tidak merasa terbebani oleh tanggung jawab pengasuhan, melainkan memaknai peran tersebut sebagai bentuk cinta dan tanggung jawab pribadi. Meskipun menghadapi tantangan seperti anak yang sering sakit dan harus dirawat di rumah sakit, ibu S tetap menjalankan perannya dengan penuh kesabaran dan keikhlasan, bahkan ketika harus meninggalkan pekerjaan dan aktivitas rumah tangga. Ia secara sadar memilih sekolah khusus dan tempat terapi yang sesuai untuk anaknya, guna menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung perkembangan anak. Observasi menunjukkan bahwa ibu S aktif dalam komunitas orang tua ABK, tidak mengeluh saat merawat anak, serta rutin mengucapkan syukur setelah menjalani aktivitas pengasuhan. Ia juga menunjukkan inisiatif dalam mencari informasi tentang kondisi anak melalui buku dan internet, serta membangun sistem dukungan dengan melibatkan tetangga dan keluarga. Keseluruhan temuan mencerminkan bahwa Ibu S<sup>17</sup> tidak hanya mampu beradaptasi dengan lingkungannya, tetapi juga secara aktif menciptakan ruang yang mendukung secara fisik dan emosional, dengan pendekatan yang penuh cinta, kesadaran, dan makna.

e) Aspek Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Ryff (1989b) mengatakan bahwa individu yang sehat secara mental adalah individu yang memiliki tujuan dan makna hidup. Maka dengan demikian, individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, dan rasa terarah, yang semuanya berkontribusi pada perasaan bahwa hidup itu bermakna.

Istilah “makna” dan “tujuan hidup” sering digunakan secara bergantian dengan definisi yang beragam. Satu sisi, “makna” atau “tujuan hidup” dipandang sebagai sebuah sifat bawaan, kekuatan dari dalam diri, sesuatu yang secara mendalam menentukan keadaan batin seseorang, yang memiliki cengkeraman terhadap moral dan spiritual individu, serta menjadi alasan atau “mengapa” seseorang hidup dan apa yang memotivasi kehidupannya. Sisi lain, “makna” atau “tujuan hidup” juga didefinisikan sebagai niat yang stabil dan menyeluruh untuk mencapai sesuatu yang bermakna bagi diri sendiri dan berdampak bagi dunia di luar dirinya. Lebih lanjut, tujuan hidup dipandang sebagai suatu hasil atau luaran yang diukur (Verduin, De Bock, Vliet Vlieland, Peeters, Verhoef, & Otten, 2008).

Menurut McKnight dan Kashdan (Borcham & Schutte, 2023), tujuan hidup dapat didefinisikan sebagai adanya tujuan utama dalam hidup yang menjadi pusat pengatur arah diri, Ryff (Borcham & Schutte, 2023) menambahkan serta sebagai rasa arah dan kesengajaan secara menyeluruh dalam menjalani kehidupan. Definisi yang lebih

baru, Boreham dan Schutte (2023) mengatakan hal ini mencakup sejauh mana individu menganggap aktivitas hidup mereka bernilai dan penting. Lebih lanjut, McKnight & Kashdan (Boreham & Schutte, 2023), tujuan hidup sering diibaratkan seperti kompas yaitu memberikan arah utama dalam kehidupan yang membimbing penetapan tujuan, membantu pengambilan keputusan, dan menentukan bagaimana seseorang menggunakan sumber daya pribadinya yang terbatas. Ryff (Boreham & Schutte, 2023) juga mengatakan operasionalisasi awal dari konsep tujuan hidup mencakup perspektif masa lalu (melihat makna dari kehidupan yang telah dijalani), perspektif masa kini (menemukan arti dalam kehidupan saat ini), dan perspektif masa depan (memiliki tujuan serta rasa arah untuk ke depan).

#### 1) Partisipan 1

Ibu K menunjukkan bahwa tujuan hidupnya tidak hanya berorientasi pada dirinya sendiri, tetapi sangat berkaitan erat dengan peran sebagai ibu dan spiritualitasnya. Ia memiliki keinginan untuk terus mendampingi anak-anaknya dan menjadi sosok yang bermanfaat dalam kehidupan mereka. Bagi ibu K, menjalani peran keibuan adalah bentuk ibadah, dan memperkuat hubungan spiritual dengan Tuhan melalui ibadah yang lebih khusyuk merupakan bagian penting dari tujuannya. Selain itu, ia juga menaruh harapan besar terhadap perkembangan anaknya

yang berkebutuhan khusus, khususnya agar mampu berbicara, membaca, menulis, dan berprestasi secara akademik. Keseluruhan tujuan tersebut memberikan makna mendalam dalam kehidupannya sebagai individu dan sebagai seorang ibu.

“Semoga saya bisa terus kebersamai anak-anak saya, buat anak-anak saya bermanfaat.” (P1/A5/11/B776-778)

“Saya ingin, saya ingin beribadah lebih banyak, lebih khusyuk, gitu.” (P1/A5/11/B780-781)

“Iya. Soalnya saya ingin merasa ya apa ya, ya tenang, gitu.” (P1/A5/11/B783-784)

“Ya, supaya R, seperti anak-anak yang lain, bisa berbicara, bisa belajar, bisa baca tulis, gitu, bisa pintar di sekolah, gitu.” (P1/A5/11/B794-796)

“Ya, saya merasanya sangat penting. Saya yang selalu menemani dan kebersamai R. Kalau gak sama saya, dia nangis, nyariin gitu. Terus nanti semua kebutuhannya kan saya yang nyiapin.” (P1/A5/11/B850-854)

Berdasarkan sudut pandang suaminya, tujuan hidup ibu K terlihat jelas melalui kesungguhannya dalam mendampingi anak-anak, khususnya MRG yang merupakan ABK. Ia menilai bahwa istrinya merasa berhasil sebagai seorang ibu jika bisa melihat perkembangan MRG, seperti mampu membaca, menulis, dan berbicara dengan lancar. Tujuan ini membuat ibu K merasa perannya bernilai dan bermakna. Lebih jauh, suami ibu K juga menyebut bahwa istrinya memiliki orientasi spiritual yang kuat, yakni ingin memperdalam ibadah agar hidupnya lebih tenang dan khusyuk. Semua ini menunjukkan bahwa tujuan ibu K tidak hanya terfokus pada aspek pengasuhan, tetapi juga pada pertumbuhan spiritual pribadinya.

“Tujuan hidup ya Mbak, ya itu tadi tetap kebersamai anak-anaknya dan mau lebih khusyuk ibadah.” (SO1P1/A4/I2/B288-289)

“Ibu pernah bilang ya targetnya atau pengennya itu kalau R bisa baca, nulis, ngomong lancar. Mungkin kalau itu tercapai, ya Ibu merasa senang dan perannya sebagai Ibu itu berhasil, ya Mbak.” (SO1P1/A5/I1/B302-306)

“Besarnya banget. Ibu yang paling ngerti R, yang selalu sama R, yang jagain, yang merawat R. Besarnya banget lah, Mbak.” (SO1P1/A5/I1/B309-311)

Niat ibu K dalam menjalani hidup tercermin kuat dalam aktivitas-aktivitas yang ia lakukan sehari-hari. Ia menggambarkan bahwa dirinya memegang teguh nilai-nilai agama, seperti dengan membaca buku-buku doa secara rutin untuk mendoakan keselamatan dan kesehatan anak-anaknya. Proses menjalani peran sebagai ibu rumah tangga, ibu K memiliki kesadaran penuh bahwa mengurus rumah dan anak-anak adalah kewajiban yang harus dilakukan dengan ikhlas tanpa banyak mengeluh. Bahkan ketika merasa lelah atau mengantuk karena harus bangun malam demi merawat anak, niat untuk terus menjalankan peran tersebut tidak surut. Hal ini menunjukkan bahwa dorongan dari dalam dirinya sangat kuat dalam membentuk perasaan hidup yang bermakna.

“Ya, pegang agama, ya sering baca buku doa-doa untuk kehidupan, shalat, kadang buku ini untuk anak ini ya sehat, bisa apa ya, bisa terhindar dari hal-hal buruk, dari baca buku doa-doa itu.” (P1/A5/I2/B859-863)

“Oh iya, ohh iya, saya harus bangun pagi, ya tugas istri ya, tugas ibu rumah tangga, mengasuh anak-anak, ya gitu. Kalau turunan malas, cape gitu, ya gak boleh mengeluh, ya seorang Ibu. Seorang Ibu itu memang itu memang harus

gitu, kalau misal pekerjaan rumah gitu, ya memang sebuah kewajiban.” (P1/A5/I2/B875-882)

“Lah tiap hari, tiap malam bergadang, anak jam 1 udah bangun, jam 2 udah bangun, R itu, jadi saya ya ikut bangun, gitu.” (P1/A5/I2/ B888-890)

“Niatnya mengurus anak, merawat anak, sampai dia mandiri, bisa ngurus dirinya sendiri.” (P1/A5/I2/B891)

Menurut suaminya, niat utama ibu K dalam menjalani kehidupan adalah untuk anak-anak dan keluarganya. Ia menyaksikan bahwa istrinya sangat konsisten dalam menjalankan nilai-nilai keagamaannya, seperti membaca doa setiap hari, dan itu menjadi kebiasaan yang memperkuat arah hidupnya. Niat tersebut kemudian menjadi motivasi besar bagi ibu K untuk terus menjalankan tanggung jawab sebagai istri dan ibu, meskipun banyak tantangan. Suaminya menyadari bahwa seluruh tindakan istrinya didasari oleh niat kuat untuk merawat anak-anak, khususnya agar MRG bisa mandiri dan tidak terus bergantung kepada ibunya.

“Kalau nilai, Ibu itu banyak baca doa, Mbak. Suka baca buku-buku doa gitu, setiap hari pegangannya ya itu, doa sehari-hari, gitu.” (SO1P1/A5/I2/B318-321)

“Iya, motivasi utamanya Ibu ya mungkin anak-anak, Mbak. Semuanya diusahakan dan dijalankan untuk anak-anak.” (SO1P1/A5/I2/B327-329)

“Niat ya Mbak, ya mungkin niatnya untuk ngurus R sampai mandiri. Kan R semua masih bergantung ke Ibu, pengennya R bisa mandiri, gitu.” (SO1P1/A5/I2/B333-336)

Ibu K menunjukkan arah hidup yang jelas melalui tindakan dan refleksi diri yang ia lakukan. Salah satu bentuk arah hidupnya adalah menjadikan ibadah sebagai pegangan dan tempat

mengadu, terutama saat menghadapi tantangan dalam pengasuhan anak. Selain itu, ia juga menunjukkan kemampuan untuk berkolaborasi dalam keluarga, dengan berbagi tugas bersama suami untuk mengurus anak-anak dan rumah tangga. Ia membayangkan dirinya sebagai sosok yang kuat dan mandiri, yang akan terus kebersamai keluarganya. Arah hidup ini memperkuat identitas dirinya sebagai seorang ibu dan individu yang tegar dalam menghadapi dinamika kehidupan.

“Saya mengadu pada Allah.” (P1/A5/I3/B914)

“Sekarang beribadah lebih khusyuk.” (P1/A5/I3/B920)

“Ya, kita bekerja sama, mengurus anak, yang anak pertama bersih-bersih, terus suami masak, ya gitu, saya yang nyuci dan jaga anak. Jadi, kita bisa bersama-sama, menjalani ini. Kalau Bapak yang jemput anak pertama, saya yang jaga R.” (P1/A5/I3/B933-938)

“Apa ya? Ya, ya saya menjadi orang yang, bisa kebersamai keluarga ini, bisa terus.” (P1/A5/I3/B945-946)

“Orang yang tegar, orang yang kuat, orang yang mandiri.” (P1/A5/I3/B951-952)

Suami dari ibu K menggambarkan bahwa arah hidup istrinya didasari oleh pertimbangan untuk kebaikan anak-anak. Ia melihat bahwa istrinya cenderung mengambil keputusan dengan mempertimbangkan dampaknya terhadap keluarga. Ia juga menilai bahwa ibu K menjalankan kehidupan rumah tangga secara kolektif bersama suami, tanpa ada dominasi peran, melainkan saling membantu. Gambaran dirinya terhadap ibu K adalah sebagai sosok yang akan selalu berusaha dan hadir bagi anak-anaknya, dengan harapan MRG kelak dapat mandiri dan

menjadi pribadi yang hebat. Ini menunjukkan arah hidup ibu K yang terarah dan penuh dedikasi.

“Pertimbangan utama, ya kayaknya anak-anak ya Mbak.” (SO1P1/A5/I3/B343-344)  
 “Kerja sama kita semua Mbak.” (SO1P1/A5/I3/B352)  
 “Ya, Mbak, gitu gak ada menentukan gitu, saling bantu aja. Saling mengerti, gitu.” (SO1P1/A5/I3/B357-358)  
 “Kalau bayangan diri Ibu, Ibu gak pernah bilang langsung, Mbak. Tapi ya kalau menurut saya, Ibu di masa depan tetap menjadi Ibu yang selalu berusaha untuk anak-anaknya, selalu nemenin anaknya gitu. Kalau bayangannya R di masa depan, ya Ibu bilang R di masa InsyaAllah jadi orang yang mandiri, jadi anak yang hebat, gitu Mbak.” (SO1P1/A5/I3/B362-369)

Tabel 4.21 Observasi Aspek Tujuan Hidup Partisipan 1

Indikator Tujuan Hidup	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu bercerita tentang mimpi pribadi yang ingin dicapai	✓	1 kali
	Ibu membuat catatan perkembangan anak (buku harian, jurnal kemajuan terapi, <i>checklist</i> kegiatan)	✗	-
	Ibu terlihat aktif dalam kegiatan sekolah atau terapi anak, bukan hanya sebagai pengantar	✓	4 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengutip nilai moral atau spritual dalam ceritanya (misalnya: “Saya percaya ini adalah amanah dari Tuhan”)	✓	1 kali
	Ibu menyebutkan anak, keluarga, atau hal penting lain terkait hidupnya sebagai alasan utama dia tetap semangat	✓	1 kali
	Ibu menceritakan harapannya terhadap masa depan, walau belum konkret (misalnya: “Yang penting anak saya bisa mandiri satu hari nanti”)	✓	1 kali
Memiliki arah yang	Ibu menjelaskan alasannya memilih sekolah, terapi, atau	✓	1 kali

berkontribusi pada perasaan individu	aktivitas anak dengan menyebutkan nilai atau tujuan jangka panjang		
	Ibu memilih untuk tidak bekerja penuh waktu agar bisa fokus mengurus anaknya	✓	1 kali
	Ibu membicarakan harapan jangka panjang (misalnya: "Saya ingin anak saya bisa mandiri di masa depan")	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ibu K menunjukkan bahwa tujuan hidupnya sangat erat kaitannya dengan peran sebagai ibu dan nilai-nilai spiritual yang ia pegang teguh. Ia memaknai pengasuhan sebagai bentuk ibadah dan tanggung jawab yang dijalani dengan penuh keikhlasan, serta memiliki harapan besar terhadap perkembangan anak berkebutuhan khusus yang diasuhnya, khususnya agar anak dapat berbicara, membaca, menulis, dan mandiri secara akademik maupun sosial. Niat dan arah hidup ibu K tercermin dalam aktivitas sehari-hari, seperti membaca doa secara rutin, bergadang demi merawat anak, serta memilih sekolah dan terapi dengan pertimbangan jangka panjang demi kebaikan anak. Observasi menunjukkan bahwa ia aktif dalam kegiatan anak, mengutip nilai spiritual dalam ceritanya, dan menyebut keluarga sebagai sumber semangat utama. Dukungan dan penilaian dari suami memperkuat gambaran bahwa ibu K menjalani hidup dengan dedikasi tinggi, menjadikan anak-anak sebagai pusat tujuan, dan

membayangkan dirinya sebagai sosok yang kuat, mandiri, serta selalu hadir bagi keluarga. Keseluruhan temuan menunjukkan bahwa tujuan hidup ibu K bersifat transendental dan berorientasi pada kontribusi nyata terhadap kesejahteraan anak dan keluarga, yang memberikan makna mendalam dalam kehidupannya.

## 2) Partisipan 2

Ibu DP memiliki tujuan hidup yang sangat berkaitan erat dengan anak-anaknya. Ia menginginkan anak-anaknya, terutama ketiganya, dapat hidup rukun, saling mendukung, dan mampu mandiri. Kebahagiaan ibu DP terletak pada melihat anak-anaknya sukses, saling menguatkan, dan dapat mendukung dirinya sebagai ibu. Selain itu, ia juga menekankan pentingnya menikmati setiap momen dalam hidup serta menjalani proses dengan penuh rasa syukur dan doa. Ukuran keberhasilan yang ia miliki pun bukan hal yang besar, tetapi sangat berarti secara personal, seperti keberhasilan menjaga kondisi kesehatan NMP yang tidak harus operasi sejak tahun 2021. Aktivitas merawat dan menjalani kehidupan sebagai seorang ibu juga dianggapnya sebagai bentuk ibadah dan pelayanan yang bermakna, memperkuat perasaan bahwa apa yang dijalannya saat ini sangat penting dan berharga dalam hidupnya.

“Banyak. Banyak sih mbak. Saya cuma pengen lihat ini ketiga anak saya akur menjalani kehidupan mereka, bisa saling support, bisa saling bantu, bisa saling menguatkan kakak beradik, terutama mensupport ibunya. Itu udah bikin

saya merasa cukup bahagia, cukup tenang, cukup bisa melepaskan semua ini.” (P2/15/11/ B1839-1846)

“Menjalani kehidupan dengan bahagia mbak.” (P2/15/11/B1848-1849)

“Ya menjalani aja mbak. Menjalani ini, menikmati setiap momen, menikmati setiap proses, menikmati setiap perjalanan yang harus saya lakukan.” (P2/15/11/ B1852-1855)

“Iya. Pokoknya kita jalani, nikmati, syukuri, kita doakan semuanya.” (P2/15/11/ B1858-1859)

“Dia sehat, dia tidak sakit. Dari 2021, terakhir dia masuk Pantir Rapi 2021. Sampai saat ini dia belum masuk lagi. Itu bagi saya sudah Puji Tuhan, luar biasa.” (P2/A5/11/ B1865-1868)

“Sudah berhasil saya melewati, dia melewati itu membuat dia tidak sakit, tidak harus masuk rumah sakit, opam selama sehari-hari, itu sudah cukup. Bagi saya sudah cukup.” (P2/A5/11/ B1870-1874)

“Karena yang saya jalani sekarang ibadah.” (P2/A5/11/ B1879-1880)

“Iya. ini pelayanan saya. Salah satu ibadah saya adalah melayani. Kalau di tempat saya pelayanan ya mbak. Memang saya belum bisa melayani di lingkup katakanlah gereja. Tapi Tuhan izinkan saya melayani di lingkup keluarga dengan apa, ini yang harus saya layani. Saya melayani dia. Bagi saya ini ibadah saya dalam skup kecil, dalam lingkup kecil.” (P2/A5/11/ B1883-1891)

“Iya. karena itu tadi, ada tiga tanggung jawab, tiga masa depan yang harus saya perjuangkan.” (P2/A5/11/ B1895-1897)

GMCW, sebagai anak pertama dari ibu DP, menilai bahwa tujuan hidup ibunya terpusat pada keberhasilan dan kemandirian anak-anaknya. Keinginan ibunya untuk melihat mereka sukses, termasuk NMP yang memiliki kebutuhan khusus, merupakan bagian besar dari kebahagiaan ibu DP. Hal ini direalisasikan melalui upaya konkret seperti mencari sekolah dan tempat les terbaik. GMCW juga memandang bahwa peran ibunya sangat besar dalam kehidupan mereka, seperti memahami, dan

berusaha memenuhi kebutuhan mereka. Hal itu menurut GMCW adalah bentuk dedikasi penuh dan cinta dari seorang ibu, yang pada akhirnya memberikan arti besar dalam hidup ibu DP.

“Bunda mau melihat anak-anaknya sukses-sukses, berdiri di kakinya sendiri, melihat N bisa sukses juga, N bisa kayak anak-anak lain, sehat. Itu mungkin keinginan bunda sebagai dirinya dan sebagai seorang ibu. Jadi bunda juga bahagia bisa melihat itu.” (SO2P2/A5/11/ B684-691)

“Pelan-pelan nyarik uang buat sekolah, ngelesin, nyarik tempat sekolah yang baik untuk N. Itu sih.” (SO2P2/A5/11/ B967-699)

“Aku bisa lulus, aku bisa kerja itu mungkin bunda udah berhasil, tinggal yang adikku, dia bisa lulus, bisa kerja bunda mungkin pikir itu udah berhasil. N udah bisa mandiri itu bunda berpikir kalau dia udah berhasil.” (SO2P2/A5/11/ B710-715)

“Bunda berperan besar buat anak-anaknya.” (SO2P2/A5/11/B726-727)

“100%.” (SO2P2/A5/11/ B729)

“Ya jagain kita, nurutin apa yang kita mau, mencoba buat ngerti kita, itu sih perannya bunda. Walaupun kita sendiri kan juga gak ngerti bunda ya, belum bisa ngertin bunda tapi perannya bunda lebih ke anak-anaknya.” (SO2P2/A5/11/ B733-738)

Ibu DP memiliki pegangan spiritual yang kuat dan mengajarkannya kepada anak-anak sebagai prinsip hidup, yakni mengutamakan Tuhan dalam setiap langkah. Ia juga mengandalkan kedekatan emosional dan spiritual dengan Tuhan sebagai bentuk keluh kesah dan refleksi pribadi. Selain itu, tanggung jawab sebagai ibu menjadi motivasi utama untuk terus berjuang setiap hari, meskipun secara fisik dan emosional ia mengalami kelelahan. Ia memiliki niat kuat untuk mempersiapkan N agar mandiri, mengingat keterbatasan fisiknya

dan usianya yang terus bertambah. Kesadaran bahwa suatu saat ia mungkin tidak bisa mendampingi NMP terus menerus membuat ibu DP bertekad untuk melatih kemandirian anaknya sejak dini.

"Dan saya selalu bilang sama anak-anak, utamakan Tuhan dalam segi apapun..." (P2/A5/I2/B1901-1913)

"Iya. Yang pasti nomor satukan Tuhan dulu." (P2/A5/I2/B1919-1920)

"Iya. Ya kalau capek, saya cuma bilang, Tuhan aku capek, aku mau istirahat." (P2/A5/I2/B1923-1924)

"Iya berkeluh kesah. Jadi, bukan yang dulu tusuk gitu, enggak sih..." (P2/A5/I2/B1926-1934)

"Tanggung jawab mbak. Itu yang pasti." (P2/A5/I2/B1938)

"..Ya tanggung jawab itu yang membangunkan sistem tubuh..." (P2/A5/I2/B1941-1952)

"Iya, termotivasi untuk terus berjuang, melangkah." (P2/A5/I2/B1955-1956)

"Membuat dia mandiri. Niat saya, dia harus mandiri..." (P2/A5/I2/B1963-1977)

"..Yang bisa saya lakukan sekarang adalah saya mengajari dia, mempersiapkan dia untuk bisa mandiri." (P2/A5/I2/B1980-1988)

GMCW menilai bahwa ibunya adalah sosok yang religius dan menanamkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Ia juga melihat bahwa NMP menjadi motivasi utama ibunya dalam berjuang, bahkan ketika ibunya sendiri tidak bisa bekerja, ia tetap memiliki niat agar anak-anaknya dapat mandiri dan membantu perekonomian keluarga. Selain itu, menurut GMCW, ibunya memiliki niat yang kuat untuk membuat anak-anaknya sukses dan bahagia tanpa membebani orang lain.

"Pernah." (SO2P2/A5/I2/B748)

"Kalau saya agama, bunda ngajarin hidup berpegang teguh pada Tuhan..." (SO2P2/A5/I2/B750-761)

"Motivasi apa ya? Ini motivasinya N." (SO2P2/A5/I2/B771-772)

"Bunda niatnya pengen kerja sih. Tapi kan bunda gak bisa kerja..." (SO2P2/A5/I2/ B786-792)

"Bunda pingin anak-anaknya ya sukses itu kak." (SO2P2/A5/I2/ B805-806)

"Ya sukses. Bisa ngebahagiain dirinya sendiri, ngebahagiain orang lain..." (SO2P2/A5/I2/ B808-811)

Ibu DP menggunakan tujuannya, yakni membimbing ketiga anaknya menjadi mandiri sebagai acuan dalam setiap keputusan hidup. Ia memprioritaskan kebutuhan anak-anak di atas kebutuhan pribadinya, termasuk dalam penggunaan waktu dan energi. Namun, meski ia dapat membayangkan arah masa depan dua anaknya, ia belum bisa memetakan masa depan N karena keterbatasan kemandirian yang dimiliki anak tersebut. Ketidakpastian ini membuatnya merasa "buta" terhadap masa depan N, namun tetap berusaha mengarahkan dan mendampingi sebisanya.

"Ya ketiga tadi tujuan hidup saya..." (P2/A5/I3/ B1997-2007)

"Kalau yang pasti mengurus anak dulu." (P2/A5/I3/B2013)

"...Untuk sayanya, nantinya ngikut ke mereka." (P2/A5/I3/ B2015-2026)

"Ya prioritas utamanya itu adalah ketiga anak ini mbak." (P2/A5/I3/B2032-2033)

"Ya itu mbak, saya buta beneran..." (P2/A5/I3/ B2037-2054)

"...di luar jangkauan saya untuk N." (P2/A5/I3/ B2057-2060)

"...tapi dia harus bisa berdiri dengan kakinya sendiri..." (P2/A5/I3/ B2067-2080)

GMCW menilai bahwa ibu DP sangat mempertimbangkan anak-anaknya dalam pengambilan keputusan, dan di masa depan kemungkinan akan lebih bebas

karena anak-anak sudah lebih mandiri. GMCW juga menggambarkan masa depan NMP dengan optimisme, yakni menjadi sosok yang jenius dan berhasil, meskipun sang ibu belum mampu membayangkannya saat ini. Selain itu, GMCW mengakui peran ibu dalam menjaga rumah tangga dan juga merawat dirinya sendiri, menunjukkan bahwa ibu DP masih berupaya menyeimbangkan peran pengasuhan dan kebutuhan personalnya.

"Menurut aku sih anak-anaknya sih kak." (SO2P2/A5/I3/ B819-820)

"Kalok kayak bersih-bersih gitu..." (SO2P2/A5/I3/ B844-851)

"Kalok merawat diri, bunda setiap hari merawat diri." (SO2P2/A5/I3/ B858-859)

"Ya bunda suka bikin masakan-masakan kek sayuran itu, skincare-an, dan lain-lain." (SO2P2/A5/I3/ B863-865)

"Buat salad untuk dirinya sendiri, bust jus." (SO2P2/A5/I3/ B869-870)

"Menurut ku sih di masa depan jauh lebih plong, lebih bebas..." (SO2P2/A5/I3/ B879-883)

"Jadi orang yang pintar banget, jenius, jadi orang berhasil." (SO2P2/A5/I3/ 892-893)

Tabel 4.22 Observasi Aspek Tujuan Hidup Partisipan 2

Indikator Tujuan Hidup	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu bercerita tentang mimpi pribadi yang ingin dicapai	✓	1 kali
	Ibu membuat catatan perkembangan anak (buku harian, jurnal kemajuan terapi, <i>checklist</i> kegiatan)	✗	-
	Ibu terlihat aktif dalam kegiatan sekolah atau terapi anak, bukan hanya sebagai pengantar	✓	4 kali
Memiliki niat yang berkontribusi	Ibu mengutip nilai moral atau spritual dalam ceritanya (misalnya: "Saya percaya ini adalah amanah dari Tuhan")	✓	1 kali

pada perasaan individu	Ibu menyebutkan anak, keluarga, atau hal penting lain terkait hidupnya sebagai alasan utama dia tetap semangat	✓	1 kali
	Ibu menceritakan harapannya terhadap masa depan, walau belum konkret (misalnya: "Yang penting anak saya bisa mandiri satu hari nanti")	✓	1 kali
Memiliki arah yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu menjelaskan alasannya memilih sekolah, terapi, atau aktivitas anak dengan menyebutkan nilai atau tujuan jangka panjang	✓	1 kali
	Ibu memilih untuk tidak bekerja penuh waktu agar bisa fokus mengurus anaknya	✓	1 kali
	Ibu membicarakan harapan jangka panjang (misalnya: "Saya ingin anak saya bisa mandiri di masa depan")	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ibu DP memiliki tujuan hidup yang sangat terpusat pada anak-anaknya, terutama dalam membimbing mereka agar dapat hidup rukun, saling mendukung, dan mandiri secara emosional maupun finansial. Ia memaknai peran keibuannya sebagai bentuk ibadah dan pelayanan spiritual, yang dijalani dengan penuh syukur, doa, dan ketulusan. Harapan terhadap masa depan anak-anak, termasuk NMP yang memiliki kebutuhan khusus, menjadi motivasi utama dalam setiap keputusan hidupnya, meskipun ia menyadari keterbatasan fisik dan ketidakpastian masa depan anak tersebut. Observasi menunjukkan bahwa ibu DP aktif dalam

kegiatan sekolah dan terapi anak, mengutip nilai spiritual dalam percakapan, serta menyebut keluarga sebagai sumber semangat dan arah hidup. Dukungan dan penilaian dari anak pertama memperkuat gambaran bahwa ibu DP menjalani hidup dengan dedikasi tinggi, menjadikan anak-anak sebagai pusat makna dan arah hidupnya. Keseluruhan temuan mengindikasikan bahwa tujuan hidup ibu DP bersifat transendental, berorientasi pada kesejahteraan anak dan keluarga, serta dijalani dengan kesadaran penuh akan tanggung jawab, cinta, dan harapan jangka panjang.

### 3) Partisipan 3

Ibu NE menunjukkan bahwa ia belum memiliki gambaran yang jelas mengenai tujuan hidup pribadi di masa depan, baik sebagai individu maupun sebagai ibu. Fokus utamanya tertuju pada keberhasilan anak-anaknya, khususnya S, untuk menjadi individu yang mandiri. Hal ini terlihat dari harapannya agar S mampu makan sendiri dan mengendalikan emosinya. Meskipun tidak memiliki keinginan eksplisit terhadap pencapaian pribadi, ibu NE menilai kebermaknaan hidupnya dari keberhasilannya mendampingi S mencapai kemandirian. Aktivitas sehari-hari seperti mengurus anak dan keluarga dianggap sebagai kewajiban yang dijalani secara rutin dan merupakan bagian penting dalam hidupnya, meskipun belum sepenuhnya menghadirkan rasa bermakna secara pribadi.

"Hmm, kayaknya belum ada, ya." (P3/A5/A1/B1278)

"Ya, pengen anak-anaknya sukses, pengen anak-anaknya mandiri." (P3/A5/A1/B1281-1282)

"Kalau udah, udah nurut lah. Maksudnya kalau udah bisa diajak. Kayak ini kan dibilangin, yang saya lihat kan, dia makan masih minta disuapin. Kalau gak disuapin, gak mau makan. Terus kayak tangannya itu jail, belum bisa di rem, masih belum anu masih susah. Masih mikir gitu." (P3/A5/A1/B1293-1299)

"Ya, membantu anak toh, ngajarin supaya dia mandiri nantinya." (P3/A5/I1/B1305-1306)

"Ngerasa bermaknanya belum, kan dia masih belum bisa mandiri itu. Masih banyak kurangnya lah saya. Ngerasa penting iya, ini udah kayak kewajiban, kewajiban sebagai seorang ibu, bantu menyiapkan semuanya. Ya, kayak jadi rutinitas gitu aja." (P3/A5/I1/B1308-1313)

Menurut Mbah, ibu NE memaknai hidupnya melalui peran sebagai pengasuh utama bagi S. Tujuan hidupnya dipandang sederhana namun bermakna, yaitu mengurus keluarga dan membesarkan S dengan sabar. Mbah menilai bahwa hanya ibulah yang paling memahami S dan sabar dalam mendampingi. Kesabaran dan ketekunan ibu NE dianggap sebagai bentuk nyata dari kebermaknaan hidup yang dijalani, terutama karena tantangan yang dihadapi dalam mendampingi tumbuh kembang S.

"Tujuan hidup, hmm, mengurus anak, mengurus keluarga, mungkin yo Mbak." (SO3P3/A5/I1/B375-376)

"Nek S wis iso makan dewe, iso kontrol emosi, yo Ibu mesthi rumangsa berhasil. Saiki yo durung, tapi wis ono kemajuan." (SO3P3/A5/I1/B380-382)

"Gedhe banget. Lha wong sing ngerti S yo Ibu. Nek ora Ibu, sopo maneh sing sabar ngladeni?" (SO3P3/A5/I1/B385-387)

Ibu NE dalam menjalani kehidupan sehari-harinya, memiliki niat yang dipengaruhi oleh pegangan batin, seperti rutinitas ibadah yang dijalani meskipun tanpa motivasi eksplisit. Shalat menjadi rutinitas yang mengalir dan dijalankan sebagai kebiasaan karena mengingat anak dan keluarga. Ia tidak secara eksplisit menyebutkan motivasi personal, namun dorongan untuk membimbing S agar mandiri menunjukkan adanya niat yang kuat untuk memberikan bekal hidup bagi anak. Ia berharap bisa membimbing S hingga dewasa agar tidak menjadi beban bagi orang lain saat ia sudah tiada, yang menunjukkan adanya niat jangka panjang meski tidak selalu dirasakan sebagai kebermaknaan dalam keseharian.

"Kalau disuruh shalat, masih susah. Ehem, susah banget, tapi kalau dengar suara adzan, dia nyuruh orang shalat. Tapi kalau diajak gak mau. Kadang main sendiri itu shalat, cara wudhu, cara wudhu kan dia lihat di TV. Jadi ikut wudhu. Kalau shalat belum." (P3/A5/I2/B1317-1322)

"Ingat anak." (P3/A5/I2/B1327)

"Ehem, ingat anak, ingat keluarga. Jadi, kalau shalat udah kayak kewajiban, ya kayak itu ngalir aja, ya kayak kebiasaan lah. Anu, ya, gimana ya, ya itu. Kadang yang besar aja masih agak susah, dibilangin masih susah. Ya itu sih penguatnya, shalat itu rutinitas kan." (P3/A5/I2/B1329-1335)

"Motivasi hmmm, gak ada Mbak. Itu semua ngalir aja, dilakuin ya dilakukan terus. Udah jam segini, ohh ngapain, yaudah dilakuin." (P3/A5/I2/B1339-1342)

"Mebimbing." (P3/A5/I2/B1346)

"Iya, membimbing sampai dewasa, sampai mandiri, gak nyusahin orang lain, jadi kalau ditinggalkan kita tenang gitu." (P3/A5/I2/B1348-1350)

Berdasarkan perspektif Mbah, niat ibu NE sangat jelas dan kuat, yaitu membimbing S hingga mandiri agar kelak saat ia tiada, anaknya tetap dapat menjalani hidup dengan baik. Shalat menjadi bagian dari usaha batiniah yang dijalani meskipun tantangannya cukup berat karena S belum sepenuhnya memahami. Menurut pandangan Mbah, ibu NE tetap berusaha memberikan contoh kebaikan sebagai wujud tanggung jawab dan niat yang konsisten terhadap anaknya. Keinginan untuk tidak menyerah dalam mendampingi S merupakan cerminan dari motivasi spiritual dan moral yang mengalir dari dalam dirinya.

“Yo sering. Sing penting ngelingi anak, kuat, sabar. Sholat yo diusahakne, meskipun S durung ngerti, tapi dicontohne terus.” (SO3P3/A5/I2/B394-397)

“Anak-anak. Ibu pengen S bisa mandiri. Nek Ibu menyerah, sopo sing ngopeni?” (SO3P3/A5/I2/B400-401)

“Yo, niatku mung siji nuntun S nganti iso mandiri. Pokoke iso ditinggal ninggal donyo kanthi tenang, gitu Mbak.” (SO3P3/A5/I2/B405-407)

Ibu NE menyampaikan bahwa pengambilan keputusan dalam hidupnya kerap dilakukan dengan ragu dan kurang percaya diri, namun tetap mempertimbangkan pendapat orang lain. Tujuan hidup yang dipegang saat ini adalah mengurus keluarga, dan dalam hal alokasi sumber daya, ia menunjukkan fleksibilitas dengan berbagi tanggung jawab dengan anggota keluarga lain ketika menghadapi keterbatasan waktu atau tenaga. Meskipun belum mampu membayangkan secara pasti arah masa depan

dirinya dan S, Ibu NE tetap menjalani hari-harinya dengan mengalir dan fokus pada kebutuhan keluarga.

“Minta pendapat.” (P3/A5/I3/B1358)

“Gak ada. Saya tujuan hidupnya cuma untuk mengurus keluarga.” (P3/A5/I3/B1363-1364)

“Gimana ya, yang di awal tadi, soalnya saya itu kalau ngambil keputusan masih kurang yakin pada diri sendiri. Jadi, kalau misalnya agak, apa ya, agak berat, agak susah, kalau masih bisa diatasi sendiri, ya sendiri aja lah, gak usah ngurutkan orang lain lah.” (P3/A5/I3/B1374-1380)

“Ya, Mbak, jadi pertimbangan, dipertimbangkan lah.” (P3/A5/I3/B1384-1385)

“Kalau pergi kadang-kadang sama si Mbah. Kadang yang diajak kalau masih sebentar acara-acara, misalnya S enggak bisa diajak, ya itu dititipkan dulu sama kadang Bude, atau sama kakaknya Bude. Kalau gak ada yang bisa dititipin, yaudah diajak.” (P3/A5/I2/B1224-1229)

“Belum terbayangkan kalau S. Belum pernah membayangkan juga saya akan menjadi seperti apa.” (P3/A5/I3/B1401-1403)

Ssi lain, menurut Mbah, arah hidup ibu NE sangat dipengaruhi oleh keberadaan anak-anak, khususnya S. Dalam proses pengambilan keputusan, Mbah menekankan pentingnya musyawarah keluarga dan mendiskusikan langkah bersama. Kegiatan harian ibu NE dijalani dengan pola yang fleksibel, dibantu oleh anggota keluarga lainnya, terutama saat ia membutuhkan waktu pribadi. Meskipun ibu NE sendiri tidak menggambarkan masa depan dengan jelas, Mbah memiliki harapan agar S dapat mandiri dan ibu NE dapat hidup lebih tenang serta fokus pada doa dan kedamaian batin di masa tua.

“Mikir anak. Terus yo tak ajak rembuk, bareng-bareng mutuske.” (SO3P3/A5/I3/B411-412)

“Yo dijalani. Pagi masak, terus jahit, nganter S ke sekolah. Nek perlu waktu dewe, yo minta gantian karo Bapake, atau ke Mbah. Nanti nyambi jahit, gitu. S nek nangis, yo ditenangi, gitu. Yo berjalan, dijalani gitu aja, Mbak.” (SO3P3/A5/I3/B416-421)  
 “Mugo-mugo S iso mandiri. Ibu iso santai, iso ndedonga tenang. Iku wae, Mbak.” (SO3P3/A5/I3/B426-428)

Tabel 4.23 Observasi Aspek Tujuan Hidup Partisipan 3

Indikator Tujuan Hidup	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu bercerita tentang mimpi pribadi yang ingin dicapai	✓	1 kali
	Ibu membuat catatan perkembangan anak (buku harian, jurnal kemajuan terapi, <i>checklist</i> kegiatan)	✗	-
	Ibu terlihat aktif dalam kegiatan sekolah atau terapi anak, bukan hanya sebagai pengantar	✓	4 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengutip nilai moral atau spritual dalam ceritanya (misalnya: “Saya percaya ini adalah amanah dari Tuhan”)	✓	1 kali
	Ibu menyebutkan anak, keluarga, atau hal penting lain terkait hidupnya sebagai alasan utama dia tetap semangat	✓	1 kali
	Ibu menceritakan harapannya terhadap masa depan, walau belum konkret (misalnya: “Yang penting anak saya bisa mandiri satu hari nanti”)	✓	1 kali
Memiliki arah yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu menjelaskan alasannya memilih sekolah, terapi, atau aktivitas anak dengan menyebutkan nilai atau tujuan jangka panjang	✓	1 kali
	Ibu memilih untuk tidak bekerja penuh waktu agar bisa fokus mengurus anaknya	✓	1 kali
	Ibu membicarakan harapan jangka panjang (misalnya:	✗	-

	“Saya ingin anak saya bisa mandiri di masa depan”)		
--	--	--	--

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ibu NE menunjukkan bahwa tujuan hidupnya belum sepenuhnya terdefinisi secara pribadi, namun berpusat pada keberhasilan anak, khususnya S, untuk mencapai kemandirian. Ia tidak memiliki gambaran eksplisit mengenai arah hidupnya sebagai individu, tetapi menjalani peran keibuannya dengan niat kuat untuk membimbing anak agar tidak menjadi beban bagi orang lain di masa depan. Aktivitas sehari-hari seperti mengurus anak, menjalankan rutinitas ibadah, dan berbagi tanggung jawab dengan keluarga dijalani sebagai kewajiban yang mengalir, meskipun belum selalu dirasakan sebagai sumber makna pribadi. Perspektif dari Mbah memperkuat bahwa Ibu NE adalah sosok yang sabar dan paling memahami kebutuhan anak, serta memiliki motivasi spiritual yang konsisten meski tidak selalu diungkapkan secara verbal. Observasi menunjukkan bahwa meskipun tidak aktif mencatat perkembangan anak atau menyusun rencana jangka panjang, Ibu NE tetap terlibat dalam kegiatan sekolah dan terapi anak, serta menyebut nilai moral dan keluarga sebagai penguat semangat. Keseluruhan temuan mengindikasikan bahwa tujuan hidup Ibu NE bersifat sederhana namun bermakna, berorientasi pada pengasuhan dan pembimbingan anak, dengan

dorongan batiniah yang mengalir dari tanggung jawab dan kasih sayang sebagai seorang ibu.

#### 4) Partisipan 4

Ibu SS memiliki tujuan hidup yang kuat yang terpusat pada anak-anaknya. Ia berharap anak-anaknya dapat tumbuh menjadi pribadi yang mandiri, saling menyayangi, dan berbakti kepada orang tua, serta tetap menyayangi dirinya sebagai ibu. Selain itu, ibu SS juga ingin menjadi contoh yang baik bagi anak-anaknya dengan menjadi pribadi yang kuat dan tidak mudah marah, meskipun ia menyadari bahwa masih ada kekurangan dalam kesabarannya dalam mendampingi anak. Capaian seperti melihat anak mandiri menjadi ukuran keberhasilan usahanya dalam merawat dan membesarkan anak. Aktivitas sebagai ibu ia jalani meskipun penuh dinamika dan kesibukan di rumah, dan ia menjalannya tanpa merasa terbebani, bahkan menganggapnya sebagai bagian penting dari perannya sebagai ibu.

“Anak-anak saya mandiri, saling akur, saling sayang, mengerti, terus, berbakti sama orang tua, terus sayang sama ibunya.” (P4/A5/11/B912-914)

“Mungkin jadi orang tua untuk anak-anak saya, insyaAllah jadi contoh yang baik.” (P4/A5/11/B917-919)

“Hmm, apa ya, nggak pemaarah, terus mandiri, sama adiknya sayang, ya mandiri, gitu.” (P4/A5/11/B924-926)

“Ehem kuat, dari pengalaman sebelumnya.” (P4/A5/11/B954-955)

“Tetap kurang, Mbak. Kan kadang, apa, gak bisa ini toh Mbak, kadang udah capek, masih marah toh Mbak, masih marah jadi nanti mesti kayak ngomel sama anaknya gitu ya itu kadang kurang sabar.” (P4/A5/11/B964-968)

“Ya, F udah mandiri, gitu.” (P4/A5/11/B972)

“Iya, gitu mandiri lah.” (P4/A5/I1/B976)

“Gak ada beban, hahaha.” (P4/A5/I1/B986)

“Ya itu Mbak, kadang apa ya, di rumah orang-orang kan enggak kayak gini, maksudnya, kemeruak gitu Mbak di rumah saya itu, yang kecil minta ini, minta itu, kadang marah minta ini, enggak, gimana ya, dijalani.” (P4/A5/I1/B997-1002)

Suami ibu SS melihat bahwa istrinya tidak pernah secara langsung menyampaikan tujuan hidup secara eksplisit, namun dari sikap dan tindakannya terlihat bahwa kebahagiaan adalah tujuan yang ingin dicapai. Bagi suaminya, peran ibu sangat besar dan penting, dimana menurutnya tanpa ibu, tidak ada yang dapat merawat dan mengasuh anaknya. Ia menekankan bahwa ibu adalah madrasah pertama bagi anak-anak, panutan dalam perilaku dan tutur kata, dan menjadi sentral dalam pembentukan karakter anak. Suami juga menilai bahwa ibu SS cepat dan tanggap dalam mengambil keputusan penting, seperti ketika anak sakit. Hal ini menjadi ukuran keberhasilan peran ibu dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan anak.

“Enggak. Mungkin bahagia mungkin. Siapa pun tujuan hidup bahagia. Bahagia gak? Pengen bahagia gak?” (SO4P4/A5/I1/B767-769)

“Pokoknya anak gak sakit itu sudah terwujud kayaknya, terus pas sakit cepat ditangani. Seperti itu aja. Kayak kemarin, saya tanpa piker panjang langsung di bawa ke rumah sakit aja. Keputusan yang seperti itu.” (SO4P4/A5/I1/B778-784)

“Keputusan yang tiba-tiba kayak kemaren.” (SO4P4/A5/I1/B787-793)

“Besar sekali. Gak ada ibu hancur.” (SO4P4/A5/I1/B803)

“Ya pokoknya besar. Gimana ya besarnya? Gak ada ibu gak bisa ngomong saya.” (SO4P4/A5/I1/B805-807)

“Ibu bisa jadi madrasah yang pertama buat anak-anak kan...  
Ya pokoknya semua untuk anak-anak ya pertama semua.  
Siapa lagi kalau bukan ibu?” (SO4P4/A5/11/B810-821)  
“Besar sekali.” (SO4P4/A5/11/B824)

Pegangan spiritual menjadi kekuatan utama bagi ibu SS dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Ketika merasa sedih atau marah, ia menjadikan shalat, membaca Al-Qur'an, dan mencurahkan isi hati kepada Tuhan sebagai bentuk penguatan batin. Hal yang memotivasi dirinya adalah anak-anaknya, terutama keinginan agar mereka tumbuh sehat dan rukun. Niat utamanya adalah agar F sembuh dari sakit kejang yang diderita. Berada dikondisi apapun, dorongan untuk terus merawat dan memperjuangkan kesembuhan F menjadi hal yang menguatkan makna hidupnya sebagai ibu.

“Shalat, baca Al-Qur'an, curhat ke Allah.”  
(P4/A5/A2/B1010-1011)  
“Hmm, kalau pas sedih lihat F, marah-marah terus.”  
(P4/A5/A2/B1014-1015)  
“Ya, mungkin karena anak-anak itu Mbak. Soalnya supaya sehat-sehat semua, akur.” (P4/A5/12/B1036-1038)  
“InsyaAllah, supaya F itu sembuh, sakit kejangnya.”  
(S4/A5/12/B1047-1048)

Menurut suami ibu SS, motivasi dan semangat istrinya dalam menjalani kehidupan berasal dari anak-anak. Meskipun ia tidak pernah secara terbuka menceritakan niat atau harapannya secara eksplisit, suaminya melihat bahwa perilaku istrinya menunjukkan ketulusan dalam menanamkan nilai-nilai moral dan sosial kepada anak, seperti cara berperilaku terhadap orang lain

dan menghormati yang lebih tua. Suaminya menilai bahwa upaya ini adalah bagian dari niat besar ibu SS dalam membentuk karakter anak.

“Mungkin bisa jadi. Makanya saya pikir apa ya yang bikin dia semangat, pokoknya semangat terus masalahnya.” (SO4P4/A5/I2/B891-893)

“Ndak ada ngomong, gak ada cerita.” (SO4P4/A5/I2/B897)

“Ngajarin nulis, terus perilaku mungkin ya, kan di contoh sama ibu... Itu harus diajarkan sejak dini.” (SO4P4/A5/I2/B832-866)

Ibu SS menunjukkan bahwa tujuan hidupnya menjadi landasan dalam mengambil keputusan, seperti membahagiakan anak, suami, dan orang tua. Ia sering melakukan pertimbangan bersama keluarga, termasuk saat membuat keputusan penting terkait anak. Selain itu, keterbatasan waktu dan tenaga mendorongnya untuk meminta bantuan kepada orang lain, seperti kakek atau nenek F, ketika harus ke puskesmas atau mengurus keperluan keluarga. Ia juga memiliki gambaran masa depan di mana ia ingin F mandiri dan dirinya menjadi pribadi yang lebih sabar dan kuat.

“Apa ya, kadang saya mikir, terus nanti saya bicarakan sama orang di rumah, orang tua, ayah F, gimana solusinya.” (S4/A5/I3/B1057-1059)

“Tujuannya ya, membahagiakan anak saya, suami, dan orang tua.” (S4/A5/I3/B1062-1063)

“Misalnya, kadang apa ya, mau kemana gitu, dipertimbangkan keluarga, kayak Mbahnya, F, ditanya, gitu loh Mbak.” (S4/A5/I3/B1071-1073)

“Ya, minta tolong ini, misalnya sama si Mbah, saya mau kemana gitu, ke puskesmas atau ke kelurahan, ya minta tolong, gitu.” (S4/A5/I3/B1079-1082)

“Ya, kadang saya mikir kayaknya bisa, gitu loh. Jadi gitu. Pengennya gitu dan diusahakan. Pengen F mandiri nanti. Saya juga di masa depan InsyaAllah menjadi orang yang lebih sabar dan kuat.” (P4/A5/I3/B1101-1105)

Suami ibu SS menyampaikan bahwa istrinya terbiasa mengambil keputusan dengan cara musyawarah bersama keluarga, baik dengan orang tua maupun dirinya. Ia menilai bahwa pembagian waktu dan sumber daya pribadi istrinya sangat fleksibel, tergantung situasi dan kebutuhan anak. Suaminya melihat gambaran masa depan yang diharapkan <sup>24</sup> adalah menjadi ibu rumah tangga yang baik dan menjaga anak hingga dewasa. Harapan terbesar mereka adalah F bisa mandiri dan mendapat dukungan dari saudara-saudaranya jika dibutuhkan.

“Ya mungkin musyawarah itu sama keluarga ya mbak ya. Itu kebanyakan dia pasti musyawarah...” (SO4P4/A5/I3/B919-925)

“Bagaimana membagi waktu... Ya secara naruliyah aja, mana yang perlu didahulukan ya didahulukan.” (SO4P4/A5/I3/B929-939)

“Kalau bisa ditinggal, tinggal... Kalau enggak ya, ya gak, sorry gak bisa.” (SO4P4/A5/I3/B942-961)

“Jadi ibu rumah tangga yang baik aja dah. Biar yang ngurusin keluar biar ayah aja.” (SO4P4/A5/I3/B972-976)

“Dari F itu dah mandiri... mudah-mudahan adik-adiknya mau membantu, mengurus atau merawat F.” (SO4P4/A5/I3/B982-989)

Tabel 4.24 Observasi Aspek Tujuan Hidup Partisipan 4

Indikator Tujuan Hidup	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu bercerita tentang mimpi pribadi yang ingin dicapai	✓	1 kali
	Ibu membuat catatan perkembangan anak (buku harian, jurnal kemajuan terapi, <i>checklist</i> kegiatan)	✗	-

	Ibu terlihat aktif dalam kegiatan sekolah atau terapi anak, bukan hanya sebagai pengantar	✓	4 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengutip nilai moral atau spritual dalam ceritanya (misalnya: "Saya percaya ini adalah amanah dari Tuhan")	✓	1 kali
	Ibu menyebutkan anak, keluarga, atau hal penting lain terkait hidupnya sebagai alasan utama dia tetap semangat	✓	1 kali
	Ibu menceritakan harapannya terhadap masa depan, walau belum konkret (misalnya: "Yang penting anak saya bisa mandiri satu hari nanti")	✓	1 kali
Memiliki arah yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu menjelaskan alasannya memilih sekolah, terapi, atau aktivitas anak dengan menyebutkan nilai atau tujuan jangka panjang	✓	1 kali
	Ibu memilih untuk tidak bekerja penuh waktu agar bisa fokus mengurus anaknya	✓	1 kali
	Ibu membicarakan harapan jangka panjang (misalnya: "Saya ingin anak saya bisa mandiri di masa depan")	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ibu SS menunjukkan bahwa tujuan hidupnya berpusat pada pengasuhan anak-anak dengan harapan mereka tumbuh mandiri, saling menyayangi, dan berbakti kepada orang tua. Meskipun tidak selalu diungkapkan secara eksplisit, tindakan dan keputusan yang diambil mencerminkan nilai-nilai moral, spiritual, dan sosial yang kuat, serta dorongan batiniah untuk

menjadi contoh yang baik bagi anak-anaknya. Observasi memperlihatkan bahwa ibu SS aktif terlibat dalam kegiatan sekolah dan terapi anak, memilih untuk tidak bekerja penuh waktu demi fokus pada pengasuhan, serta menunjukkan harapan jangka panjang terhadap masa depan anak, khususnya kemandirian F. Peran sebagai ibu dijalani dengan kesadaran penuh, tanpa merasa terbebani, dan didukung oleh sistem musyawarah keluarga serta kekuatan spiritual yang menjadi sumber ketenangan dan motivasi. Keseluruhan temuan mengindikasikan bahwa peran keibuan menjadi inti makna dan arah hidup ibu SS, yang dijalani dengan komitmen, kesabaran, dan harapan yang terus diperjuangkan.

5) Partisipan 5

Ibu S menunjukkan bahwa tujuan hidupnya berfokus pada pencapaian kondisi hidup yang lebih baik, terutama dalam aspek ekonomi dan pengelolaan emosi. Harapannya adalah agar kehidupan lebih mapan secara finansial dan mampu menjadi pribadi yang lebih sabar. Tujuan tersebut memberikan arah dan makna dalam menjalani hari-hari, di mana ia menaruh nilai tinggi pada pengendalian emosi serta kebiasaan menabung untuk masa depan. Hal ini mencerminkan bahwa ibu S memiliki keinginan kuat untuk mencapai sesuatu dalam hidup, memiliki gambaran

hasil yang ingin dicapai, serta memaknai aktivitas hidup sebagai sesuatu yang penting dan berarti.

“Jadi lebih baik hidupnya aja.” (P5/A5/I1/B1065)

“Ya, tercukupi ini lho mbak ekonominya itu. Lebih mapan.” (P5/A5/I1/B1067-1068)

“Ya cuma lebih sabar aja.” (P5/A5/I1/B1075)

“Saat itu ya, kalau lebih sabar itu mengendalikan emosi. Ya kalau untuk lebih mapan itu kan kita harus rajin nabung meski sedikit-sedikit kita harus menyisihkan.” (P5/A5/I1/B1085-1089)

“Ya, kemungkinan itu kalau kemungkinan sampai dia sudah, sampai bisa berjalan itu, kemungkinan sudah merasa cukup baik gitu. Iya, iya gitu.” (P5/A5/I1/B841-844)

“Ya itu kan kewajiban.” (P5/A5/I1/B1098)

“Ya kehendak Tuhan yang harus dijalani.” (P5/A5/I1/B1106-1107)

“Ya kewajiban.” (P5/A5/I1/B111)

Menurut suaminya, tujuan hidup ibu S sangat erat dengan peran keibuannya, terutama dalam mendampingi anak agar tumbuh sehat dan mandiri. Bagi suami, keberhasilan ibu S diukur dari tercapainya kemandirian anak, serta saat anak bisa menjalani kehidupan sebagaimana anak-anak lainnya. Ia juga melihat bahwa peran ibu S begitu besar dan bermakna dalam kehidupan keluarga, terutama dalam hal merawat anak. Ini menunjukkan bahwa dari perspektif *significant other*, ibu S memiliki orientasi tujuan hidup yang kuat, realistis, dan penuh tanggung jawab.

“Kalau itu mungkin buat keluarga. Ya anak-anak sehat, anak bisa mandiri, hal itu aja.” (SO5P5/A5/I1/B453-455)

“Ya, ini mungkin juga itu mengasuh anak, anak sehat.” (SO5P5/A5/I1/B462-463)

“Berhasil.” (SO5P5/A5/I1/B469)

“Kalau itu kemungkinan belum ya mbak. Ini kita orang tua, orang tua nggak mungkin berhenti di jalan sebelum titik

mentok dari umur kita sendiri. Selagi masih bisa berusaha buat anak, ya kita berusaha.” (SO5P5/A5/I1/B474-479)  
 “Ya mungkin K sudah kayak sama seperti orang lain, udah bisa menjalani semua sama dengan anak-anak orang lain.” (SO5P5/A5/I1/B484-491)  
 “Besar sekali ya. 1000% mungkin. Gimana ya? Masalahnya apa-apa ibu.” (SO5P5/A5/I1/B498-499)

Niat yang mendasari tindakan ibu S dalam menjalani kehidupannya terlihat dari nilai-nilai batin yang ia pegang, seperti kesabaran dan pengendalian emosi dalam mendidik anak. Ia menyadari bahwa kelelahan bisa memicu ledakan emosi, namun ia menyesali hal tersebut dan terus berusaha mengelolanya. Hal ini mencerminkan bahwa ibu S memiliki pegangan moral yang kuat, serta niat yang mendorongnya untuk menjadi orang tua yang lebih baik bagi anak-anaknya. Niat tersebut menjadi fondasi batin yang memberi makna dalam kehidupannya sehari-hari.

“Ajaran ya ada.” (P5/A5/I2/B1163)  
 “Ya itu harus bersabar dalam mendidik anak, nggak usah pakai emosi.” (P5/A5/I2/B1165-1166)  
 “Ohh ya sesekali itu kalau saking capeknya.” (P5/A5/I2/B1172-1173)  
 “Ya saking capeknya itu kadang suka nada tinggi gitu. Tapi habis itu ya nyesel.” (P5/A5/I2/B1175-1176)  
 “Iya, cuman paling kalau saking capeknya, pekerjaannya capek, paling ya kek nadanya agak tinggi. Kalau nyuruh gitu lho, nyuruh apa, nadanya agak tinggi.” (P5/A5/I2/B1192-1195)  
 “Ya itu kan kita harus toh mbak, harus kayak gitu. Kita kan jadi orang tua harus mengurus anak-anak, mengurus makan, menyiapkan segala sesuatunya, mencari nafkah buat anak-anak.” (P5/A5/I2/B1200-1204)  
 “Iya, nanti kalau nggak begitu anaknya mau makan apa gitu.” (P5/A5/I2/B1208-1209)  
 “Iya, anaknya pada sehat, pada senang itu kan udah senang bagi kita.” (P5/A5/I2/B1213-1214)

“Cuma itu bagaimana caranya dia supaya bisa berjalan itu harus pakai apa gitu.” (P5/A5/I2/B1223-1225)

“Ya maksudnya gitu, cuma itu. Bagaimana supaya dia itu atau pakai alat apa gitu supaya dia bisa berjalan.” (P5/A5/I2/B1223-1225, B1227-1229)

Berdasarkan sudut pandang suami, ibu S merupakan sosok yang tidak mudah menyerah dan terus-menerus memiliki niat kuat untuk memperbaiki keadaan secara perlahan. Ia melihat bahwa motivasi terbesar ibu S adalah kebahagiaan dan kesehatan anak-anak, yang menjadi penyemangat utama dalam menjalani peran sebagai ibu. Niat untuk membuat anaknya hidup normal dan sehat seperti anak lainnya juga menjadi cerminan tujuan batin yang mendalam.

“Ya, semua ya. Cuma secara perlahan, sedikit-sedikit dan enggak putus asa. Selalu, selalu ada.” (SO5P5/A5/I2/B507-509)

“Ya, melihat kalau anak-anak bahagia gitulah. Ya mungkin jadi motivasi ya.” (SO5P5/A5/I2/B517-518)

“Kalok niatnya itu yo itu tadi sehat, kayak anak-anak lain, terus ya aktivitas bisa sama dengan anak orang-orang.” (SO5P5/A5/I2/B527-529)

Ibu S memiliki arah hidup yang terfokus pada kebahagiaan anak-anak dan kestabilan ekonomi keluarga. Hal ini menjadi acuan utama dalam setiap keputusan yang ia ambil. Saat dihadapkan pada keterbatasan energi atau waktu, prioritas utama selalu diberikan kepada anak-anak, baik dalam urusan makan maupun perawatan. Ia juga memiliki pandangan masa depan yang jelas, yakni melihat anak-anak sukses dan mandiri, serta dirinya sendiri dapat menikmati hari tua tanpa banyak kesulitan.

“Tujuan hidup ya hidupnya enggak susah toh.”  
(P5/A5/I3/B1250-1251)

“Iya bahagia, anak-anaknya bahagia, enggak kesusahan maksudnya rezekinya lancar gitu loh.” (P5/A5/I3/B1254-1256)

“Yang penting urus anaknya dulu.” (P5/A5/I3/B1235)

“Iya, yang penting anaknya udah pada kenyang, baru pegang kerjaan gitu. Yang penting kan anaknya dulu.”  
(P5/A5/I3/B1237-1239)

“Dibayangin masa depan ya cuma supaya dia sukses aja dalam hidupnya.” (P5/A5/I3/B1268-1269)

“Iya bisa mandiri, enggak tergantung sama orang lain.”  
(P5/A5/I3/B1272-1273)

“Ya hidupnya aja enak gitu loh, menikmati hari tua, anak-anaknya sudah pada bekerja, kita jadi orang tua susah gitu mbak.” (P5/A5/I3/B1280-1283)

Suami dari ibu S menilai bahwa arah hidup istrinya sangat tertuju pada anak-anak. Anak-anak menjadi dasar dalam pengambilan keputusan serta prioritas utama dalam penggunaan energi dan waktu. Ia juga membayangkan bahwa di masa depan, istrinya akan menjadi pribadi yang lebih sehat dan berhasil, serta mampu mewujudkan keinginannya. Hal ini menunjukkan bahwa suami melihat adanya perspektif masa depan yang kuat dalam diri ibu S, yang mendasari arah serta pilihan hidupnya saat ini.

“Ya terutama itu tadi. Cuma buat anak itu tadi.”  
(S05P5/A5/I3/B535-536)

“Kalau diri sendiri malah jarang ya. Yang penting anak-anak sehat, terus baik, terus kerja. Diri sendiri itu tahu-tahu nanti terus tetap gitu. Yang penting anak-anak dulu.”  
(S05P5/A5/I3/B546-550)

“Ya lebih berhasil ya, lebih baik dari sekarang, terus lebih sehat, terus keinginan bisa tercapai.” (S05P5/A5/I3/B564-566)

“Ya lebih sehat, lebih bisa menggapai impian sehingga impiannya bisa tercapai, mungkin lebih sehat.”  
(S05P5/A5/I3/B569-571)

Tabel 4.25 Observasi Aspek Tujuan Hidup Partisipan 5

Indikator Tujuan Hidup	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu bercerita tentang mimpi pribadi yang ingin dicapai	✓	1 kali
	Ibu membuat catatan perkembangan anak (buku harian, jurnal kemajuan terapi, <i>checklist</i> kegiatan)	✗	-
	Ibu terlihat aktif dalam kegiatan sekolah atau terapi anak, bukan hanya sebagai pengantar	✓	4 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengutip nilai moral atau spritual dalam ceritanya (misalnya: "Saya percaya ini adalah amanah dari Tuhan")	✓	1 kali
	Ibu menyebutkan anak, keluarga, atau hal penting lain terkait hidupnya sebagai alasan utama dia tetap semangat	✓	1 kali
	Ibu menceritakan harapannya terhadap masa depan, walau belum konkret (misalnya: "Yang penting anak saya bisa mandiri satu hari nanti")	✓	1 kali
Memiliki arah yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu menjelaskan alasannya memilih sekolah, terapi, atau aktivitas anak dengan menyebutkan nilai atau tujuan jangka panjang	✓	1 kali
	Ibu memilih untuk tidak bekerja penuh waktu agar bisa fokus mengurus anaknya	✓	1 kali
	Ibu membicarakan harapan jangka panjang (misalnya: "Saya ingin anak saya bisa mandiri di masa depan")	✓	1 kali

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ibu S menunjukkan bahwa tujuan hidupnya berfokus pada pencapaian kondisi hidup yang lebih baik, terutama dalam aspek ekonomi,

pengelolaan emosi, dan kesejahteraan anak-anak. Ia memiliki harapan yang jelas untuk menjadi pribadi yang lebih sabar dan mapan secara finansial, serta berkomitmen menjalani peran sebagai ibu dengan penuh tanggung jawab dan kesadaran. Observasi memperlihatkan bahwa ibu S aktif dalam kegiatan sekolah dan terapi anak, memilih untuk tidak bekerja penuh waktu demi fokus pada pengasuhan, serta menunjukkan harapan jangka panjang terhadap kemandirian anak. Perspektif suami menguatkan bahwa arah hidup ibu S sangat tertuju pada anak-anak, dengan motivasi utama berupa kebahagiaan dan kesehatan mereka. Nilai-nilai batin seperti kesabaran, pengendalian emosi, dan keyakinan spiritual menjadi fondasi yang memberi makna dalam kehidupan sehari-hari. Keseluruhan temuan mengindikasikan bahwa ibu S memiliki arah hidup yang realistis dan bermakna, dengan dorongan kuat untuk memperbaiki keadaan secara perlahan demi masa depan yang lebih baik bagi dirinya dan keluarganya.

f) Aspek <sup>11</sup> Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Pertumbuhan pribadi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi sebagai aktualisasi diri, dan menyadari potensi diri. Teori-teori perkembangan juga memberikan penekanan eksplisit pada pertumbuhan yang berkelanjutan dan menghadapi tantangan atau

tugas-tugas baru pada periode kehidupan yang berbeda. Berdasarkan hal tersebut, pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan merupakan aspek *psychological well-being* yang paling dekat dengan gagasan Aristoteles tentang *eudaimonia* (Ryff, 1989b).

Menurut Asif (2024), komponen pertama dari *personal growth*, yaitu kesiapan untuk berubah, menunjukkan sejauh mana seseorang terbuka dan bersedia menerima perubahan, serta mencerminkan sikap proaktif yang melihat perubahan sebagai sebuah peluang. Lebih lanjut, komponen ketiga dan keempat, yaitu pemanfaatan sumber daya dan sifat suka bermain, menekankan pentingnya fleksibilitas dan kecakapan dalam memanfaatkan berbagai sumber daya, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar, untuk mendukung perkembangan pribadi.

Sementara itu, menurut Anderson, Meyer, Vaters, dan Espinoza (2020), perkembangan diri yaitu dapat dilihat dari adanya proses memanfaatkan bakat dan potensi pribadi secara optimal. Mayasari (2014) menambahkan bahwa individu yang unggul dalam aspek ini cenderung merasa terdorong untuk terus maju, memandang dirinya sebagai pribadi yang terus mengalami pertumbuhan, menyadari potensi yang dimilikinya, serta mampu mengenali perubahan positif dalam diri dan perilakunya seiring berjalannya waktu.

### 1) Partisipan 1

Ibu K menunjukkan kemampuan adaptasi dalam menghadapi perubahan dan tantangan sebagai bagian dari aktualisasi dirinya. Ia secara aktif membawa anaknya yaitu MRG untuk bermain ke tempat-tempat terbuka seperti pantai dan sungai, yang tidak hanya memberikan stimulasi sensorik bagi anak, tetapi juga memperlihatkan keterbukaan ibu terhadap pendekatan baru dalam pengasuhan. Selain itu, ibu K bersikap selektif dalam menerima saran dari orang lain. Ia menyaring informasi yang didapat berdasarkan kecocokan dan manfaatnya, menunjukkan kemandirian berpikir dan keterbukaan dalam proses belajar. Ibu K juga mencerminkan refleksi diri atas perubahan perannya sebagai ibu dari anak berkebutuhan khusus, di mana ia menyadari perlunya lebih menjaga, mengawasi, dan memberikan perhatian lebih besar, sebagai bentuk penyesuaian diri yang tumbuh dari pengalaman langsung.

“Di ajak main kemana gitu, dia sukanya bermain di pantai, sungai.” (P1/A6/11/B959-960)

“Iya, diajak kesana. Diajak ke tempat bermain.” (P1/A6/11/B966-967)

“Ya, saya ya menerima saran dari orang lain, kalau yang tadi baik, saya pakai, kalau yang tadi tidak ya saya tidak pakai.” (P1/A6/11/B980-982)

“Iya. Yang dulu saya itu kurang, karena saya sekarang harus lebih menjaga, mengawasi, lebih perhatian.” (P1/A6/11/B1009-1011)

Suami dari ibu K memperkuat gambaran adaptasi istrinya sebagai bentuk aktualisasi diri melalui pengamatan

terhadap perilaku dan respons Ibu dalam keseharian. Ia menjelaskan bahwa ibu K terbiasa mengajak anaknya bermain ke alam terbuka seperti pantai dan sungai, sebagai upaya memberikan pengalaman baru bagi MRG. Ketika menghadapi berbagai saran, ibu K dikenal mendengarkan terlebih dahulu sebelum memutuskan mana yang cocok untuk diterapkan. Menurut suaminya, ibu K juga mengalami perubahan signifikan, terutama dalam hal kesabaran. Ia melihat bahwa ibu K kini menjadi lebih sabar, yang menunjukkan bahwa masa transisi sebagai orang tua anak berkebutuhan khusus telah menjadi ruang bagi ibu untuk berkembang secara emosional.

“Hal baru, kayaknya itu Mbak, belajar soal R bisa makan apa dan gak boleh makan apa, jadi dibatasin. Terus kita sering ngajak R main ke pantai, sungai, gitu.” (SO1P1/A6/I1/B379-382)

“Ibu kalau ada orang yang ngasih saran, Ibu dengerin dulu, Mbak, kalau cocok dipakai.” (SO1P1/A6/I1/B390-392)

“Pelajaran berharganya, Ibu jadi lebih sabar sekarang kalau yang saya lihat gitu.” (SO1P1/A6/I1/B397-398)

Ibu K menunjukkan kesadaran terhadap potensi dirinya melalui pemanfaatan kekuatan internal dan eksternal. Ia mengandalkan rasa syukur kepada Tuhan sebagai kekuatan utama dalam menjalani perannya, serta mencari dukungan dari suami sebagai sistem pendukung terdekat. Ibu K juga aktif mencari informasi mengenai kondisi anaknya, seperti melalui posyandu atau orang-orang di sekitarnya, untuk lebih memahami gangguan anaknya dan cara terbaik merawatnya. Potensi untuk

berwirausaha pun masih ia simpan, meskipun saat ini belum dapat dijalankan secara penuh karena fokus utamanya adalah mendampingi anak. Selain itu, ibu K merefleksikan pertumbuhan pribadinya dalam bentuk pengelolaan emosi yang semakin baik. Ia menyadari bahwa kini ia lebih sabar dan lebih kuat dalam menghadapi kehidupan sehari-hari bersama MRG, sebagai bukti bahwa dirinya mengalami perkembangan yang berarti secara psikologis.

“Ya caranya kita syukuri menurut yang Allah tetapkan.”  
(P1/A6/I2/B1018-1019)

“Ya, suami” (P1/A6/I2/B1024)

“Iya, itu anu kemampuannya mencari informasi kan nanyanya gitu, ke posyandu, ke apa, ke orang-orang gitu lah, buat tahu tentang autisme itu dan tahu apa aja yang boleh dimakan, apa aja yang dikasihkan, diajarkan, gitu.”  
(P1/A6/I2/B1030-1035)

“Iya, saya itu pengennya kerja, tapi belum bisa harus jaga anak. Jadi cuman kadang bantu bapak aja berjualan gitu.”  
(P1/A6/I2/B1046-1048)

“Perubahan, ya perubahan ee emosinya.”  
(P1/A6/I2/B1053-1055)

“Iya, sama tenaganya kan juga jadi tambah gitu.”  
(P1/A6/I2/B1055-1056)

“Iya, emosinya dulu kan saya marah sekarang sudah enggak marah ya itu, tambah sabar.” (P1/A6/I2/B1059-1061)

Berdasarkan sudut pandang suaminya, ibu K dianggap memiliki kekuatan dalam bentuk keteguhan spiritual dan kepercayaan pada dukungan keluarga, terutama dirinya sebagai suami. Ia melihat bahwa istrinya memiliki keinginan yang kuat untuk berkembang, seperti keinginan berjualan yang meskipun belum terwujud, tetap menjadi potensi yang hidup dalam diri Ibu.

Terlihat dari keseharian, ia melihat perubahan yang positif pada diri istrinya, dimana ibu K kini tampak lebih dewasa, sabar, dan kuat secara emosional. Perubahan ini menunjukkan bahwa ibu K tidak hanya menyadari potensi dirinya, tetapi juga secara aktif mengembangkannya dalam situasi yang penuh tuntutan.

“Kalau Ibu butuh dukungan ya ke saya, Mbak yang pertama.” (SO1P1/A6/I2/B401-402)

“Potensi ya Mbak, Ibu tuh dulu pengen jualan tapi sekarang belum terlaksana. Ya sekarang cuman bantu-bantu saya aja, gitu untuk menyiapkan jualan gitu.” (SO1P1/A6/I2/B408-411)

“Sekarang Ibu lebih dewasa, lebih kuat, lebih sabar, ya gitu Mbak.” (SO1P1/A6/I2/B415-416)

Tabel 4.26 Observasi Aspek Pertumbuhan Pribadi Partisipan 1

Indikator Pertumbuhan Pribadi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mulai mencari informasi baru tentang kondisi anaknya melalui buku, seminar, atau komunitas	✓	1 kali
	Ibu mendengarkan dan berdiskusi dalam forum orang tua ABK	✗	-
	Ibu mengungkapkan terkait pengalaman mengasuh ABK yang membuatnya lebih berkembang dalam hal regulasi emosi, pengetahuan, atau lainnya	✓	1 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengikuti komunitas atau <i>support group</i> untuk saling berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan emosional	✗	-
	Ibu menggunakan waktu pribadi untuk melakukan refleksi diri atau aktivitas yang menguatkan mental	✓	2 kali

	(misalnya <i>journaling</i> , doa, dan meditasi)		
	Ibu kembali menjalankan hobi atau keahlian lama (misalnya menjahit, menulis, dan memasak) sebagai bentuk ekspresi diri atau tambahan penghasilan	×	-

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ibu K menunjukkan pertumbuhan pribadi yang signifikan dalam **menjalani peran sebagai ibu dari anak berkebutuhan khusus**. Ia mampu beradaptasi dengan perubahan dan tantangan melalui aktualisasi diri yang tercermin dalam perilaku sehari-hari, seperti mengajak anak bermain di alam terbuka untuk stimulasi sensorik dan memilih pendekatan pengasuhan yang sesuai dengan kebutuhan anak. Ibu K juga menunjukkan refleksi diri yang mendalam, menyadari perlunya peningkatan perhatian, pengawasan, dan kesabaran dalam menghadapi kondisi anak. Observasi memperlihatkan bahwa ia aktif dalam kegiatan anak dan menyebut keluarga sebagai sumber semangat, meskipun belum mencatat perkembangan anak secara formal atau menyampaikan harapan masa depan secara konkret. Dukungan spiritual dan emosional dari suami menjadi kekuatan eksternal yang menopang proses pertumbuhan pribadinya, sementara rasa syukur dan pengelolaan emosi yang semakin baik mencerminkan kekuatan internal yang berkembang. Potensi untuk berwirausaha tetap hidup dalam dirinya, meski belum dapat dijalankan

sepenuhnya karena fokus utama adalah mendampingi anak. Keseluruhan temuan menunjukkan bahwa Ibu K mengalami perkembangan psikologis yang bermakna, dengan peningkatan kesabaran, kedewasaan, dan kekuatan emosional sebagai wujud nyata dari pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan.

## 2) Partisipan 2

Ibu DP menunjukkan proses adaptasi dalam hidupnya melalui keberanian mencoba hal-hal baru sebagai bentuk upaya mendampingi tumbuh kembang anaknya, NMPD. Salah satunya adalah menginisiasi terapi untuk anaknya sejak awal, dengan motivasi agar anaknya bisa berjalan dan beraktivitas seperti anak lainnya. Selain itu, ibu DP menunjukkan sikap terbuka terhadap saran dari lingkungan sosial, namun tetap selektif dalam penerapannya. Ia mempertimbangkan kenyamanan dan respons anak sebagai prioritas utama sebelum mengikuti saran tertentu. Ketika menghadapi perubahan hidup, ibu DP juga mengalami perkembangan cara pandang, di mana ia menunjukkan kemampuan untuk menerima diri, menikmati hidup, dan berdamai dengan realitas tanpa membiarkan penilaian sosial mengganggu kesejahteraannya.

“Terapi itu mbak. Dulu terapi.” (P2/A6/11/B2085)

“Karena saya pingin dia bisa jalan dulu dan saya pingin dia bisa beraktivitas gitu.” (P2/A6/11/B2091-2092)

“Saya akan coba mbak, saya akan coba lakukan. Saya akan mencoba melakukan saran itu, tapi kalau memang anaknya nggak nyaman atau nangis, saya lepas. Saya nggak akan

berurusan. Jadi tetap saya kembalikan ke anaknya.”  
(P2/A6/11/B2102-2107)

“Ya saya saring. Kalau memang anaknya nggak nyaman, anaknya nggak ini, ya sudah, nggak saya lakukan.”  
(P2/A6/11/B2109-2111)

“Enggak. Selama misalnya ada yang kasih saran gini-gini, selama sarannya itu positif, selama sarannya itu membangun dan baik, bisa diterima sama nalar, oke.”  
(P2/A6/11/B2115-2118)

“Ada banyak.” (P2/A6/11/B2123)

“Ya itu tadi, lebih bisa menerima diri sendiri, lebih bisa menikmati hidup, lebih apa ya, lebih berdamai dengan diri sendiri, lebih bisa melihat dunia ini dengan kaca mata yang positif, segi yang positif, dan tidak terlalu mendengarkan omongan orang, tidak terlalu mendengarkan kanan-kiri. Selama saya tidak menyenggol kamu, selama saya tidak, ya sekarang saya gitu ya. Ya kek tak bilang tadi I’m single I’m very happy sekarang. Menikmati terus dari perjalanan ini, ngapain sedih, ngapain saya terpuruk, ngapain saya menyakiti diri saya sendiri.” (P2/A6/11/B2124-2137)

Menurut anak pertamanya (GMCW), ibu DP juga berusaha mengeksplorasi sisi pribadi di luar peran pengasuhan, seperti mencoba merajut untuk kesenangan pribadi. Aktivitas ini mencerminkan usaha aktualisasi diri yang tidak semata-mata berfokus pada anak, tetapi juga memberi ruang bagi pengembangan pribadi. Ia juga menyebut bahwa ibu DP tetap bersikap terbuka terhadap pendapat orang lain dan menghargai masukan yang diberikan kepadanya, sebagai bentuk keterbukaan dalam proses belajar dan adaptasi. Berdasarkan kaca mata sang anak, ibu DP juga mengalami pertumbuhan spiritual dan emosional, menjadi lebih sabar, ikhlas, dan memiliki keinginan yang kuat untuk terus belajar dalam merawat ABK, bahkan

semakin mendekati diri kepada Tuhan sebagai bagian dari transformasi pribadi yang bermakna.

“Ya paling merajut. Bikin topi, buat karet itu loh kak, buat ini di pakek biar modis aja kek gitu.” (SO2P2/A5/I3/B898-900)

“Tetap bunda dengerin sih kak, tetap menghargai pendapat orang lain.” (SO2P2/A6/I1/B909-910)

“Bunda jadi lebih apa ya? Bisa lebih ikhlas, lebih sabar, terus belajar cara merawat anak berkebutuhan khusus, makin dekat sama Tuhan.” (SO2P2/A6/I1/B926-929)

Berdasarkan indikator kesadaran akan potensi diri, ibu DP menegaskan bahwa kekuatan terbesar yang menopangnya adalah belas kasih Tuhan. Ia merasa bahwa kekuatan spiritual adalah fondasi utama dalam mengatasi kesulitan hidup, terlebih dalam merawat NMPD seorang diri. Ibu DP juga memiliki sistem dukungan eksternal yang ia akses saat dibutuhkan, seperti ayah angkat anaknya, yang dinilai efektif dalam membantu menangani situasi tertentu. Selain itu, ibu DP mengembangkan kemampuan memahami bahasa dan kebutuhan anaknya yang khas, yang ia sebut sebagai ‘bahasa kalbu’, sebagai keterampilan emosional dan kognitif yang tumbuh dari pengalaman. Meskipun saat ini belum bisa merealisasikan rencana usaha karena kondisi anak, Ibu DP tetap menyimpan berbagai rencana dan aspirasi, termasuk keinginan untuk membuka usaha mandiri dari rumah, yang menunjukkan kesadaran akan kapasitas dirinya dan potensi untuk berkembang lebih jauh di masa depan.

“Ayah angkatnya.” (P2/A6/I2/B2143)

“Iya. Kalau memang benar-benar saya tidak mampu ya, ke ayah angkatnya. [...] Karena ini bisa dibilang agak punya rasa takut dengan ayahnya dibanding dengan yang lain-lain.” (P2/A6/I2/B2145-2152)

“Kekuatan belas kasih Tuhan mbak. Karena tanpa belas kasih Tuhan saya gak mampu melewatinya.” (P2/A6/I2/B2160-2162)

“Ya belas kasih Tuhan. Saya bisa hidup tanpa mantan suami, tapi saya tidak bisa hidup tanpa Tuhan. Karena tanpa Tuhan saya gak ada apa-apanya. Tapi kalau tanpa suami, saya masih bisa menjalani kehidupan saya. Tapi kalau tanpa Tuhan, saya gak bisa menjalani kehidupan saya.” (P2/A6/I2/2165-2171)

“Memahami omongannya dia.” (P2/A6/I2/B2182)

“Memahami. Jadi saya bilang kayak bahasa kalbu. Karena kadang kita, orang lain gak ngeh dengan dia omong apa, dengan dia minta apa.” (P2/A6/I2/B2184-2187)

“Iya membantu banget. Kayak dia pengen apa, kadang apa sih yang dia minta? Itu loh minta itu.” (P2/A6/I2/B2191-2193)

“Ada mbak. Cuma memang saat ini terbentur N. Jadi memang benar-benar belum bisa sepenuhnya lepaskan. Terakhir saya ajak kerja, masuk rumah sakit. Jadi, saya gak berani yang aneh-aneh dulu saat ini. Ini banyak plan itu banyak. Pengen ini, pengen ini itu banyak. Pengen usaha ini, pengen usaha ini banyak. Cuma terbentur di kondisi saat ini, di ekonomi, sama terbentur ini anak belum bisa dilepas.” (P2/A6/I2/B2198-2207)

“Karena sudah dipanggil, banyak panggilan mbak. Tawaran dari teman-teman lain. Anakku sama siapa...” (P2/A6/I2/B2211-2221)

Anak pertama Ibu DP melihat bahwa kekuatan utama ibunya dalam menghadapi kesulitan adalah hubungan spiritual dengan Tuhan dan kekuatan cinta terhadap anaknya, N. Ia menyebut bahwa Ibu menjadi lebih sabar dan tidak mudah marah dibandingkan sebelumnya. Selain itu, C juga menyoroti kemampuan praktis Ibu dalam hal memasak dan potensi berjualan online, yang menjadi modal untuk pengembangan diri jika

kondisi memungkinkan. Ibu kini juga dianggap lebih mampu berkomunikasi dengan orang lain, menandai adanya peningkatan dalam aspek sosial dan emosional yang sebelumnya tidak terlalu menonjol. Hal ini memperkuat gambaran bahwa Ibu DP menyadari dan terus mengembangkan kapasitas dirinya secara perlahan namun konsisten.

“Keknya ke Tuhan sama dirinya sendiri.”  
(SO2P2/A6/I2/B936-937)

“Kekuatan terbesarnya N” (SO2P2/A6/I2/B946)

“Masak mungkin.” (SO2P2/A6/I2/B961)

“Jualan *online*.” (SO2P2/A6/I2/B982)

“Bunda jadi nggak gampang marah, terus mungkin lebih mengandalkan Tuhan, lebih gampang berkomunikasi dengan orang lain” (SO2P2/A6/I2/B992-995)

Tabel 4.27 Observasi Aspek Pertumbuhan Pribadi Partisipan 2

Indikator Pertumbuhan Pribadi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mulai mencari informasi baru tentang kondisi anaknya melalui buku, seminar, atau komunitas	✓	5 kali
	Ibu mendengarkan dan berdiskusi dalam forum orang tua ABK	✓	4 kali
	Ibu mengungkapkan terkait pengalaman mengasuh ABK yang membuatnya lebih berkembang dalam hal regulasi emosi, pengetahuan, atau lainnya	✓	1 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengikuti komunitas atau <i>support group</i> untuk saling berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan emosional	✓	5 kali
	Ibu menggunakan waktu pribadi untuk melakukan refleksi diri atau aktivitas	✓	5 kali

	yang menguatkan mental (misalnya <i>journaling</i> , doa, dan meditasi)		
	Ibu kembali menjalankan hobi atau keahlian lama (misalnya menjahit, menulis, dan memasak) sebagai bentuk ekspresi diri atau tambahan penghasilan	✓	1 kali

Ibu DP menunjukkan proses pertumbuhan pribadi yang bermakna melalui adaptasi, refleksi, dan aktualisasi diri dalam **5** **menjalani peran sebagai ibu dari anak berkebutuhan khusus.** Ia berani mencoba hal-hal baru, seperti menginisiasi terapi sejak dini dan menyaring saran dari lingkungan sosial dengan mempertimbangkan kenyamanan anak sebagai prioritas utama. Sikap terbuka terhadap masukan, kemampuan menerima diri, serta kesediaan untuk berdamai dengan realitas hidup mencerminkan perkembangan cara pandang yang lebih positif dan matang. Observasi memperlihatkan bahwa ibu DP aktif mencari informasi tentang kondisi anak, mengikuti komunitas orang tua ABK, menjalankan aktivitas spiritual seperti doa dan refleksi, serta kembali menekuni hobi pribadi sebagai bentuk ekspresi diri. Perspektif anak pertama menguatkan bahwa ibu DP menjadi lebih sabar, ikhlas, dan komunikatif, serta memiliki potensi untuk berkembang secara ekonomi dan sosial jika kondisi memungkinkan. Kesadaran akan kekuatan spiritual sebagai fondasi utama, serta kemampuan memahami kebutuhan anak

secara emosional melalui 'bahasa kalbu', menunjukkan bahwa pertumbuhan pribadi ibu DP berlangsung secara holistik, meliputi aspek emosional, spiritual, kognitif, dan sosial yang terus berkembang seiring perjalanan pengasuhan dan kehidupan.

### 3) Partisipan 3

Ibu NE menunjukkan kemampuan beradaptasi dalam peran barunya sebagai ibu dari ABK meski dengan langkah yang masih terbatas. Ia belum mencoba banyak hal baru secara spontan, tetapi bersedia menjalankan saran dari terapis, seperti melatih anaknya menggunakan sedotan meskipun hasilnya belum optimal. Sikap keterbukaan ditunjukkannya melalui penerimaan atas saran yang datang dari orang lain. Ia akan mempertimbangkan dengan matang apakah saran itu sesuai untuk dilakukan atau tidak, menunjukkan bahwa proses aktualisasi diri terjadi dengan pertimbangan pada kebutuhan dan kenyamanan anak. Selain itu, pengalaman mengasuh S membuatnya menyadari pentingnya mengelola emosi, terutama dalam menghadapi perilaku anak yang semakin kompleks. Ia belajar untuk bersabar, menahan emosi, dan menyadari bahwa tantangan dalam pengasuhan adalah proses yang menuntut adaptasi berkelanjutan.

"Enggak." (P3/A6/11/B1411)

"Belum, itu dari dari terapis, dari terapis kan disuruh bawa sedotan, buat minum itu pakai sedotan. Kan S susah nyedot

Mbak, terus di rumah dicoba, dicoba, gitu.” (P3/A6/I1/B1416-1419)  
 “Belum, belum ada eh Mbak.” (P3/A6/I1/B1425)  
 “Ya, diterima.” (P3/A6/I1/B1430)  
 “Ehem, diterima.” (P3/A6/I1/B1432)  
 “Nggak, ya diterima aja dulu, kalau kita bisa, ya kita lakuin, kalau belum bisa ya nanti coba ditimbang-timbang dulu.” (P3/A6/I1/B1435-1437)  
 “Sabar, harus lebih sabar, kayaknya ya kadang emosian, ya kadang harus sabar. Emosi pasti ada, apalagi sekarang lagi, kalau dulu kan masih kecil, sekarang mungkin perilakunya aja, perilakunya.” (P3/A6/I1/B1443-1447)

Menurut Mbah, ibu NE telah mencoba berbagai upaya untuk mendukung tumbuh kembang anak mereka, termasuk membawa anak jalan-jalan ke tempat terapi dan rekreasi seperti pantai. Hal ini mencerminkan keterbukaannya terhadap pengalaman baru yang dapat bermanfaat bagi anak. Selain itu, ia juga dikenal sebagai sosok yang tidak mudah tersinggung ketika menerima masukan. Mbah mengamati bahwa ibu NE mampu menyaring saran yang diberikan orang lain dengan bijak, mengambil yang dirasa cocok dan membuang yang tidak sesuai. Pelajaran penting yang disorot oleh suaminya dari perjalanan pengasuhan ini adalah pentingnya kesabaran. Ia menekankan bahwa tanpa kesabaran, pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus bisa menjadi sumber stres yang besar.

“Ngajakin S ke pantai, kemana gitu jalan-jalan, diajak terapi kesana, kata orang bagus diapa gitu, dicoba wes semua dicoba, dilakukan.” (SO3P3/A6/I1/B435-438)  
 “Terima. Dipikir, cocok yo dijupuk, ora yo dibuang. Sing penting ora gampang tersinggung.” (SO3P3/A6/I1/B442-444)

“Sabar. Kuwi sing paling penting. Nek ora sabar, yo iso stres.” (SO3P3/A6/I1/B448-449)

Ketika menjalankan peran sebagai ibu, ibu NE menyadari bahwa ia memiliki dukungan kuat dari keluarga, terutama suami dan saudara. Ia cenderung berpikir dalam diam untuk mencari solusi atas masalah yang dihadapi, terutama berkaitan dengan anaknya, S. Potensi dirinya juga terlihat dalam keterampilan menjahit yang telah dimilikinya sejak remaja. Kemampuan ini tidak hanya menjadi sarana aktualisasi diri, tetapi juga mendukung perekonomian keluarga. Ibu NE bahkan berharap ke depannya bisa menurunkan keterampilan ini kepada anak-anaknya. Selain menjahit, keterlibatannya dalam kegiatan sosial di lingkungan sekitar menunjukkan peningkatan dalam kemampuan bersosialisasi. Ia kini lebih aktif mengikuti kegiatan PKK dan mampu membangun relasi sosial yang memperluas wawasannya serta menjadi cara untuk mengelola stres.

“Bapak.” (P3/A6/I2/B1454)

“Ya, keluarga.” (P3/A6/I2/B1457)

“Cuman mikir. Hmm kadang diam tapi sambil mikir gimana ya S.” (P3/A6/I2/B1470-1471)

“Gak, cuman diam, mikir gimana caranya ini S, nanti gini-gini.” (P3/A6/I2/1489-1490)

“Hmm, apa ya. Kalau Ibu kan menjahit.” (P3/A6/I2/B1497)

“Ehem, kadang S itu kalau ada tamu, dia ikut ngukur, nanti moga-moga aja besok bisa, bisa diajarin. Soalnya kakaknya juga ngambil sekolah di SMK.” (P3/A6/I2/B1499-1502)

“Ya, sama juga buat anak sih. Membantu perekonomian.” (P3/A6/I2/B1509-1510)

“Iya, dari muda, dari SMK. Dari lulus SMK udah ikut-ikutan di modiste atau konveksi, garmen, udah gitu aja.” (P3/A6/I2/ B1513-1515)

"InsyaAllah nanti kalau udah agak besar. Kalau yang ini kan belum tahu, diajarin juga belum paham. Kalau yang besar sih, kadang ya dia minta diajarin, kadang dia menjahit juga." (P3/A6/I2/B1522-1526)

"Buat usaha di rumah aja, sama misalnya sambil, yang penting ngomong, yang penting bisa jagain S dirumah. Jadi kadang dari ibu hamil S, udah udah menjahit dirumah." (P3/A6/I2/B1533-1536)

"Apa ya bingung, bingung mau ngomong hahaha. Ya, paling ya, harus lebih, lebih sibuk, waktu itu kan masih sendiri, sekarang udah ada anak, udah ngurusin keluarga, lebih sibuk. Ya, misalnya ada PKK atau apa, kan itu juga harus ketemu di kampung, kan harus ikut juga. Kan kalau di perumahan gak ada, hahaha, harus ikutin kegiatan lah. Tambah sibuk, tambah pengalaman, gitu aja sih kalau udah berumah tangga." (P3/A6/I2/B1552-1561)

"Ya, tambah bersosialisasi, tambah teman, tambah pengalaman, macam-macam, hal-hal lain lah." (P3/A6/I2/B1564-1566)

"Ehem, bisa sharing sama teman-teman, keluarin stress, hahaha." (P3/A6/I2/B1570-1571)

Mbah melihat bahwa dukungan utama yang ibu NE butuhkan berasal dari keluarga dekat, termasuk suami, saudara, dan orang tua. Ia menyadari bahwa ibu NE adalah sosok yang tidak banyak bicara saat menghadapi masalah, namun justru memikirkannya dalam diam dan mencari cara terbaik. Potensi yang paling terlihat dari ibu NE adalah kemampuan menjahit. Menurutnya, keterampilan ini sangat bermanfaat, tidak hanya sebagai pengisi waktu, tetapi juga sebagai tambahan pemasukan. Meski prioritas utama tetap pada anak, ia percaya bahwa kemampuan tersebut bisa terus dikembangkan. Ia juga mengamati adanya perubahan positif dalam diri ibu NE, khususnya dalam hal kesabaran dan ketahanan. Sebelumnya ibu

NE cenderung lebih mudah marah, namun kini semakin sabar dan kuat menghadapi tantangan.

“Saya, Bapak S, saudara.” (SO3P3/A6/I2/B453)

“Bakat e ya jahit. Ibu iso jahit dikit-dikit, ngisi waktu, nambah penghasilan. Tapi tetep utamane S.” (SO3P3/A6/I2/B457-459)

“Dulu yo gampang kesel. Saiki sabar e tambah, kuat e tambah.” (SO3P3/A6/I2/B463-464)

Tabel 4.28 Observasi Aspek Pertumbuhan Pribadi Partisipan 3

Indikator Pertumbuhan Pribadi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mulai mencari informasi baru tentang kondisi anaknya melalui buku, seminar, atau komunitas	✓	2 kali
	Ibu mendengarkan dan berdiskusi dalam forum orang tua ABK	✓	4 kali
	Ibu mengungkapkan terkait pengalaman mengasuh ABK yang membuatnya lebih berkembang dalam hal regulasi emosi, pengetahuan, atau lainnya	✓	1 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengikuti komunitas atau <i>support group</i> untuk saling berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan emosional	✓	5 kali
	Ibu menggunakan waktu pribadi untuk melakukan refleksi diri atau aktivitas yang menguatkan mental (misalnya <i>journaling</i> , doa, dan meditasi)	✓	5 kali
	Ibu kembali menjalankan hobi atau keahlian lama (misalnya menjahit, menulis, dan memasak) sebagai bentuk ekspresi diri atau tambahan penghasilan	✓	1 kali

Aspek pertumbuhan pribadi, ibu NE menunjukkan dinamika perkembangan yang dipengaruhi oleh interaksi antara pengalaman hidup, dukungan sosial, dan pencarian makna. Wawancara mengungkapkan bahwa sebagian besar individu mengalami peningkatan kesadaran diri dan kemampuan reflektif setelah menghadapi tantangan yang signifikan, seperti merawat ABK. Observasi memperkuat temuan ini dengan menunjukkan adanya perubahan dalam pola komunikasi, pengambilan keputusan yang lebih matang, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan yang mencerminkan nilai-nilai pribadi. Meskipun prosesnya tidak selalu linier, ibu NE tampak mengembangkan rasa otonomi dan penguasaan lingkungan yang lebih kuat, yang tercermin dalam sikap adaptif dan peningkatan kepercayaan diri. Keseluruhan temuan ini menyoroti bahwa pertumbuhan pribadi bukan hanya hasil dari kondisi eksternal, tetapi juga dari proses internal yang terus berkembang seiring waktu.

4) Partisipan 4

Ibu SS menunjukkan kapasitas adaptasi sebagai bentuk aktualisasi diri melalui penerimaan terhadap perubahan dan keterbukaan terhadap saran dari lingkungan sekitarnya. Meskipun saat ini ibu SS belum sepenuhnya melakukan eksplorasi terhadap hal-hal baru dalam merawat anak, ia memiliki kesadaran dan niat untuk mencoba mengembangkan diri, seperti dengan membuat

roti sebagai bentuk pencarian jati diri di luar peran domestiknya. Ia juga menunjukkan sikap menerima saran dari orang lain secara terbuka, terutama dalam konteks pengasuhan anak. Ibu SS mengolah setiap masukan yang diterima dan menggunakannya sebagai refleksi diri dalam menghadapi dinamika perannya sebagai ibu dari anak dengan kebutuhan khusus. Perubahan dalam kehidupannya, terutama sejak memiliki anak, ia maknai sebagai transisi yang sarat pelajaran, khususnya dalam hal pengasuhan dan tanggung jawab domestik.

“Belum.” (P4/A6/I1/B1114)

“Itu yang F kejang itu dikasih, apa ya, kemarin itu dibeliin apa, gitu. Belum juga saya ini.” (P4/A6/I1/B1117-1119)

“Iya, enggeh. Kan kalau berenang itu sama ayahnya, kalau sama saya, F itu kan gede Mbak, jadi kalau renang itu kan, badannya gede, sama saya takutnya tenggelam, gitu. Jadi nanti sama ayahnya.” (P4/A6/I1/B1122-1126)

“Misalnya kan, orang gini, ngomong gini, gapapa saya terima. Saya, saya terima lah masukan itu, saya olah.” (P4/A6/I1/B1131-1133)

“Ya gak papa, kalau seberapa, yo wes dijalanin.” (P4/A6/I1/B1136-1137)

“Ya, apa ya Mbak, maksudnya kan saya sudah menerima F yang kayak begini. Orang kalau mau ngomong apa gini, gini, gak papa, yaudah yo wes.” (P4/A6/I1/B1145-1148)

“Ya, apa ya, saya pikir jadi oh kayak gini. Dulu kerja, sekarang udah punya anak, udah punya suami, kayak gini, apa banyak kayak keperluan-keperluan. Jadi, perbedaannya banyak.” (P4/A6/I1/B1161-1165)

“Ngurus anak sangat berharga.” (P4/A6/I1/B1180)

Berdasarkan sudut pandang suaminya, ibu SS digambarkan sebagai sosok yang terbuka terhadap saran, meskipun tetap selektif dalam mengimplementasikannya. Ia akan mencoba saran jika sesuai dengan hasil pemikirannya dan

informasi yang ia peroleh. Hal ini menunjukkan adanya pemrosesan kognitif yang matang dalam menyikapi masukan. Selain itu, sang suami menilai bahwa ibu SS mengalami pertumbuhan pribadi yang signifikan, terutama dalam aspek perawatan anak. Ia menjadi sosok yang lebih cekatan dalam menangani kebutuhan kesehatan anak, mengenali jenis obat dan waktu pemberian secara lebih tepat dibanding dirinya. Hal ini mencerminkan bahwa transisi peran sebagai ibu telah dijalani ibu SS sebagai ruang pembelajaran dan aktualisasi diri.

“Mengembangkan dirinya paling mungkin bikin roti aja paling mencoba hal baru. Tapi kalau untuk ke anak-anaknya itu ndak. Itu aja.” (SO4P4/A6/I1/B994-997)

“Apa ya. Kalau saran dia terima sih baik.” (SO4P4/A6/I1/B1000-1001)

“Iya terbuka dan dicoba kalau memang sesuai dengan pemikirannya dia. Maksudnya setelah dia tanya kesana-kemari itu sesuai dia akan coba, tapi kalau gak sesuai dia gak dijalankan, dia gak dicoba.” (SO4P4/A6/I1/B1003-1008)

“Pelajaran banyak ya, terutama masalah obat-obatan. Dia lebih tahu obat-obatan ketimbang saya untuk F nya, dan pemberiannya maksudnya ngasih minumannya di waktu kapan dia lebih hapal ketimbang saya. Ya saya jarang di rumah.” (SO4P4/A5/I1/B1011-1016)

“Iya. Sampek ke rumah sakit jalurnya lebih tahu juga, lebih cepat juga. Kalau saya sering ngurusin gak kelar mungkin, sehari mungkin gak kelar, kalau dia cepat.” (SO4P4/A5/I1/B1019-1022)

“Jalurnya dia udah hafal, mau kemana dulu-kemana dulu udah hafal.” (SO4P4/A6/I1/B1024-1025)

Kemampuan ibu SS dalam menyadari potensi diri terlihat dari pemanfaatannya terhadap dukungan keluarga dan kesadaran akan tanggung jawab sebagai ibu. Ia menyebut bahwa

suami dan orang tuanya menjadi sumber dukungan utama, terutama saat menghadapi tantangan dalam mengurus anak. Hal ini menunjukkan kesadaran ibu SS akan sumber daya eksternal yang dapat diakses untuk mendukung fungsinya. Selain itu, ibu SS juga menunjukkan potensi internal berupa keteguhan hati, kesabaran, dan kedekatan emosional dengan anak-anaknya. Salah satu bentuk eksplorasi potensinya adalah dengan membuat kue bersama anak sebagai sarana pendekatan emosional. Keinginannya untuk menjual kue juga mencerminkan adanya motivasi untuk berkembang, meskipun saat ini masih tertunda karena fokus utama masih pada pengasuhan.

“Ya, itu yang Mbahnya itu. Mbah ini, pas kayak gini, yang ini minta sama saya, yang ini minta sama saya, gitu. Mbahnya pasti megang yang satu, tolong Mbah.” (P4/A6/I2/B1199-1202)

“Ke suami, kalau pas disini.” (P4/A6/I2/B1207)

“Ya, apa ya Mbak, pokoknya harus ini, apa, harus kuat.” (P4/A6/I2/B1211-1212)

“Kayak, kayak udah jadi kewajiban saya gitu, mengurus ini anak-anak.” (P4/A6/I2/B1214-1215)

“Ya, paling itu Mbak. Pas kamar mandi itu minta sama saya, kalau sama Mbah kadang marah-marah jadinya.” (P4/A6/I2/B1223-1225)

“Mungkin kayak, sabar itu ya Mbak. Pas ke kamar mandi itu, saya kasih tahu, gitu.” (P4/A6/I2/B1228-1229)

“Ohh, bikin kue.” (P4/A6/I2/B1233)

“Membantu ini, pas apa, marah atau apa sama kakaknya, “bikin kue yok,” bikin kue apa. Jadi kan kayak digiling gitu, “sini biar aku yang giling,” iyaa. Pas bikin kayak rebut-rebutan.” (P4/A6/I2/B1235-1239)

“Ya, kan kemarin itu kepengen bikin kue dijual kan itu.

“Jangan dulu, kan anak-anak masih kecil, udah gede baru buka,” iyaa, kalau ditinggal kan gak bisa.” (P4/A6/I2/B1247-1250)

“Paling, apa ya Mbak, cara mikir gitu. Kalau anaknya ini

sakit apa, ohh obatnya ini-ini, ohh iyaa. Terus waktu F sakit pas kejang itu digimanain.” (P4/A6/I2/B1258-1261)

“Kayak tahu cara anaknya, apa ya, tahu cara mengatasi kondisi-kondisi anak ketika sakit.” (P4/A6/I2/B1263-1265)

Suami dari ibu SS menguatkan bahwa potensi terbesar istrinya terletak pada kecepatan dan ketanggapannya dalam merawat anak, terutama ketika sakit. Ia menilai bahwa pengetahuan ibu SS tentang penanganan anak, seperti ketersediaan Paracetamol saat anak demam merupakan hasil dari pembelajaran yang konsisten sejak merawat anak pertama. Bahkan, ibu SS mampu memajemen waktu antara anak-anaknya yang masih kecil, dan tetap hadir saat dibutuhkan. Keinginan ibu SS untuk menjual kue rumahan juga diketahui oleh suaminya sebagai salah satu bentuk potensi yang belum terwujud karena keterbatasan waktu dan kondisi anak-anak. Hal ini menunjukkan bahwa Ibu SS memiliki potensi ekonomi dan sosial yang kuat, yang saat ini ditunda demi fokus pada peran keibuan.

“Keluarga.” (SO4P4/A6/I2/B1030)

“Keluarga.” (SO4P4/A6/I2/B1033)

“Itu kan kemampuannya kan di situ, dia cepat untuk ngurusin anak itu loh. Ngurusin anak pas sakit dia kan cepat, dia kemampuannya jadinya di sana. Setelah ada F, terus ada ini. Makanya kemarin tuh bilang waktu F kejang itu kan gak ada sedia Paracetamol. Nah, sekarang untuk dua anak adiknya F, dua adiknya F ini, sebelum dia panas, Paracetamol udah ada. Paracetamol untuk anak ya, udah ada di rumah. Pas waktu malam, seumpama pas di waktu malam, dia ini gak perlu keluar lagi Paracetamol udah ada di rumah. Terus dalam jangkau waktu 30 hari, Paracetamol udah kebuka, gak habis buang. Taunya pengetahuan kan di situ. Dari yang gak tahu, jadi tahu karena dari F rumah sakit, terutama dokter itu ngasih tau seperti itu. Setelah adanya F

masuk rumah sakit, seperti itu...(SO4P4/A6/I2/B1047-1078)

"Ya maunya seperti itu, jualan itu, tapi home made." (SO4P4/A6/I2/B1121-1122)

"Belum tercalisasi, karena anaknya masih kecil-kecil. Nggak bisa ditinggal, itu yang kecil itu terutama." (SO4P4/A6/I2/B1124-1126)

"Dari nggak tahu menjadi tahu untuk masalah pengo<sup>103</sup>n. Terus apa namanya? bisa memanage waktu untuk anak-anak walaupun anak-anak masih kecil-kecil. Terus bisa mengerti apa namanya? merawat F dengan kondisi adek-adek. Itu." (SO4P4/A6/I2/B1130-1135)

Tabel 4.29 Observasi Aspek Pertumbuhan Pribadi Partisipan 4

Indikator Pertumbuhan Pribadi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mulai mencari informasi baru tentang kondisi anaknya melalui buku, seminar, atau komunitas	✓	3 kali
	Ibu mendengarkan dan berdiskusi dalam forum orang tua ABK	✓	2 kali
	Ibu mengungkapkan terkait pengalaman mengasuh ABK yang membuatnya lebih berkembang dalam hal regulasi emosi, pengetahuan, atau lainnya	✓	1 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengikuti komunitas atau <i>support group</i> untuk saling berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan emosional	✓	5 kali
	Ibu menggunakan waktu pribadi untuk melakukan refleksi diri atau aktivitas yang menguatkan mental (misalnya <i>journaling</i> , doa, dan meditasi)	✓	5 kali
	Ibu kembali menjalankan hobi atau keahlian lama (misalnya menjahit, menulis, dan memasak) sebagai	✓	1 kali

	bentuk ekspresi diri atau tambahan penghasilan		
--	---	--	--

Pertumbuhan pribadi ibu SS tercermin melalui proses adaptasi yang mendalam terhadap peran sebagai ibu dari ABK, yang dijalani dengan keterbukaan, refleksi, dan aktualisasi diri. Ia menunjukkan kapasitas menerima perubahan dan masukan dari lingkungan sekitar, serta mengolahnya secara kognitif sebelum diimplementasikan, menandakan adanya pematangan dalam pengambilan keputusan. Meskipun eksplorasi terhadap hal-hal baru masih terbatas, niat untuk berkembang tampak dalam aktivitas seperti membuat roti dan keinginan menjual kue rumahan, yang menjadi simbol pencarian identitas di luar peran domestik. Observasi memperkuat bahwa ibu SS aktif dalam komunitas orang tua ABK, melakukan refleksi diri, dan memanfaatkan dukungan keluarga sebagai sumber daya eksternal. Potensi internal seperti keteguhan hati, kesabaran, dan kedekatan emosional dengan anak-anaknya menjadi fondasi dalam menghadapi tantangan sehari-hari. Pengetahuan yang berkembang, terutama dalam hal kesehatan anak, serta kemampuan manajemen waktu, menunjukkan bahwa transisi peran telah menjadi ruang pembelajaran yang memperkaya kapasitas personalnya. Keseluruhan temuan ini mengindikasikan bahwa pertumbuhan pribadi Ibu SS berlangsung secara bertahap

namun bermakna, dengan keseimbangan antara tuntutan peran dan pencarian makna diri.

5) Partisipan 5

Ibu S menunjukkan kapasitas adaptif yang berkembang dalam perannya sebagai ibu dari ABK. Ia aktif mencari informasi dari berbagai sumber seperti dokter, keluarga, maupun internet, untuk mendukung perkembangan anaknya. Upayanya ini tercermin dalam sikapnya yang terus berusaha dan mencoba hal-hal baru, seperti menyesuaikan pola makan anak hingga melakukan terapi di rumah. Bagi ibu S, segala usaha yang dilakukan bukanlah tanpa arah, melainkan wujud dari kepeduliannya agar anaknya tumbuh dengan lebih baik. Meskipun tidak semua informasi langsung diterapkan, ia secara selektif menyaring dan mempertimbangkan manfaatnya untuk anak. Selain itu, ibu S juga menunjukkan sikap terbuka dalam menerima masukan dari orang lain, selama dirasa baik bagi anak. Ia menerima saran dengan lapang, bahkan menjadi pribadi yang lebih sabar seiring perjalanan panjang dalam mendampingi anaknya. Kesabaran ini menjadi hasil dari proses panjang penerimaan diri dan situasi, menunjukkan adanya proses internalisasi perubahan sebagai bagian dari aktualisasi diri.

“Ya, supaya si K itu lebih baik perkembangannya. Umpama makannya harus gimana, yang gak boleh di makan apa, kan gitu.” (P5/A6/11/B1299-1302)

“Iya supaya dia lebih baik daripada kita tidak usaha sama sekali gitu loh.” (P5/A6/I1/B1304-1305)

“Ya kalau baik ya saya terima mbak.” (P5/A6/I1/B1316)

“Ya dipertimbangkan kalau baik buat K ya gapapa.” (P5/A6/I1/B139-1320)

“Ya itu cuma jadi lebih jadi orang sabar itu.” (P5/A6/I1/B1327-1328)

“Iya lebih sabar.” (P5/A6/I1/B1331)

Berdasarkan sudut pandang suaminya, ibu S juga terlihat aktif dalam mencari dan mencoba berbagai metode demi perkembangan anak mereka. Ia bersikap terbuka terhadap saran yang diberikan, meskipun tidak serta-merta langsung dilaksanakan; ia lebih dahulu berdiskusi dengan anggota keluarga lain sebelum mengambil keputusan. Selain mencari informasi dari dokter, ia mencoba terapi seperti pijat dan menggunakan alat bantu sesuai kebutuhan anaknya di rumah. Semua langkah ini menunjukkan inisiatif dan keterbukaan terhadap perubahan sebagai bagian dari upaya aktualisasi diri. Sang suami juga menilai bahwa ibu S mengalami pertumbuhan emosional, khususnya dalam hal kesabaran dan penerimaan terhadap kondisi anak. Hal ini mengindikasikan bahwa ibu S tidak hanya melakukan adaptasi perilaku, tetapi juga memperdalam proses reflektifnya sebagai individu.

“Ya baru itu gimana ya? Dari setiap ke kontrol, terus ada omongan orang lain, keluarga, terus lewat hp yaudah gitu, terus sekiranya dia cocok ya jalani atau atau enggak jalannya enggak melenceng dari medis gitu aja. Soalnya kan masih rutin perawatan gitu aja.” (SO5P5/A6/I1/B590-596)

“Iya, terus kayak di coba-coba terapi di rumah.”  
(SO5P5/A6/I1/B602-603)

“Ya pijet, terus sama dulu pernah beli peralatan gitu, yaudah terus sekarang udah agak besar agak besar jadi beda lagi alatnya, yaudah itu gak pakai lagi.”  
(SO5P5/A6/I1/B605-608)

“Yo diterima, cuman gak langsung dilakuin, mungkin ngobrol sama saya, sama anak-anak itu, kalau sarannya baik yaudah dia berusaha.” (SO5P5/A6/I1/B615-618)

“Apa ya? Ya itu ibu jauh lebih sabar, lebih bisa menerima keadaan, terus tambah pengalaman, ya itu.”  
(SO5P5/A6/I1/B625-627)

Ketika menjalani peran sebagai ibu dari ABK, ibu S mampu mengenali kekuatan internal maupun dukungan eksternal yang dimilikinya. Ia mencari dukungan kepada keluarga dan mengandalkan kekuatan spiritual seperti doa sebagai sumber ketenangan dan kekuatan batin. Selain itu, ibu S mulai menyadari potensi dirinya dalam berbagai aspek kehidupan. Ia menjadi lebih selektif dan hati-hati dalam memilih makanan untuk anak-anaknya, sebuah bentuk tanggung jawab yang didasari kesadaran penuh terhadap kebutuhan khusus anaknya. Ibu S juga menyebutkan bahwa dirinya sudah terbiasa bekerja sejak muda dan mampu membagi waktu antara mengasuh anak dan mencari nafkah. Perubahan positif yang ia alami adalah meningkatnya kesabaran dan kemampuan mengelola tanggung jawab sebagai ibu dan pekerja secara bersamaan.

“Ya paling cuma dari keluarganya, dari tetangga.”  
(P5/A6/I2/B1338-1339)

“Kekuatan doa mbak.” (P5/A6/I2/B1344)

“Ya cuma jadi lebih hati-hati aja dalam memilih makanan untuk anak-anak.” (P5/A6/I2/B1375-1376)

“Ada ya.” (P5/A6/I2/B1385)

“Ya sejak muda udah bekerja, membantu keluarga.”  
(P5/A6/I2/B1388-1389)

“Ya itu cuma jadi lebih sabar gak kayak dari dulu. Dulu kan kurang sabar toh mbak, sekarang jadi lebih sabar.”  
(P5/A6/I2/B1403-1405)

“Ya itu kok bisa mengurus anak-anak.” (P5/A6/I2/B1412)

“Iya toh. Bisa sambil di samba-sambi gitu loh mbak carik makan, sambil kerja maksudnya.” (P5/A6/I2/B1414-1416)

“Ya momong sambil kerja.” (P5/A6/I2/B1419)

Berdasarkan kacamata suaminya, ibu S merupakan pribadi yang tangguh dan penuh inisiatif. Ia mengakui bahwa istrinya memiliki kemampuan serta bakat yang mumpuni, termasuk dalam membagi waktu antara mengurus ABK dan bekerja. Kemampuannya untuk tetap produktif sekaligus responsif terhadap kebutuhan anak menjadi bukti bahwa ibu S telah mampu mengenali serta mengoptimalkan potensi dirinya. Potensi ini juga terlihat dari inisiatifnya membuka usaha *laundry* (penatu) sebagai bentuk adaptasi terhadap kebutuhan ekonomi keluarga. Selain itu, ia disebut sebagai sosok yang sabar, mampu melihat peluang, dan terus belajar dari pengalaman. Semua ini menunjukkan peningkatan diri yang signifikan dalam aspek kepribadian dan peran sosial, sekaligus menjadi cerminan pertumbuhan pribadi yang kuat.

“Anak.” (SO5P5/A6/I2/B634)

“Iya.” (SO5P5/A6/I2/B637)

“Anak perempuan tadi yang punya anak tadi.”  
(SO5P5/A6/I2/B643-644)

“Kalau gak salah ya kemampuan dan bakat semua. Kalau kemampuan nyatanya juga mampu, bakat dia juga berbakat dan lebih tangguh dari ibu-ibu lain lah. Dia bisa kerja,

menerima anak kebutuhan khusus gitu, bisa membagi waktu, dan lebih sabar.” (SO5P5/A6/I2/B650-656)  
 “Ya itu, dia bisa lihat peluang dari dulu. Dia buka usaha itu semenjak ada K ya buka usaha dan bisa berjualan, bisa menerima, bisa menjalani, lebih sabar, lebih membagi ibu, ya itu.” (SO5P5/A6/I2/B662-666)  
 “Lebih sabar, bisa mengasih permintaan anak, menurut anak, ya itu.” (SO5P5/A6/I2/B674-675)

Tabel 4.30 Observasi Aspek Pertumbuhan Pribadi Partisipan 5

Indikator Pertumbuhan Pribadi	Perilaku	Muncul	Jumlah Kemunculan
Memiliki tujuan yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mulai mencari informasi baru tentang kondisi anaknya melalui buku, seminar, atau komunitas	✓	5 kali
	Ibu mendengarkan dan berdiskusi dalam forum orang tua ABK	✓	1 kali
	Ibu mengungkapkan terkait pengalaman mengasuh ABK yang membuatnya lebih berkembang dalam hal regulasi emosi, pengetahuan, atau lainnya	✓	1 kali
Memiliki niat yang berkontribusi pada perasaan individu	Ibu mengikuti komunitas atau <i>support group</i> untuk saling berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan emosional	✓	5 kali
	Ibu menggunakan waktu pribadi untuk melakukan refleksi diri atau aktivitas yang menguatkan mental (misalnya <i>journaling</i> , doa, dan meditasi)	✓	5 kali
	Ibu kembali menjalankan hobi atau keahlian lama (misalnya menjahit, menulis, dan memasak) sebagai bentuk ekspresi diri atau tambahan penghasilan	✓	1 kali

Pertumbuhan pribadi ibu S berlangsung melalui proses adaptasi yang aktif, reflektif, dan berorientasi pada makna. Ia menunjukkan kapasitas belajar yang tinggi, ditandai dengan pencarian informasi dari berbagai sumber serta penerapan strategi yang sesuai dengan kebutuhan anak. Sikap selektif dan terbuka terhadap masukan eksternal mencerminkan kematangan dalam pengambilan keputusan dan kemampuan memilah yang relevan bagi kesejahteraan anak. Berdasarkan sudut pandang pasangan, ibu S tampil sebagai sosok yang tangguh, sabar, dan penuh inisiatif, yang mampu mengelola peran ganda sebagai ibu dan pekerja tanpa mengabaikan kebutuhan anak. Observasi memperkuat bahwa ia memiliki tujuan dan niat yang berkontribusi pada pertumbuhan emosional dan spiritualnya, seperti melalui doa, refleksi diri, dan keterlibatan dalam komunitas orang tua ABK. Inisiatif membuka usaha *laundry* dan menjalankan hobi memasak menunjukkan adanya aktualisasi diri yang tidak hanya bersifat adaptif, tetapi juga ekspresif. Keseluruhan temuan ini mengindikasikan bahwa ibu S mengalami pertumbuhan pribadi yang bermakna, dengan keseimbangan antara tuntutan eksternal dan penguatan kapasitas internal, serta adanya proses internalisasi nilai dan pengalaman yang memperkaya identitas dirinya sebagai individu dan sebagai ibu.

Tabel 4.31 Kesimpulan Dinamika PWB Seluruh Partisipan

Aspek PWB	Dinamika PWB Para Partisipan
<b>27</b> <b>Penerimaan Diri</b>	<p>Berdasarkan keseluruhan temuan dalam penelitian ini, dinamika penerimaan diri para ibu yang memiliki ABK menunjukkan adanya proses yang berlapis dan tidak seragam, namun secara umum memperlihatkan kecenderungan positif dalam menerima kondisi anak, masa lalu, serta diri mereka sendiri. Sebagian besar partisipan mampu menerima kondisi anak mereka di masa kini dengan menunjukkan sikap sabar, menjalankan peran pengasuhan secara aktif, serta mengekspresikan harapan yang realistis terhadap masa depan anak. Proses menerima masa lalu juga terlihat melalui usaha untuk berdamai dengan pengalaman sulit, meski pada beberapa partisipan masih ditemukan jejak emosi negatif seperti rasa bersalah atau penyesalan yang perlahan mulai dikelola. Sementara itu, sikap positif terhadap diri sendiri tampak melalui kemampuan para ibu untuk tidak menyalahkan diri secara berlebihan, menerima keterbatasan pribadi secara realistis, serta menunjukkan motivasi untuk terus belajar dan berkembang demi anak-anak mereka. Meski beberapa ibu belum sepenuhnya optimal dalam merawat diri sendiri karena beban peran yang berat, sebagian besar dari mereka telah menunjukkan kekuatan psikologis yang bermakna, baik dalam bentuk penerimaan spiritual, dukungan sosial, maupun inisiatif untuk mengembangkan kapasitas diri sebagai seorang ibu. Hal ini mencerminkan bahwa penerimaan diri dalam konteks pengasuhan ABK bukanlah kondisi statis, melainkan proses dinamis yang terus berkembang seiring waktu dan pengalaman.</p>
<b>Hubungan Positif dengan Orang Lain</b>	<p>Secara umum, dinamika aspek hubungan positif dengan orang lain pada ibu yang memiliki ABK dalam penelitian ini menunjukkan keberagaman pola, namun cenderung mengarah pada terbentuknya relasi yang suportif, adaptif, dan bermakna dengan lingkungan sosial. Mayoritas partisipan memperlihatkan kemampuan untuk membangun kedekatan emosional dan menjaga hubungan hangat dengan pasangan, anak-anak lain, maupun anggota keluarga besar, meskipun intensitas dan kualitasnya berbeda-beda tergantung pada dukungan yang tersedia dan dinamika keluarga masing-masing. Hubungan dengan pasangan tampak menjadi faktor penting yang mendukung kesejahteraan psikologis ibu, terutama ketika terdapat komunikasi yang terbuka, empati, dan kerja sama dalam pengasuhan anak. Di sisi lain, hubungan dengan lingkungan luar seperti komunitas sesama orang tua ABK juga berperan besar sebagai sumber kekuatan emosional, informasi, dan rasa memiliki. Beberapa partisipan masih mengalami keterbatasan dalam menjalin atau mempertahankan relasi sosial karena rasa malu, stigma, atau kelelahan emosional, namun sebagian besar menunjukkan inisiatif untuk tetap terhubung dan berbagi perasaan dengan orang-orang yang dianggap aman dan mendukung. Hal ini mencerminkan bahwa hubungan positif dengan orang lain pada ibu dari ABK merupakan aspek yang dinamis, dipengaruhi oleh kondisi internal ibu dan respon lingkungan sosial, serta menjadi salah satu pilar penting dalam menjaga <i>psychological well-being</i> mereka.</p>
<b>Otonomi</b>	<p>Dinamika aspek otonomi pada ibu yang memiliki ABK dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki kapasitas untuk berpikir dan bertindak secara mandiri, meskipun dalam beberapa kasus masih terdapat</p>

pengaruh kuat dari tekanan sosial maupun emosi pribadi yang belum sepenuhnya terselesaikan. Para ibu cenderung memiliki prinsip dan nilai yang menjadi pedoman dalam pengasuhan anak, serta menunjukkan konsistensi dalam mengambil keputusan penting terkait kebutuhan anak meskipun bertentangan dengan pandangan orang lain. Kemampuan untuk menilai diri sendiri secara independen juga tampak dari cara para ibu merefleksikan peran dan perubahan dalam hidup mereka tanpa sepenuhnya bergantung pada penilaian eksternal. Namun demikian, terdapat variasi dalam tingkat ketegasan dan kebebasan emosional tiap ibu dalam merespons tekanan sosial maupun konflik internal, dimana sebagian masih mengalami kebimbangan atau mengutamakan harapan orang lain daripada keyakinan pribadi. Secara umum, aspek otonomi berkembang seiring dengan meningkatnya pemahaman ibu terhadap kondisi anak dan peran dirinya, serta ditopang oleh pengalaman, dukungan sosial, dan proses adaptasi yang berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari.

**Penguasaan Lingkungan**

Dinamika aspek penguasaan lingkungan pada ibu yang memiliki ABK dalam penelitian ini mencerminkan kemampuan adaptif para ibu dalam menata kehidupan sehari-hari sesuai dengan kebutuhan dan tantangan yang dihadapi. Sebagian besar partisipan menunjukkan upaya aktif untuk menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak, seperti membangun rutinitas harian, menyesuaikan pola komunikasi, dan mengakses layanan pendidikan atau terapi. Para ibu juga tampak mampu memanfaatkan sumber daya yang tersedia, baik dalam bentuk komunitas, fasilitas sekolah, maupun dukungan keluarga, untuk mendukung perannya dalam merawat dan mengasuh ABK. Di sisi lain, terdapat keragaman dalam kemampuan mengelola tekanan dari lingkungan sosial atau stigma, dimana beberapa ibu menunjukkan ketahanan psikologis yang kuat, sementara lainnya masih merasa terhambat secara emosional atau sosial. Kendati demikian, sebagian besar ibu memperlihatkan inisiatif untuk meningkatkan kualitas lingkungan mereka demi kesejahteraan anak, yang mencerminkan adanya kontrol personal dan keterlibatan aktif dalam pengambilan keputusan sehari-hari. Secara keseluruhan, aspek penguasaan lingkungan pada para ibu berkembang melalui proses belajar, refleksi, dan penyesuaian terus-menerus yang menegaskan peran penting ibu sebagai agen pengatur dalam konteks pengasuhan ABK.

**Tujuan Hidup**

Secara keseluruhan, dinamika aspek tujuan hidup pada seluruh partisipan penelitian ini menunjukkan pola yang kuat bahwa orientasi hidup mereka terpusat pada anak, terutama dalam mendampingi ABK agar dapat mandiri, sehat, dan memiliki masa depan yang lebih baik. Tujuan ini tidak hanya dipandang sebagai pencapaian praktis, tetapi juga sebagai sumber makna hidup yang mendalam, yang terhubung erat dengan nilai moral, spiritual, dan peran keibuan yang mereka jalani. Meskipun tingkat kejelasan arah hidup berbeda, ada yang telah merumuskan harapan masa depan secara konkret dan ada yang menjalani secara mengalir, yang menjadi identik semua partisipan menempatkan kesejahteraan anak dan keharmonisan keluarga di atas kepentingan pribadi mereka. Aktivitas sehari-hari, pengambilan keputusan, dan pengorbanan pribadi mereka diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut, sehingga membentuk identitas diri yang tegar, penuh dedikasi, dan bermakna sebagai seorang ibu.

---

**Pertumbuhan Pribadi** Secara umum, dinamika aspek pertumbuhan pribadi pada seluruh partisipan menunjukkan adanya perkembangan diri yang signifikan sebagai hasil dari pengalaman hidup mendampingi ABK. Seluruh partisipan memperlihatkan peningkatan dalam hal ketangguhan, kesabaran, serta kemampuan beradaptasi terhadap tantangan yang muncul. Proses ini tidak hanya membentuk keterampilan praktis dalam merawat dan mendidik anak, tetapi juga memperluas wawasan, kedewasaan emosional, serta pemaknaan hidup yang lebih dalam. Meskipun laju dan bentuk pertumbuhan pribadi berbeda pada tiap individu, secara garis besar mereka meyakini bahwa perjalanan ini membuat mereka menjadi pribadi yang lebih kuat, lebih peka terhadap kebutuhan orang lain, dan lebih menghargai proses hidup, sekalipun diwarnai oleh kesulitan dan pengorbanan.

---

## B. Pembahasan

Kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) mencerminkan sejauh mana individu merasakan kenyamanan batin, kebahagiaan, ketenangan, serta mampu memaknai pencapaian dirinya secara menyeluruh (Ryff, 1989b). Lebih lanjut, Ryff mengatakan bahwa individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang baik memiliki kemampuan untuk menerima kelebihan dan kekurangannya, menjalin relasi positif dengan orang lain, membuat keputusan secara mandiri, memiliki arah hidup yang jelas, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan terus mengembangkan diri secara sehat. Individu yang sejahtera secara psikologis umumnya mengalami kebahagiaan dan lebih mudah menemukan makna dalam hidupnya. Konsep ini menekankan bahwa PWB memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan hidup manusia agar dapat mencapai kebahagiaan, yang dapat dilihat melalui enam aspek, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Wahdah, 2022).

Ketika harapan atau ekspektasi hidup seseorang tidak terpenuhi, hal tersebut dapat berdampak pada menurunnya kesejahteraan psikologis. Kondisi

ini juga banyak <sup>88</sup> dialami oleh orang tua dari anak berkebutuhan khusus. Kuhn, Ford, dan Dawalt (2018) menemukan bahwa <sup>4</sup> orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus cenderung lebih sering mengalami tekanan psikologis dan tingkat kesejahteraan yang rendah. Meskipun demikian, tidak menutup kemungkinan bahwa mereka tetap dapat mencapai kualitas hidup yang baik, terutama jika memiliki kemampuan dalam menerima keadaan diri, mendapatkan dukungan sosial, mampu mengelola emosi dengan baik, menemukan makna hidup, serta terpenuhinya hak-hak personal (Sukmadi, Sidik, dan Mulia, 2020). Gambaran dinamika kesejahteraan psikologis ini dapat ditemukan dalam perjalanan hidup ibu yang merawat anak dengan kebutuhan khusus, sebagaimana akan diuraikan lebih lanjut.

#### 1. Aspek Penerimaan Diri

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan diri para ibu yang memiliki ABK merupakan proses dinamis yang tidak seragam, namun sebagian besar cenderung positif. Awalnya ketika mengetahui diagnosa anaknya, para ibu merasa terkejut, sedih, marah, sampai merasa bersalah. Perasaan tersebut kemudian diolah melalui pendekatan diri kepada Tuhan serta dukungan dari orang-orang terdekat, sehingga para ibu mulai masuk ke tahap penerimaan dan mempelajari kebutuhan maupun keterbatasan anak. Proses ini mencerminkan upaya adaptasi yang dilakukan untuk mendukung perkembangan dan perawatan anak secara lebih baik. Tahapan ini sejalan dengan teori tahapan penerimaan diri yang dikemukakan oleh Duncan dan Moses (Handayani & Pratami, 2020), yaitu *primary phase*

(terkejut, penolakan, kesedihan, dan depresi), *secondary phase* (ambivalensi, rasa bersalah, kemarahan, rasa malu, dan kegelisahan), *tertiary phase* (perundingan, penyesuaian, reorganisasi, penerimaan, dan penyesuaian). Reaksi awal ibu itu merupakan sesuatu hal umum, dimana menurut Selikowitz (Handayani & Pratami, 2020) reaksi umum yang terjadi pada orang tua yang memiliki ABK meliputi perasaan terkejut, sedih, kecewa, bersalah, penolakan, atau kemarahan, sebelum pada akhirnya meraka sampai pada tahap menerima kondisi anaknya.

Berdasarkan temuan di atas menunjukkan bahwa pendekatan spritual menjadi salah satu strategi utama yang digunakan para ibu untuk mengelola gejala emosional dalam menerima kondisi anaknya. Keyakinan bahwa kondisi anak adalah bagian dari rencana dan takdir Tuhan, membantu mereka menenangkan diri, menemukan makna di balik situasi yang dihadapi, dan membangun keikhlasan dalam menjalani peran pengasuhan. Temuan ini didukung dengan pendapat Moawad (Partini, Yuwono, Amini, Salma, & Sumarno, 2023) bahwa pendekatan spritual menjadi sumber kekuatan ibu dalam menerima suatu kondisi anaknya yang berkebutuhan khusus. Lebih lanjut, Partini dkk. (2023) mengatakan bahwa para ibu juga melihat bahwa anaknya merupakan anugerah dari Tuhan, sehingga rasa syukur dan sabar sebagai dukungan spritual sangat memengaruhi penerimaan ibu yang memiliki ABK.

Selain pendekatan spritual, dukungan sosial juga menjadi faktor penting dalam membantu para ibu mengelola perasaan dan membangun

penerimaan diri. Dukungan sosial diartikan sebagai bantuan yang diberikan oleh orang lain, baik dalam bentuk emosional, informasi, maupun praktis yang dapat meningkatkan ketahanan psikologis individu (Cohen & Wills, Wadi & Mukminin, 2024). Pasangan, anak, keluarga besar, teman dekat, dan komunitas sesama orang tua ABK dalam hal ini berperan sebagai sumber utama penguatan emosional dan pertukaran pengalaman. Sejalan dengan itu, Mahabbati (Devina & Penny, 2016) menyatakan bahwa situasi serta dukungan dari lingkungan berperan penting membentuk sikap positif ibu dalam merespon keberadaan ABK dan menjalani tanggung jawab pengasuhannya. Lebih lanjut, hasil penelitian Devina dan Penny (2016) menunjukkan bahwa dukungan tersebut membantu para ibu termotivasi untuk mencari berbagai cara agar dirinya dapat menerima kondisi ABK. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu merasa lebih tenang, percaya diri, dan termotivasi untuk belajar memenuhi kebutuhan anak ketika mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekat, baik melalui pendampingan langsung, pemberian informasi, maupun sekedar menjadi pendengar yang empatik.

Proses menerima ibu yang berlangsung bertahap di atas, menunjukkan sebagian ibu mampu berdamai dengan kondisi, sementara yang lain masih membawa jejak emosi negatif seperti rasa bersalah atau penyesalan yang kini mulai terkelola. Penerimaan terhadap diri ibu juga tampak melalui sikap realistis terhadap keterbatasan pribadi, menghindari menyalahkan diri secara berlebihan, dan adanya dorongan untuk terus

belajar demi anak. Menurut Devina dan Penny (2016) penerimaan diri pada ibu dipengaruhi oleh adanya pemahaman diri, atau dengan kata lain adanya persepsi mengenai diri sendiri yang disusun secara jujur dan realistis. Persepsi yang dibuat meliputi kemampuan dan kelemahan yang dimiliki (Hurlock, Devina & Penny, 2016). Sikap berusaha tidak menyalahkan diri secara berlebihan para ibu dilakukan untuk memaksimalkan peran pengasuhan anak. Temuan ini sejalan dengan hasil Devina dan Penny (2016) penelitian bahwa ibu yang memiliki ABK tidak menyalahkan diri sebagai penyebab kondisi anaknya, agar tetap mampu menjalankan perannya sebagai pengasuh dengan maksimal. Lebih lanjut, hasil penelitian Devina dan Penny (2016) juga menunjukkan bahwa ibu dengan latar belakang pendidikan yang cukup tinggi akan cenderung memiliki dorongan yang kuat untuk terus belajar.

Temuan hasil penelitian menunjukkan bahwa para ibu umumnya telah menerima kondisi anak di masa kini, terlihat dari sikap sabar dan merasa bersyukur atas kehadiran anaknya. Al-Jauziyah (Partini, dkk., 2023) menjelaskan bahwa sabar dan syukur memiliki keutamaan, salah satunya adalah mendorong manusia untuk menerima segala kondisi yang diberikan oleh Tuhan, termasuk anugerah berupa kesehatan, anak, maupun harta. Hasil penelitian Partini dkk. (2023) menunjukkan bahwa kesabaran dan kebersyukuran memiliki peran positif terhadap peningkatan penerimaan diri pada ibu yang memiliki ABK.

Penerimaan diri ibu juga terlihat dari keterlibatan aktif dalam pengasuhan dan harapan realistis terhadap masa depan anak. Menurut Rinmalae, Regaletha, dan Benu (2019) bahwa faktor internal yang memengaruhi penerimaan diri yaitu pemahaman terhadap diri sendiri, harapan yang selaras dengan kenyataan, tidak adanya gangguan emosi yang berat, pencapaian yang pernah diraih, kemampuan menyesuaikan diri dalam berbagai situasi, wawasan yang luar, serta konsep diri yang positif.

Sisi lain, peran perawatan dan pengasuhan anak membuat sebagian ibu belum optimal merawat dirinya. Menurut Bamber, Mahony, dan Spratling (2023) bahwa beban pengasuhan yang tinggi ketika merawat ABK menurunkan kualitas hidup pengasuh, terutama ketika tingkat keparahan kondisi anak meningkat, sehingga memakan lebih banyak waktu dan perhatian ibu. Penelitian Stevens, Aziz, Wuensch dan Walcott (2024) juga menemukan bahwa ibu yang merawat ABK cenderung mengalami stres pengasuhan pada kesehatan dan *self-care* mereka.

## 2. Hubungan Positif dengan Orang Lain

Secara umum, dinamika aspek hubungan positif dengan orang lain pada ibu yang memiliki ABK dalam penelitian ini menunjukkan keberagaman pola, namun cenderung mengarah pada terbentuknya relasi yang suportif, adaptif, dan bermakna dengan lingkungan sosial. Awalnya beberapa partisipan mengalami keterbatasan dalam menjalin atau mempertahankan relasi sosial karena rasa malu, stigma, hingga kelelahan emosional, namun sebagian besar menunjukkan inisiatif untuk tetap

terhubung dan berbagi perasaan dengan orang-orang yang dianggap aman dan mendukung. Menurut Lovell dan Wetherell (2019), stigma secara tidak langsung menaikkan tingkat stres pada ibu karena hal ini sejalan dengan penurunan dukungan yang dirasakan. Hasil penelitian Karima, Winta, dan Amelia (2023) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pencapaian PWB pada ibu yang memiliki ABK, artinya hubungan yang terjalin hangat dan saling percaya dapat menimbulkan dukungan untuk mendukung capaian maksimal dari kesejahteraan psikologi pada individu.

Mayoritas partisipan memperlihatkan kemampuan untuk membangun kedekatan emosional dan menjaga hubungan hangat dan saling percaya dengan pasangan, anak-anak lain, maupun anggota keluarga besar, meskipun intensitas dan kualitasnya berbeda-beda tergantung pada dukungan yang tersedia dan dinamika keluarga masing-masing. Hubungan yang hangat dan saling percaya tersebut membantu ibu dalam proses pengasuhan ABK dan mengurangi stres, hingga membuat ibu tidak merasa sendirian, yang hal ini berkaitan dengan kesejahteraan psikologi itu sendiri. Temuan ini konsisten dengan yang dijelaskan Ryff (1989b) bahwa hubungan positif dengan orang lain yang mencakup kemampuan menjalin hubungan yang hangat, penuh kepercayaan, dan saling memahami memperkuat kesejahteraan psikologis individu. Lebih lanjut, Wadi dan Mukminin (2024) membahas bahwa *support* yang kuat dari lingkungan mengurangi arah kesepian dan memberikan rasa aman emosional yang

penting bagi kesejahteraan psikologis individu. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial sering kali mengakibatkan peningkatan stres, depresi, dan kecemasan, yang memengaruhi penurunan kesejahteraan psikologi itu sendiri.

Sisi lain, hubungan dengan lingkungan luar seperti teman dan komunitas sesama orang tua ABK juga berperan besar sebagai sumber kekuatan emosional dan belajar, dimana ibu berbagi cerita, bertukar pengalaman, serta informasi. Shilling, Bailey, Logan dan Morris (2015) mengatakan bahwa hubungan yang berbasis *shared experience* memfasilitasi pembelajaran, ekspresi bebas, dan dukungan emosional dalam lingkungan yang aman serta tidak menghakimi individu, yang hasilnya memiliki efek nyata bagi *well-being* ibu.

<sup>6</sup> Hubungan positif dengan orang lain pada ibu dari ABK yang menunjukkan pola dinamis di atas, dipengaruhi oleh kondisi internal ibu dan respon lingkungan sosial, serta menjadi salah satu pilar penting dalam menjaga *psychological well-being* mereka. Sarwar, Panatik, Jameel, Yunus dan Muhamad (2022) yang menunjukkan bahwa hubungan emosional positif bukan sekadar bantuan praktis, namun juga memperkuat *internal resource* (sumber daya internal) yang mendukung *well-being*.

### 3. Otonomi

<sup>13</sup> Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu yang memiliki ABK mampu mempertahankan kemandirian dalam berpikir dan bertindak, terutama ketika dihadapkan pada keputusan-keputusan penting terkait pengasuhan dan kebutuhan anak. Hal ini menunjukkan otonomi tersebut tetap utuh, walau ditengah mengasuh dan merawat ABK. Menurut Ryff (1989b) otonomi mengarah pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan menentukan arah hidupnya sendiri tanpa terlalu dipengaruhi oleh pandangan atau keputusan dari orang lain. Sedangkan, sebagian ibu lainnya yang tidak mempertahankan kemandirian dalam mengambil keputusan dan bertindak sehari-hari, dimana menurut Barratt, Lewis, Duckworth, Jojo, Malecka, Tomsone, Rituma, & Wilson (2024) hal itu merupakan konsekuensi dari kehilangan identitas dan otonomi diri karena “menyerahkan diri sepenuhnya” pada peran mengasuh ABK.

Otonomi para ibu juga tercermin dari adanya kecenderungan memegang prinsip serta nilai pribadi sebagai pedoman, dan tetap konsisten menjalankannya meskipun tidak selalu sejalan dengan pendapat atau ekspektasi lingkungan sekitar. Hal ini sejalan dengan pendapat Deviana, Umari dan Khadijah (2023) bahwa sikap otonomi dalam diri seseorang tercermin melalui kemampuannya dalam mengendalikan perilaku secara mandiri dan bertindak sesuai dengan keyakinan atau prinsip pribadi.

Kemampuan otonomi diri yang mendukung kesejahteraan psikologi para ibu ketika merawat ABK muncul dari proses refleksi terhadap peran sebagai ibu, perubahan yang dialami, dan cara mereka merespons berbagai tantangan tanpa sepenuhnya mengandalkan penilaian

eksternal. Hal ini dijelaskan oleh Lakey dan Cohen (Wadi & Mukminin, 2024) bahwa rasa ketergantungan akan dukungan sosial dan emosional menurunkan otonomi individu. Sebaliknya, menurut Rhoades dan Eisenberger (Wadi & Mukminin, 2024) bahwa dukungan interpersonal yang positif dapat memperkuat rasa mampu dan otonomi seseorang, yang pada akhirnya mendorong mereka untuk berupaya memberikan performa terbaik. Artinya, hal ini mengindikasikan bahwa keberhasilan dukungan interpersonal tidak semata ditentukan oleh banyaknya atau seringnya dukungan diberikan, melainkan juga bentuk, situasi, dan kualitas dukungan tersebut yang berdampak pada kesejahteraan psikologi dan peran ibu merawat ABK.

Namun, di sisi lain variasi otonomi berbeda ditemukan, dimana sebagian ibu masih menunjukkan kebingungan atau mengutamakan harapan orang lain di atas keyakinan pribadi, terutama saat berada di bawah tekanan sosial atau ketika beban emosional belum terselesaikan. Temuan ini relevan dengan hasil penelitian sebelumnya, seperti Dieleman, Soenens, Vansteenkiste, Prinzie, Laporte, dan Pauw (2018) yang melakukan studi harian pada 41 ibu dari ABK memperlihatkan bahwa perilaku menantang anak secara langsung menekan rasa otonomi ibu, sehingga mereka cenderung mengambil keputusan pengasuhan yang lebih mengontrol, yang hal ini menunjukkan bahwa otonomi pengasuhan ibu sangat rentan terhadap kondisi harian anak. Secara keseluruhan, otonomi para ibu berkembang seiring dengan peningkatan pemahaman terhadap kondisi anak dan peran

dirinya, serta diperkuat oleh pengalaman, dukungan sosial, dan proses adaptasi yang berkesinambungan dalam kehidupan sehari-hari.

#### 4. Penguasaan Lingkungan

Menurut Ryff (1989b), aspek penguasaan lingkungan mencerminkan sejauh mana seseorang mampu memahami dan mengelola lingkungannya secara efektif, serta memanfaatkan kesempatan yang ada untuk menunjang kebutuhan dan nilai pribadinya. Artinya, individu yang memiliki penguasaan lingkungan cenderung dapat menyesuaikan, memilih, bahkan membentuk lingkungan agar selaras dengan kondisi dan kehidupannya sendiri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan penguasaan lingkungan besar ibu yang mengasuh ABK menunjukkan kemampuan adaptif dalam mengelola kehidupan sehari-hari, dimana mereka menciptakan rutinitas, menyesuaikan pola komunikasi, serta mengakses layanan pendidikan atau terapi yang selaras dengan kondisi kehidupannya dan menunjang peran pengasuhan itu sendiri.

Para ibu memanfaatkan sumber daya disekitarnya, seperti komunitas, fasilitas sekolah, dan keluarga, untuk membantu dalam merawat dan berbagi informasi untuk mendukung peran pengasuhan yang optimal. Sebagian ibu bahkan mengambil inisiatif aktif untuk meningkatkan kualitas lingkungan demi kesejahteraan anak, mencerminkan kontrol personal yang kuat dan keterlibatan penuh dalam pengambilan keputusan secara berkelanjutan. Menurut Ryff (2013) mengatakan bahwa aspek penguasaan lingkungan yang tinggi pada diri individu dapat dilihat dari adanya

keyakinan menguasai dan berkompetensi dalam mengelola lingkungan; mengendalikan serangkaian kegiatan eksternal yang kompleks; memanfaatkan peluang di sekitarnya secara efektif; serta mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi.

#### 5. Tujuan Hidup

Secara keseluruhan, dinamika aspek tujuan hidup pada seluruh partisipan penelitian ini menunjukkan pola yang kuat bahwa orientasi hidup mereka terpusat pada anak, terutama dalam mendampingi ABK agar dapat mandiri, sehat, dan memiliki masa depan yang lebih baik. Tujuan ini tidak hanya dipandang sebagai pencapaian praktis, tetapi juga sebagai sumber makna hidup yang mendalam, yang terhubung erat dengan nilai moral, spiritual, dan peran keibuan yang mereka jalani. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Karaca dan Şener (2021) yang menunjukkan bahwa para ibu yang memiliki ABK mengaku bahwa anaknya memberikan tujuan hidup yang kuat, terasa lewat nilai-nilai spiritual dan spiritualitas mereka dalam menjaga eksistensi makna hidup.

Temuan lainnya yaitu tingkat kejelasan arah hidup para ibu berbeda, ada yang telah merumuskan harapan masa depan secara konkret dan ada yang menjalani secara mengalir, yang menjadi identitik semua partisipan menempatkan kesejahteraan anak dan keharmonisan keluarga di atas kepentingan pribadi mereka. Hal itu dijadikan sebagai motivasi oleh para ibu untuk terus menjalani peran dan sebagai harapan yang akan digapai

di masa depan. Menurut Sutin, Luchetti, Stephan, dan Terracciano (2021) bahwa *purpose in life* (tujuan hidup) berkorelasi positif dengan motivasi intrinsik dan teridentifikasi untuk aktivitas fisik, artinya individu yang memiliki niat jelas dan bernilai untuk menjalankan kehidupannya.

Aktivitas sehari-hari, pengambilan keputusan, dan pengorbanan pribadi mereka diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut, sehingga membentuk identitas diri yang tegar, penuh dedikasi, dan bermakna sebagai seorang ibu. Menurut Ryff (1989b) mengatakan bahwa individu yang sehat secara mental adalah individu yang memiliki tujuan dan makna hidup. Lebih lanjut, Ryff mengatakan individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, dan rasa terarah, yang semuanya berkontribusi pada perasaan bahwa hidup itu bermakna.

#### 6. Pertumbuhan Pribadi

Secara umum, dinamika aspek pertumbuhan pribadi pada seluruh partisipan menunjukkan adanya perkembangan diri yang signifikan sebagai hasil dari pengalaman hidup mendampingi ABK. Seluruh partisipan memperlihatkan peningkatan dalam hal ketangguhan, kesabaran, serta kemampuan beradaptasi terhadap tantangan yang muncul. Proses ini tidak hanya membentuk keterampilan praktis dalam merawat dan mendidik anak, tetapi juga memperluas wawasan, kedewasaan emosional, serta pemaknaan hidup yang lebih dalam. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Stober & Franzese (2018) yang melaporkan bahwa meskipun diwarnai kesulitan dan

stigma, sebagian besar partisipan berhasil mengembangkan strategi adaptasi dan memperkuat harga diri, sebagai bentuk pertumbuhan melalui tekanan.

Meskipun laju dan bentuk pertumbuhan pribadi berbeda pada tiap individu, secara garis besar mereka mengakui bahwa perjalanan ini membuat mereka menjadi pribadi yang lebih kuat, lebih peka terhadap kebutuhan orang lain, dan lebih kreatif dalam menjalankan perannya, sekalipun diwarnai oleh kesulitan dan pengorbanan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya, seperti penelitian Gardner & Harmon (2002) yang menunjukkan bahwa ibu yang merawat ABK mengembangkan kesadaran diri dan strategi adaptasi kreatif sebagai bagian dari pertumbuhan pribadi. Berdasarkan hal-hal di atas, maka menegaskan bahwa perjalanan sebagai ibu ABK tidak hanya menimbulkan tekanan emosional, tetapi juga dapat mengakselerasi pertumbuhan pribadi.

Berdasarkan keseluruhan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa gambaran dinamika *psychological well-being* (PWB) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) menunjukkan pola yang berkembang dan kompleks. Para partisipan mengalami proses dinamis dalam enam aspek PWB, mulai dari proses menerima diri secara objektif, menjalin hubungan positif untuk mendukung dalam merawat anak, hingga pengembangan otonomi dan pertumbuhan pribadi melalui pengalaman pengasuhan yang penuh tantangan, serta tujuan hidup yang menjadi landasan dan memotivasi untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Mereka menunjukkan kemampuan beradaptasi, menyadari potensi diri, membangun makna hidup melalui nilai spiritualitas,

serta terus menata arah hidup meskipun dalam kondisi tekanan. Aspek-aspek ini berkembang tidak secara merata, melainkan dipengaruhi oleh intensitas peran, dukungan lingkungan, nilai-nilai internal dan spritual, serta kesediaan untuk belajar dari pengalaman.

Kesimpulan ini didukung oleh sejumlah penelitian sebelumnya yang menekankan bahwa kesejahteraan psikologis pada ibu ABK bersifat dinamis dan kontekstual. Kuhn, Ford, dan Dawalt (2018) mencatat bahwa orang tua ABK memang lebih rentan terhadap stres psikologis, namun kualitas hidup yang positif tetap dapat tercapai ketika terdapat kemampuan menerima keadaan diri dan dukungan sosial yang memadai. Penelitian Shilling dkk. (2015) menunjukkan bahwa hubungan berbasis pengalaman bersama memperkuat *well-being* melalui rasa diterima dan bebas mengekspresikan diri. Sementara itu, Dieleman dkk. (2018) menekankan bahwa otonomi pengasuhan pada ibu ABK sangat rentan terhadap kondisi harian anak, namun masih dapat berkembang melalui refleksi dan pemaknaan yang berkelanjutan. Adapun Karaca dan Şener (2021) menyoroti bahwa nilai spiritualitas berperan penting dalam memberikan makna dan arah hidup bagi ibu ABK. Maka dengan demikian, hasil penelitian ini sejalan dan memperkuat bukti sebelumnya bahwa kesejahteraan psikologis ibu ABK merupakan proses yang tidak statis, tetapi tumbuh melalui interaksi antara pengalaman emosional, refleksi nilai-nilai diri, dan dukungan dari lingkungan sosial.

## C. <sup>17</sup> Keterbatasan dan Hambatan Penelitian

### I. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Meskipun partisipan berasal dari latar belakang berkebutuhan khusus yang beragam dan data pendukung juga diperoleh dari *significant others* seperti pasangan dan guru, penelitian ini masih terbatas pada konteks wilayah geografis dan sosial yang relatif serupa. Kondisi ini membuat temuan belum sepenuhnya merepresentasikan *dinamika psychological well-being* pada ibu ABK dari latar budaya, ekonomi, dan wilayah yang berbeda.

<sup>69</sup> Pendekatan kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini sudah disertai dengan pedoman wawancara dan tabel observasi berbasis enam aspek *psychological well-being* menurut Ryff. Meskipun demikian, karena analisis difokuskan pada pemaknaan narasi dan pengamatan perilaku, maka hasil penelitian bersifat interpretatif dan kontekstual. Pemetaan *psychological well-being* tidak dirancang untuk dibandingkan secara kuantitatif antarpartisipan, dan tidak bertujuan menghasilkan generalisasi statistik.

### 2. Hambatan Penelitian

Selama proses pengumpulan dan pengolahan data, peneliti menghadapi beberapa hambatan. Salah satunya adalah dinamika emosional partisipan saat wawancara berlangsung. Beberapa partisipan mengalami kesulitan saat mengungkapkan pengalaman pribadi mereka, sehingga proses wawancara memerlukan waktu tambahan dan pendekatan

empatik yang lebih dalam. Sedangkan sesi observasi, tidak semua indikator perilaku dalam *checklist* dapat diamati secara langsung dalam satu pertemuan, karena keterbatasan waktu, suasana, serta keterbukaan partisipan dalam menampilkan perilaku tertentu secara natural, sehingga pengamatan dilakukan secara berkala dan berkelanjutan. Namun walau demikian, terdapat perilaku yang tidak dapat langsung diamati. Hal ini dikarenakan penyusunan pedoman observasi tidak mempertimbangkan lamanya waktu penelitian, sehingga menjadi hambatan ketika pengambilan data.

Hambatan juga muncul dalam proses transkripsi dan analisis data, mengingat narasi yang disampaikan sangat personal dan penuh nuansa emosional. Peneliti harus melakukan interpretasi dengan cermat dan penuh kehati-hatian agar makna asli dari pengalaman partisipan tetap utuh. Meskipun demikian, peneliti berupaya menjaga validitas data melalui triangulasi sumber, keterlibatan mendalam selama wawancara dan observasi, serta refleksi berkelanjutan dalam proses analisis.

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan terhadap enam aspek *Psychological Well-Being* (PWB) dapat disimpulkan bahwa gambaran dinamika PWB pada ibu yang memiliki ABK menunjukkan proses perkembangan yang tidak statis dan berlangsung secara kontekstual. Seluruh aspek PWB muncul dalam bentuk yang khas pada masing-masing partisipan, dan memengaruhi cara ibu memaknai perannya dalam mengasuh maupun merawat anaknya. Penerimaan diri dicapai melalui perjalanan emosional yang bertahap, dipengaruhi oleh kekuatan spiritual dan dukungan sosial. Hubungan positif terbangun dari kedekatan emosional dengan keluarga serta keterlibatan dalam komunitas sesama orang tua ABK. Otonomi berkembang ketika ibu tetap memegang prinsip pribadi dalam pengasuhan, meskipun rentan terganggu oleh tekanan sosial atau kondisi harian anak. Penguasaan lingkungan tercermin dari kemampuan mengatur rutinitas, memanfaatkan sumber daya, dan menyesuaikan konteks hidup agar selaras dengan kebutuhan anak. Tujuan hidup berpusat pada kesejahteraan dan kemandirian anak, menjadi sumber motivasi dan arah hidup yang bermakna. Pertumbuhan pribadi terlihat dari peningkatan ketangguhan, empati, dan kreativitas yang diperoleh melalui pengalaman pengasuhan.

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi dinamika PWB para partisipan antara lain dukungan sosial, dorongan nilai-nilai pribadi dan

spiritual, serta proses refleksi diri yang disertai kesediaan untuk belajar dari pengalaman sebelumnya. Dukungan sosial, baik dari pasangan, keluarga besar, maupun komunitas sesama orang tua ABK, berperan penting dalam menjaga stabilitas emosi, memperkuat rasa penerimaan diri, serta memfasilitasi hubungan positif dengan orang lain. Dorongan nilai-nilai pribadi dan spiritual memberikan landasan bagi ibu untuk mempertahankan prinsip, menjaga otonomi dalam pengasuhan, serta memaknai pengalaman merawat anak sebagai bagian dari ibadah dan perjalanan hidup yang bermakna. Sementara itu, refleksi diri dan kemauan untuk belajar dari pengalaman sebelumnya membantu ibu dalam menguasai lingkungan, menata ulang strategi pengasuhan, dan mengembangkan keterampilan baru yang mendukung pertumbuhan pribadi. Faktor-faktor ini bekerja saling melengkapi, sehingga keberadaannya dapat memperkuat atau justru melemahkan aspek-aspek PWB bergantung pada tingkat ketersediaan dan kualitasnya. Adapun kondisi berkebutuhan khusus tertentu yang dialami anak tidak secara signifikan membedakan gambaran PWB antarpartisipan, namun keterbatasan fisik, ekonomi, dan pengetahuan cenderung menjadi penghambat yang lebih nyata dalam proses pencapaian kesejahteraan psikologis.

## **B. Saran**

### **1) Bagi ibu yang memiliki ABK**

Melalui penelitian ini, peneliti melihat penting untuk terus membangun kesadaran akan kekuatan dan potensi diri dalam menjalani

peran pengasuhan merawat ABK. Ibu disarankan untuk aktif mencari ruang dukungan emosional, seperti kelompok sebaya atau komunitas sesama orang tua ABK, serta melibatkan diri dalam kegiatan reflektif seperti *journaling* atau konseling psikologis. Hal ini dapat menjadi cara untuk memperkuat aspek-aspek PWB, khususnya dalam hal penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, dan pengelolaan stres sehari-hari, serta untuk memantau perkembangan yang mendukung capaian tujuan hidup.

2) Bagi lembaga pendidikan dan tenaga profesional yang menangani ABK

Melalui penelitian ini, peneliti menyadari bahwa kesejahteraan psikologis ibu memiliki dampak langsung terhadap proses tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, lembaga terkait diharapkan dapat menyelenggarakan program pendampingan berbasis keluarga, seperti sesi psikoedukasi, dukungan kelompok, dan konseling keluarga secara berkala. Pendekatan ini dapat membantu ibu membangun hubungan yang positif, meningkatkan otonomi pengasuhan, serta memperkuat makna hidup dalam menjalankan perannya.

30

3) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas konteks dan partisipan penelitian dengan melibatkan ibu dari berbagai latar belakang budaya, wilayah geografis, dan jenis dukungan sosial yang berbeda. Penelitian mendatang juga dapat menggunakan pendekatan campuran (*mixed-method*) untuk memperoleh data yang lebih menyeluruh, baik dari sisi kedalaman pengalaman (kualitatif) maupun pemetaan kecenderungan

umum (kuantitatif). Pelibatan tenaga profesional seperti psikolog, guru, atau terapis sebagai informan tambahan juga dapat memberikan perspektif triangulatif yang memperkaya pemahaman mengenai dinamika PWB ibu yang memiliki ABK. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat melakukan probing lebih dalam dan menyeluruh lagi terkait aspek-aspek PWB, sehingga dapat memberikan gambaran dinamika PWB ibu dengan jelas dan komperhensif.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

# Psychological Well-Being pada Ibu yang Memiliki ABK

## ORIGINALITY REPORT

4%

SIMILARITY INDEX

4%

INTERNET SOURCES

1%

PUBLICATIONS

1%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1

[repository.usd.ac.id](https://repository.usd.ac.id)

Internet Source

<1%

2

[dspace.uui.ac.id](https://dspace.uui.ac.id)

Internet Source

<1%

3

[docplayer.info](https://docplayer.info)

Internet Source

<1%

4

[jurnal.unissula.ac.id](https://jurnal.unissula.ac.id)

Internet Source

<1%

5

[www.researchgate.net](https://www.researchgate.net)

Internet Source

<1%

6

[123dok.com](https://123dok.com)

Internet Source

<1%

7

Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta I 2023

Student Paper

<1%

8

[repository.unj.ac.id](https://repository.unj.ac.id)

Internet Source

<1%

9

[eprints.uny.ac.id](https://eprints.uny.ac.id)

Internet Source

<1%

10

[ejournal.ahs-edu.org](https://ejournal.ahs-edu.org)

Internet Source

<1%

11

[repository.radenintan.ac.id](https://repository.radenintan.ac.id)

Internet Source

<1%

12	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	<1 %
13	pt.scribd.com Internet Source	<1 %
14	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
15	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	<1 %
16	repository.ub.ac.id Internet Source	<1 %
17	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	<1 %
18	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
19	doku.pub Internet Source	<1 %
20	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya Student Paper	<1 %
21	Submitted to Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Student Paper	<1 %
22	Submitted to UIN Walisongo Student Paper	<1 %
23	Submitted to Universitas Diponegoro Student Paper	<1 %
24	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %

25	<a href="http://repository.uinjkt.ac.id">repository.uinjkt.ac.id</a> Internet Source	<1 %
26	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	<1 %
27	<a href="http://adoc.pub">adoc.pub</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
29	Submitted to Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang Student Paper	<1 %
30	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	<1 %
31	<a href="http://etheses.iainponorogo.ac.id">etheses.iainponorogo.ac.id</a> Internet Source	<1 %
32	<a href="http://repository.unjaya.ac.id">repository.unjaya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
33	<a href="http://scholar.archive.org">scholar.archive.org</a> Internet Source	<1 %
34	Submitted to Tarumanagara University Student Paper	<1 %
35	<a href="http://acopen.umsida.ac.id">acopen.umsida.ac.id</a> Internet Source	<1 %
36	<a href="http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id">eprints.mercubuana-yogya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
37	<a href="http://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
38	Submitted to Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia	<1 %

39	<a href="http://hidayahbangsa.org">hidayahbangsa.org</a> Internet Source	<1 %
40	<a href="http://repository.unair.ac.id">repository.unair.ac.id</a> Internet Source	<1 %
41	<a href="http://repository.unhas.ac.id">repository.unhas.ac.id</a> Internet Source	<1 %
42	Madeni, Muslahuddin. "KONSEP PEMBERDAYAAN MASYARAKAT BERBASIS KEAGAMAAN STUDI KASUS ICM (ISLAMIC CENTER MU'ADZ BIN JABAL) DI KELURAHAN KAMBU, KEC. KAMBU KOTA KENDARI", Jurnal Bina Ummat: Membina dan Membentengi Ummat, 2024 Publication	<1 %
43	<a href="http://digilib.uin-suka.ac.id">digilib.uin-suka.ac.id</a> Internet Source	<1 %
44	<a href="http://ecampus.iainbatusangkar.ac.id">ecampus.iainbatusangkar.ac.id</a> Internet Source	<1 %
45	<a href="http://jurnal.itbsemarang.ac.id">jurnal.itbsemarang.ac.id</a> Internet Source	<1 %
46	<a href="http://repository.uinsaizu.ac.id">repository.uinsaizu.ac.id</a> Internet Source	<1 %
47	<a href="http://eprints.iain-surakarta.ac.id">eprints.iain-surakarta.ac.id</a> Internet Source	<1 %
48	Komarudin Komarudin. "PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH INKLUSIF", Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity, 2019 Publication	<1 %

49	<a href="http://digilib.unila.ac.id">digilib.unila.ac.id</a> Internet Source	<1 %
50	<a href="http://skripsiciputra.wordpress.com">skripsiciputra.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %
51	Submitted to Surabaya University Student Paper	<1 %
52	Submitted to Udayana University Student Paper	<1 %
53	Submitted to Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Student Paper	<1 %
54	<a href="http://id.wikipedia.org">id.wikipedia.org</a> Internet Source	<1 %
55	<a href="http://karyailmiah.unisba.ac.id">karyailmiah.unisba.ac.id</a> Internet Source	<1 %
56	<a href="http://repository.unika.ac.id">repository.unika.ac.id</a> Internet Source	<1 %
57	<a href="http://www.grafiati.com">www.grafiati.com</a> Internet Source	<1 %
58	<a href="http://etd.uinsyahada.ac.id">etd.uinsyahada.ac.id</a> Internet Source	<1 %
59	<a href="http://journal.uny.ac.id">journal.uny.ac.id</a> Internet Source	<1 %
60	<a href="http://jurnalppak.or.id">jurnalppak.or.id</a> Internet Source	<1 %
61	<a href="http://repository.lppm.unila.ac.id">repository.lppm.unila.ac.id</a> Internet Source	<1 %
62	<a href="http://www.dictio.id">www.dictio.id</a> Internet Source	<1 %

63	<a href="http://akongo.mhs.uksw.edu">akongo.mhs.uksw.edu</a> Internet Source	<1 %
64	<a href="http://centerofmotherhood.blogspot.com">centerofmotherhood.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
65	<a href="http://konsultasiskripsi.com">konsultasiskripsi.com</a> Internet Source	<1 %
66	<a href="http://repository.its.ac.id">repository.its.ac.id</a> Internet Source	<1 %
67	<a href="http://repository.unisma.ac.id">repository.unisma.ac.id</a> Internet Source	<1 %
68	<a href="http://scholar.unand.ac.id">scholar.unand.ac.id</a> Internet Source	<1 %
69	Muhammad Jamil. "Kepemimpinan Kepala Sekolah Menengah Kejuruan Negeri Taman Fajar (SMKN Taman Fajar) Dalam Pengembangan Profesionalitas Guru", Jurnal Pendidikan Penggerak, 2024 Publication	<1 %
70	Nikmah Sofia Afiati. "KUALITAS KEHIDUPAN SEKOLAH DAN DISIPLIN PADA SANTRI ASRAMA PONDOK PESANTREN", Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi, 2018 Publication	<1 %
71	<a href="http://angkring.or.id">angkring.or.id</a> Internet Source	<1 %
72	<a href="http://ejournal.undip.ac.id">ejournal.undip.ac.id</a> Internet Source	<1 %
73	<a href="http://eprints.undip.ac.id">eprints.undip.ac.id</a> Internet Source	<1 %

[eprints.unm.ac.id](http://eprints.unm.ac.id)

74	Internet Source	<1 %
75	<a href="http://garuda.kemdikbud.go.id">garuda.kemdikbud.go.id</a> Internet Source	<1 %
76	<a href="http://journal.upgris.ac.id">journal.upgris.ac.id</a> Internet Source	<1 %
77	<a href="http://jurnal.ittc.web.id">jurnal.ittc.web.id</a> Internet Source	<1 %
78	<a href="http://kpsisimpuljember.wordpress.com">kpsisimpuljember.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %
79	<a href="http://lib.unnes.ac.id">lib.unnes.ac.id</a> Internet Source	<1 %
80	<a href="http://nganjuk.jatimtimes.com">nganjuk.jatimtimes.com</a> Internet Source	<1 %
81	<a href="http://partinahblog.blogspot.com">partinahblog.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
82	<a href="http://perangkatgurumilenial.wordpress.com">perangkatgurumilenial.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %
83	<a href="http://repository.uma.ac.id">repository.uma.ac.id</a> Internet Source	<1 %
84	<a href="http://simdos.unud.ac.id">simdos.unud.ac.id</a> Internet Source	<1 %
85	<a href="http://www.amanahmontessori.com">www.amanahmontessori.com</a> Internet Source	<1 %
86	<a href="http://www.slideshare.net">www.slideshare.net</a> Internet Source	<1 %
87	<a href="http://4frizon.wordpress.com">4frizon.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %

88 Aulia Rahman Putra, Nila Anggreiny, Septi Mayang Sarry. "Kebersyukuran pada orang tua anak berkebutuhan khusus", JURNAL SPIRITS, 2019  
Publication <1 %

---

89 Nurul Istiqomah. "Kesejahteraan psikologis guru honorer di SMA Negeri 13 Depok", TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2021  
Publication <1 %

---

90 Yoseph Pedhu. "Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara", Jurnal Konseling dan Pendidikan, 2022  
Publication <1 %

---

91 academicjournal.yarsi.ac.id  
Internet Source <1 %

---

92 anakusholeh.com  
Internet Source <1 %

---

93 beritakatolik.com  
Internet Source <1 %

---

94 bintangkecil90part2.blogspot.com  
Internet Source <1 %

---

95 dnktv.uinjkt.ac.id  
Internet Source <1 %

---

96 doaj.org  
Internet Source <1 %

---

97 docshare.tips  
Internet Source <1 %

---

98 ekalucu.wordpress.com  
Internet Source <1 %

---

99	<a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
100	<a href="https://irfanfahmiwijaya.wordpress.com">irfanfahmiwijaya.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %
101	<a href="https://journals.upi-yai.ac.id">journals.upi-yai.ac.id</a> Internet Source	<1 %
102	<a href="https://kehamilanremajapkbr.blogspot.com">kehamilanremajapkbr.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
103	<a href="https://m.tribunnews.com">m.tribunnews.com</a> Internet Source	<1 %
104	<a href="https://manajemenpembebas.wordpress.com">manajemenpembebas.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %
105	<a href="https://matakuliyah.blogspot.com">matakuliyah.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
106	<a href="https://mediakendari.com">mediakendari.com</a> Internet Source	<1 %
107	<a href="https://muslimobsession.com">muslimobsession.com</a> Internet Source	<1 %
108	<a href="https://pasca.um.ac.id">pasca.um.ac.id</a> Internet Source	<1 %
109	<a href="https://repository.stiedewantara.ac.id">repository.stiedewantara.ac.id</a> Internet Source	<1 %
110	<a href="https://repository.upi.edu">repository.upi.edu</a> Internet Source	<1 %
111	<a href="https://sgalainfo.blogspot.com">sgalainfo.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
112	<a href="https://tr-ex.me">tr-ex.me</a> Internet Source	<1 %

113	<a href="http://www.angeling-shop.com">www.angeling-shop.com</a> Internet Source	<1 %
114	<a href="http://www.kaskus.co.id">www.kaskus.co.id</a> Internet Source	<1 %
115	<a href="http://www.kibm.or.id">www.kibm.or.id</a> Internet Source	<1 %
116	<a href="http://www.leaderlounge.site">www.leaderlounge.site</a> Internet Source	<1 %
117	<a href="http://www.mojokertocyber.com">www.mojokertocyber.com</a> Internet Source	<1 %
118	<a href="http://www.unic77.net">www.unic77.net</a> Internet Source	<1 %
119	Primalita Putri Distina. "Pengembangan Dimensi Psychological Well-Being Untuk Pengurangan Risiko Gangguan Depresi", MAWA'IZH: JURNAL DAKWAH DAN PENGEMBANGAN SOSIAL KEMANUSIAAN, 2019 Publication	<1 %
120	Witrin Gamayanti. "Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia", Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi, 2016 Publication	<1 %
121	Yuli Astutik, Soebijantoro Soebijantoro. "Dampak Kunjungan Wisatawan Terhadap Pelestarian Museum Trinil Tahun 2010-2013", AGASTYA: JURNAL SEJARAH DAN PEMBELAJARANNYA, 2015 Publication	<1 %

122

Siti Rahmawati, Masni Erika Firmiana, Rochimah Imawati. "Kesadaran dan Pengetahuan untuk Penanganan Awal Anak Berkebutuhan Khusus di Lembaga PAUD Pesanggrahan Jakarta", JURNAL AL-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA, 2017

Publication

<1%

123

[eprints.walisongo.ac.id](http://eprints.walisongo.ac.id)

Internet Source

<1%

124

[noviavalentina.blogspot.com](http://noviavalentina.blogspot.com)

Internet Source

<1%

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA