
Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

St. Aisyah Humairah Solihin¹, Haerani Nur²

^{1,2}Program Studi Magister Sains Psikologi, Universitas Negeri Makassar
E-mail: aisyahhumairah2037@gmail.com¹, haerani.nur@unm.ac.id²

Article History:

Received: 04 Mei 2025

Revised: 15 Mei 2025

Accepted: 23 Mei 2025

Keywords: Resiliensi, Ibu,
Anak Berkebutuhan Khusus

Abstract: *Memiliki anak berkebutuhan khusus menghadirkan tantangan besar yang berdampak pada kesejahteraan emosional, fisik, sosial, dan ekonomi keluarga, khususnya ibu sebagai pengasuh utama. Penelitian ini bertujuan meninjau literatur terkait resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dengan menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi, bentuk dukungan sosial, serta strategi coping yang digunakan. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur terhadap 30 artikel nasional dan internasional yang diterbitkan antara tahun 2010–2025, dengan pendekatan analisis kualitatif. Hasil analisis menunjukkan bahwa resiliensi ibu dipengaruhi oleh faktor internal seperti optimisme, religiusitas, dan kemampuan mengelola emosi, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dari keluarga, komunitas, dan institusi pendidikan. Hubungan positif ditemukan antara tingkat resiliensi dan kesejahteraan psikologis, sedangkan hubungan negatif tercatat antara resiliensi dan tingkat stres pengasuhan. Faktor budaya juga berperan penting dalam membentuk makna dan strategi adaptasi ibu. Penelitian ini menegaskan pentingnya program intervensi berbasis komunitas, edukasi, serta dukungan keluarga untuk membangun dan memperkuat resiliensi ibu. Implikasi praktis mengarahkan perlunya intervensi berkelanjutan yang mengintegrasikan pendekatan budaya, religius, dan dukungan sosial dalam mendampingi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.*

PENDAHULUAN

Memiliki anak dengan kebutuhan khusus merupakan tantangan besar yang dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan orang tua, terutama ibu sebagai pengasuh utama. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesejahteraan emosional, tetapi juga pada kesehatan fisik, sosial, dan ekonomi keluarga. Resiliensi menjadi kunci penting bagi ibu dalam menghadapi stresor yang kompleks ini. Resiliensi memungkinkan ibu untuk tetap bertahan, beradaptasi, dan bahkan berkembang meskipun menghadapi tantangan berat (Qintari & Rahmasari, 2021).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kepercayaan diri dan kemampuan mengelola emosi (Savitri & Siswati, 2018), serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dari

keluarga, teman, dan komunitas (Asyifa & Yusuf, 2017). Resiliensi tidak hanya berperan dalam menjaga kesejahteraan ibu, tetapi juga berdampak positif terhadap kualitas hidup anak dan dinamika keluarga secara keseluruhan (Dürr & Greeff, 2020).

Mengingat pentingnya resiliensi dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk melakukan tinjauan literatur terhadap berbagai studi terkait resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Tinjauan ini akan membahas faktor-faktor yang berkontribusi terhadap resiliensi, tantangan yang dihadapi, serta implikasi praktis yang dapat mendukung ibu dalam membangun ketangguhan psikologis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan literature review dengan metode analisis kualitatif terhadap hasil-hasil penelitian sebelumnya yang relevan. Artikel yang ditinjau diperoleh dari berbagai jurnal nasional dan internasional, baik yang menggunakan metode kualitatif, kuantitatif, maupun review literatur. Kriteria inklusi dalam pemilihan artikel pada tinjauan literatur ini meliputi beberapa aspek. Pertama, artikel yang dipilih harus membahas tentang resiliensi ibu atau orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, termasuk di dalamnya kondisi seperti autisme, down syndrome, cerebral palsy, dan berbagai bentuk disabilitas perkembangan lainnya. Kedua, artikel yang digunakan diterbitkan dalam rentang waktu antara tahun 2010 hingga 2025 untuk memastikan relevansi dan kemutakhiran data. Ketiga, artikel yang dimasukkan dalam analisis merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan empiris, baik kualitatif maupun kuantitatif, serta artikel review teoretis yang relevan dengan tema resiliensi.

Sebanyak 30 artikel telah dianalisis, dengan rincian 17 artikel menggunakan metode kuantitatif, 11 artikel menggunakan metode kualitatif, dan 2 artikel merupakan review literatur. Analisis dilakukan dengan mengkategorikan temuan penelitian berdasarkan faktor yang mempengaruhi resiliensi, bentuk-bentuk dukungan sosial, serta strategi coping yang digunakan oleh ibu. Hasil dari tinjauan ini disajikan secara naratif untuk mengidentifikasi pola, tema, dan kesenjangan penelitian dalam topik resiliensi ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil telaah literatur terhadap 30 sumber penelitian terkait resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus maka diperoleh beberapa temuan penting yang dikategorikan secara tematik.

Tabel. 1 Hasil Penelitian Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

No	Nama Penulis, Tahun, Jurnal/Prosiding	Judul	Metode	Hasil Penelitian
1	Qintari, A. A., & Rahmasari, D. (2021). <i>Jurnal Psikologi Unesa</i> , 8(1), 197–211.	Resiliensi Ibu Single Parent dengan Anak Autism	Kualitatif	Resiliensi ibu yang menjadi orang tua tunggal dengan anak autis menghadapi tantangan seperti stres perceraian dan membesarkan anak autis, namun tetap menunjukkan resiliensi melalui pengembangan diri dan menjadikan anak sebagai sumber motivasi, dengan

				dukungan keluarga dan teman membantu ibu melihat situasi sebagai peluang untuk tumbuh.
2	Anggraeni, N. V., Suroso, & Arifiana, A. Y. (2025). <i>Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia</i> , 3(01), 281–286.	Peranan Resiliensi pada Penerimaan Diri Orang Tua yang Memiliki Anak ASD	Kuantitatif	Orang tua yang mampu menerima kondisi anak tanpa rasa malu atau cemas terhadap penilaian orang lain cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Resiliensi membantu orang tua dalam menghadapi tantangan dan stres, serta meningkatkan kesejahteraan.
3	Aprillia, S. A., Meiyuntariningsih, T., & Ramadhani, H. S. (2025). <i>Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia</i> , 3(1), 157–165.	Resiliensi dan Dukungan Sosial: Strategi Mengurangi Parenting Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus	Kuantitatif	Tingkat resiliensi dan dukungan sosial yang tinggi berhubungan dengan rendahnya stres dalam pengasuhan, sedangkan resiliensi dan dukungan sosial yang rendah membuat ibu lebih rentan mengalami stres pengasuhan yang tinggi.
4	Ramadhani, F. Y. N., Kharisma, N. A., Yanti, N. D., & Minsih. (2025). <i>Jurnal Dedikasi Pendidikan</i> , 9(1), 123–134.	Peran Orang Tua dalam Memahami Resiliensi Dan Tantangan Anak Berkebutuhan Khusus dalam Pendidikan	Kualitatif	Orang tua sering kesulitan memahami resiliensi anak, tetapi tetap berusaha untuk mendukungnya. Memahami resiliensi menjadi penting karena bisa membantu anak berkebutuhan khusus menjadi lebih baik di sekolah. Kerja sama antara orang tua, sekolah, dan masyarakat sangat penting untuk membantu anak berkebutuhan khusus dapat berkembang dengan maksimal.
5	Muniroh, S. M. (2010). <i>Jurnal Penelitian</i> , 7(9), 1–11.	Dinamika Resiliensi Orang Tua Anak Autis	Kualitatif	Pembentukan resiliensi pada orang tua sangat dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri maupun dari luar. Pada awalnya, setelah anak mendapat diagnosa autisme, orang tua mengalami berbagai emosi seperti kekhawatiran, stres, dan rasa bersalah.

				Seiring waktu, mulai menyesuaikan diri dan memahami situasi, pandangan menjadi lebih positif dan mampu menerima keadaan. Akhirnya, orang tua terdorong untuk mencari solusi bagi kebutuhan anak, menunjukkan perubahan dalam cara berpikir dan perasaan.
6	Idhartono, A. R., & Hidayati, N. (2024). <i>DIDAKTIKA: Jurnal Kependidikan</i> , 13(1), 417–426.	Dinamika Subjective Well-Being dan Resiliensi Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusi	Kualitatif	Subjective Well-Being dan Resiliensi orang tua dapat ditingkatkan dengan dukungan khusus dari sekolah. Dukungan meliputi program sosialisasi tentang anak berkebutuhan khusus, konsultasi pribadi atau sesi berbagi pengalaman, serta seminar terkait. Upaya-upaya yang dilakukan terbukti membantu meningkatkan kesejahteraan, kemampuan mengatasi masalah, serta berdampak positif pada kesehatan mental dan hubungan dalam keluarga.
7	Zai, S., Kusumo, Y. S. S., & Zai, S. (2024). <i>Jurnal Silih Asuh : Teologi Dan Misi</i> , 1(2), 111–124.	Membangun Resiliensi Spiritual Kristen Pada Anak Berkebutuhan Khusus Ditinjau Dari Pandangan Teologi Disabilitas	Kualitatif	Pentingnya membangun kepercayaan diri, keberanian, dan makna hidup pada anak-anak, dengan melihat disabilitas sebagai bagian dari rencana Tuhan melalui perspektif teologi disabilitas. Pendekatan ini mendorong perkembangan fisik, mental, dan spiritual, serta memberikan panduan praktis bagi pendidik, konselor, dan pemimpin agama untuk mendukung ketahanan dan kesejahteraan anak-anak, meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan emosional.
8	Rahayu, E. W. (2019). <i>Psikovidya</i> ,	Resiliensi Pada Keluarga yang	Review literatur	Resiliensi berperan sebagai pelindung, membantu

	23(1), 22–45.	Mempunyai Anak Disabilitas: Review		keluarga untuk menyesuaikan diri dan mengatasi tantangan yang muncul dari membesarkan anak penyandang disabilitas dalam kehidupan sehari-hari. Resiliensi sangat penting untuk menjaga kesejahteraan dan kelancaran fungsi keluarga, terutama saat menghadapi berbagai jenis disabilitas, seperti cacat intelektual, gangguan spektrum autisme (ASD), dan sindrom Down.
9	Dewi, C. P. D. C., & Wideasavitri, P. N. (2019). <i>Jurnal Psikologi Udayana</i> , 6(1), 193–206.	Resiliensi Ibu dengan Anak Autisme	Kualitatif	Resiliensi ibu yang memiliki anak autisme terbagi menjadi dua, yaitu menyesuaikan diri dengan sifat anak dan menyesuaikan diri dengan reaksi dari orang-orang di sekitar. Metode ibu mengatasi masalah dengan mengendalikan diri, menerima keadaan, mencari solusi lain, mencari informasi, meminta bantuan, dan menyelesaikan masalah bersama.
10	Lestari, F. A., & Mariyati, L. I. (2015). <i>Psikologia</i> , 3(1), 141–155.	Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Down Syndrome Di Sidoarjo	Kualitatif	Setiap ibu memiliki karakteristik dan faktor resiliensi yang berbeda-beda, dengan variasi dalam aspek pendidikan, ekonomi, dan latar belakang pekerjaan. Di antara berbagai faktor pendukung resiliensi teridentifikasi, yaitu dukungan keluarga yang merupakan salah satu sumber penguatan.
11	Ali, N., & Ariana, A. D. (2022). <i>Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental</i> , 10, 1–9.	Hubungan antara Resiliensi dan Stress Pengasuhan pada Ibu dengan Anak GSA (Gangguan Spektrum Autism)	Kuantitatif	Melalui serangkaian pengujian statistik yang telah memenuhi syarat normalitas dan linearitas, analisis korelasi mengkonfirmasi hubungan negatif yang kuat dan

		di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo		signifikan antara kedua variabel tersebut, resiliensi berperan penting dalam mengurangi stres yang dialami orang tua dalam proses pengasuhan anak.
12	Asyifa, H. N., & Yusuf, U. (2017). <i>Prosiding Psikologi</i> , 3(2), 989–996.	Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Ibu yang Memiliki Anak Cerebral Palsy (Studi Pada Ibu yang Memiliki Anak Cerebral Palsy di SLB-D YPAC Bandung)	Kuantitatif	Ibu yang mendapatkan banyak dukungan dari orang-orang di sekitar, lebih mampu untuk bangkit dari kesulitan. Semua jenis dukungan sosial yang diteliti terbukti sangat membantu meningkatkan resiliensi para ibu dalam menghadapi tantangan membesarkan anak dengan kebutuhan khusus.
13	Sovitriana, R., & Putri, A. (2020). <i>Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora</i> , 3(2), 206–209.	Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Down Syndrome	Kuantitatif	Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan resiliensi para ibu dalam merawat anak dengan down syndrome di POTADS Jakarta. Dukungan dari keluarga terbukti sangat membantu para ibu menjadi lebih tangguh saat menghadapi berbagai kesulitan. Semakin banyak dukungan dan perhatian yang diberikan oleh anggota keluarga, semakin baik pula kemampuan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus untuk menghadapi tantangan sehari-hari.
14	Astria, N., & Setyawan, I. (2020). <i>Jurnal EMPATI</i> , 9(1), 27–46.	Studi Fenomenologi Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Autisme	Kualitatif	Ibu mampu mengatasi kesulitan dalam pengasuhan anak autisme, menerima kondisi anak, dan mengambil hikmah dari pengalaman yang telah dilalui. Ibu bersyukur, berserah diri, optimis, dan tegar, serta berupaya mencari informasi tentang autisme, mengendalikan emosi, memiliki harapan positif terhadap anak, berempati, dan

				mengambil sisi positif dari tantangan hidup. Upaya-upaya yang dilakukan mencerminkan resiliensi ibu.
15	Savitri, A. H., & Siswati. (2018). <i>Jurnal EMPATI</i> , 7(2), 438–449.	Interpretative Phenomenological Analysis tentang Resiliensi pada Ibu yang memiliki Anak Autisme	Kualitatif	Resiliensi ibu tidak lepas dari dukungan lingkungan sekitar, seperti bantuan dari suami, keluarga, dan tetangga. Ibu memiliki resiliensi karena telah melakukan berbagai usaha, seperti merawat dan mendidik anak, mencari informasi, mengendalikan emosi, membangun harapan positif untuk masa depan, berempati, dan mengambil sisi baik dari pengalaman sulit.
16	Purwanti, D. A., & Kustanti, E. R. (2018). <i>Jurnal EMPATI</i> , 7(1), 283–287.	Hubungan Antara Resiliensi Dengan Psychological Wellbeing Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Gangguan Autis	Kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif antara resiliensi dan psychological well-being pada ibu yang memiliki anak dengan autisme di Jakarta Selatan. Semakin tinggi resiliensi, semakin baik kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya. Resiliensi diketahui berkontribusi sebesar 77% terhadap kesejahteraan psikologis para ibu.
17	Zhao, M., Fu, W., & Ai, J. (2021). <i>Journal of Autism and Developmental Disorders</i> , 51(10), 3412–3422.	The Mediating Role of Social Support in the Relationship Between Parenting Stress and Resilience Among Chinese Parents of Children with Disability	Kuantitatif	Dukungan sosial berperan penting sebagai perantara antara stres pengasuhan dan resiliensi orang tua. Orang tua anak dengan gangguan penglihatan ternyata memiliki resiliensi lebih tinggi dibanding orang tua anak dengan disabilitas lain. Penting mengurangi stres dan meningkatkan dukungan sosial untuk memperkuat resiliensi orang tua yang mengasuh anak berkebutuhan khusus.
18	Edyta, B., & Damayanti, E.	Gambaran Resiliensi Ibu Yang	Kualitatif	Setiap ibu awalnya terkejut dengan diagnosis autisme

	(2016). <i>Jurnal BIOTEK</i> , 4(2), 211–230.	Memiliki Anak Autis Di Taman Pelatihan Harapan Makassar		pada anak, namun bisa menerima dan tetap optimis. Ibu terus mencari informasi, terlibat dalam terapi, dan tidak menyalahkan diri atau orang lain. Faktor religiusitas juga membantu ibu bangkit dan bersyukur.
19	Widyawati, Y., Scholte, R. H. J., Kleemans, T., & Otten, R. (2023). <i>Journal of Developmental and Physical Disabilities</i> , 35(5), 743–758.	Parental Resilience and Quality of Life in Children with Developmental Disabilities in Indonesia: The Role of Protective Factors	Kuantitatif	Mengelola stres, berpikir positif, dukungan sosial, dan pengalaman hidup, berperan penting dalam meningkatkan resiliensi orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas perkembangan di Indonesia. Resiliensi orang tua berpengaruh besar terhadap kualitas hidup anak namun budaya Indonesia, yang memiliki keterbatasan dalam dukungan sosial, membuat tantangan yang dihadapi orang tua berbeda dengan di negara Barat.
20	Dürr, E., & Greeff, A. (2020). <i>Social Work (South Africa)</i> , 56(2), 220–234.	Resilience Characteristics Of Families With Children With Severe Or Profound Intellectual Disability	Kualitatif	Dalam menghadapi tantangan, para orang tua saling menguatkan dan berusaha mempertahankan sikap positif. Orang tua berbagi pengalaman satu sama lain untuk saling memahami kekuatan diri dan strategi mengelola stres. Dukungan dari lingkungan sekitar serta rasa saling percaya menjadi faktor penting dalam membantu keluarga melewati berbagai kesulitan. Meskipun banyak hambatan, keluarga-keluarga ini tetap menunjukkan resiliensi dan kemampuan beradaptasi yang luar biasa dalam kehidupan sehari-hari.
21	Fereidouni, Z., Kamyab, A. H., Dehghan, A.,	A comparative study on the quality of life and resilience	Kuantitatif	Resiliensi berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup ibu yang merawat anak-

	Khiyali, Z., Ziapour, A., Mehedi, N., & Togholi, R. (2021). <i>Heliyon</i> , 7(6), 1–7.	of mothers with disabled and neurotypically developing children in Iran		anak dengan disabilitas. Ibu dengan tingkat ketahanan yang lebih tinggi cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih baik dan mampu mengelola stres dengan lebih efektif. Resiliensi juga terbukti menjelaskan sebagian besar perbedaan dalam kualitas hidup, dengan sekitar 66% varians terkait dengan tingkat ketahanan. Penting membangun resiliensi untuk mendukung kesejahteraan ibu dalam menghadapi tantangan sehari-hari.
22	Flores-Buils, R., & Andrés-Roqueta, C. (2022). <i>Frontiers in Psychiatry</i> , 13, 01–12.	Factors influencing resilience of parents with children with neurodevelopmental disorders: The role of structural language, social cognition, and social support	Kuantitatif	Penelitian ini mengenai resiliensi orang tua yang punya anak dengan gangguan perkembangan saraf (NDD). Orang tua dari anak dengan autisme (ASD) menunjukkan resiliensi paling tinggi, lalu disusul oleh orang tua dari anak dengan ADHD. Sementara itu, orang tua dari anak dengan gangguan bahasa perkembangan (DLD) menunjukkan resiliensi paling rendah.
23	Choi, E. K., Riper, M. Van, Jang, M., & Han, S. W. (2018). <i>Rehabilitation Nursing</i> , 43(6), 343–350.	Adaptation and Resilience in Families of Children With Spina Bifida in South Korea	Kuantitatif	Keluarga anak-anak dengan spina bifida (SB) di Korea Selatan menunjukkan bahwa resiliensi keluarga dipengaruhi oleh beberapa faktor. Depresi orang tua menjadi hambatan utama, sementara kesehatan orang tua, kekompakan keluarga, komunikasi yang baik, serta dukungan sosial memperkuat resiliensi. Faktor budaya juga membentuk peran keluarga, dan perlunya intervensi khusus untuk memperkuat resiliensi keluarga dalam menghadapi tantangan

				merawat anak dengan SB.
24	McConnell, D., Savage, A., & Breitzkreuz, R. (2014). <i>Research in Developmental Disabilities</i> , 35(4), 1–16.	Resilience in families raising children with disabilities and behavior problems	Kuantitatif	Keluarga dengan anak disabilitas tetap dapat menunjukkan resiliensi meski menghadapi tantangan besar. Masalah perilaku anak lebih berpengaruh terhadap kesejahteraan keluarga dibandingkan tingkat keparahan disabilitas. Dukungan sosial yang kuat dan kondisi finansial yang stabil membantu keluarga mengatasi stres. Namun, hubungan antara perilaku anak dan kesejahteraan keluarga masih menunjukkan hasil yang beragam.
25	Kavaliotis, P. (2017). <i>International Journal of Psychological Studies</i> , 9(2), 1–15.	Investigation of the Correlation of Family Resilience of Parents with a Child with Autism Spectrum Disorders, Parenting Stress and Social Support	Kuantitatif	Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar membantu meningkatkan resiliensi keluarga dan mengurangi stres pengasuhan. Semakin kuat resiliensi keluarga dan semakin besar dukungan sosial yang diterima, semakin rendah tingkat stres yang dialami orang tua anak dengan gangguan spektrum autisme.
26	Kavaliotis, P. (2017). <i>International Journal of Psychological Studies</i> , 9(2), 16–25.	Religion and Resilience of Parents with a Child with Autism Spectrum Disorders	Kuantitatif	Orang tua Kristen menunjukkan resiliensi keluarga lebih tinggi dan stres pengasuhan lebih rendah dibandingkan orang tua Muslim, karena lebih mengandalkan dukungan ilmiah dan sosial, sementara orang tua Muslim lebih mengaitkan autisme dengan kehendak Tuhan.
27	Savari, K., Naseri, M., & Savari, Y. (2021). <i>International Journal of Disability, Development and Education</i> , 70(5),	Evaluating the Role of Perceived Stress, Social Support, and Resilience in Predicting the Quality of Life	Kuantitatif	Anak dengan disabilitas menjadi tantangan besar bagi orang tua dan bisa menurunkan kualitas hidup. Semakin tinggi stres yang dirasakan, semakin rendah

	644–658.	among the Parents of Disabled Children		kualitas hidup orang tua, sedangkan dukungan sosial dan resiliensi justru berkaitan dengan kualitas hidup yang lebih baik. Stres, ketahanan, dan dukungan sosial berperan penting dalam mempengaruhi kualitas hidup orang tua. Dukungan sosial sangat penting untuk membantu orang tua menghadapi tantangan dalam merawat anak dengan disabilitas.
28	Singh, K. K., & Kumar, A. (2022). <i>Chettinad Health City Medical Journal</i> , 11(03), 23–29.	Resilience in Mothers having Children with Disabilities	Kuantitatif	Resiliensi para ibu yang membesarkan anak-anak dengan beragam kondisi, mulai dari disabilitas fisik, disabilitas intelektual, hingga perkembangan normal. Resiliensi para ibu mengenai kepercayaan diri, pengelolaan emosi, dukungan sosial, serta perencanaan masa depan, sangat bervariasi tergantung pada kondisi anak yang diasuh. Dukungan sosial penting untuk meningkatkan resiliensi bagi ibu.
29	Wei, W., Dong, L., Ye, J., & Xiao, Z. (2024). <i>Frontiers in Psychiatry</i> , 15, 1–8.	Current status and influencing factors of family resilience in families of children with epilepsy: a cross-sectional study	Kuantitatif	Tingkat resiliensi di atas level menengah dengan empat faktor berpengaruh signifikan: dukungan subjektif dan objektif sebagai faktor pelindung, sedangkan penyakit penyerta dan depresi orangtua sebagai faktor kerentanan. Penting bagi tenaga kesehatan mengembangkan intervensi yang meningkatkan dukungan sosial, mengurangi depresi orangtua, dan melakukan skrining dini untuk penyakit penyerta guna memperkuat resiliensi keluarga secara keseluruhan.
30	Suzuki, K.,	A Framework for	Review	Mengasuh anak dengan

	Kobayashi, T., Moriyama, K., Kaga, M., & Inagaki, M. (2013). <i>Asian Journal of Human Services</i> , 5(0), 104–111.	Resilience Research in Parents of Children with Developmental Disorders	literatur.	gangguan perkembangan bisa menyebabkan stres tinggi namun banyak orangtua tetap bisa beradaptasi dengan baik. Resiliensi orangtua dipengaruhi oleh faktor internal seperti cara berpikir positif, keterampilan mengatasi masalah dan faktor eksternal seperti dukungan dari keluarga dan lingkungan.
--	--	---	------------	--

Berdasarkan analisis terhadap 30 hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus merupakan kapasitas dinamis yang terbentuk melalui interaksi antara berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang dominan mencakup kemampuan mengelola emosi, berpikir positif, rasa syukur, religiusitas, dan makna hidup yang mendalam atas peran sebagai orang tua. Sementara itu, faktor eksternal yang berpengaruh meliputi dukungan sosial dari keluarga, teman, komunitas, dan institusi pendidikan atau layanan kesehatan. Resiliensi terbukti memiliki peran penting dalam menurunkan tingkat stres pengasuhan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu, serta berdampak positif terhadap kualitas hidup keluarga secara keseluruhan. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa karakteristik anak, seperti jenis dan tingkat keparahan disabilitas, memengaruhi beban psikologis ibu, namun bukan menjadi penentu utama resiliensi. Nilai-nilai budaya dan kepercayaan agama turut memberikan kerangka makna yang memperkuat daya tahan ibu dalam menghadapi tantangan. Selain itu, partisipasi dalam program intervensi berbasis komunitas, konseling, maupun edukasi parenting di sekolah inklusi juga terbukti efektif dalam mendukung ketangguhan ibu. Dengan demikian, upaya kolaboratif yang melibatkan keluarga, masyarakat, dan lembaga profesional sangat dibutuhkan untuk menciptakan ekosistem yang kondusif dalam membangun dan mempertahankan resiliensi ibu secara berkelanjutan.

2. Pembahasan

Resiliensi pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus adalah kemampuan untuk bangkit, beradaptasi, dan tetap produktif di tengah tantangan pengasuhan. Analisis 30 studi menunjukkan bahwa resiliensi ini dibangun melalui dukungan sosial, penerimaan diri, strategi pengelolaan stres, faktor internal seperti kepercayaan diri dan religiusitas, serta faktor eksternal berupa dukungan institusional. Budaya dan kepercayaan juga memengaruhi cara ibu memaknai pengalaman mereka. Setiap penelitian mencerminkan pendekatan berbeda, tergantung konteks budaya, ekonomi, dan jenis kebutuhan khusus anak. Rincian temuan penting dari setiap penelitian sebagai berikut:

a. Faktor Internal Ibu

Optimisme, religiusitas, dan kebermaknaan hidup menjadi sumber utama dalam membangun ketahanan diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil penelitian Zai et al. (2024) mengemukakan bahwa ibu yang mampu menemukan makna dalam pengalaman mereka serta mengandalkan kekuatan spiritual cenderung lebih tangguh dalam menghadapi tantangan. Selain itu, kemampuan mengelola emosi dan berpikir positif juga terbukti berperan penting dalam membantu ibu mengatasi perasaan kecewa, marah, atau malu atas kondisi anak (Astria & Setyawan, 2020).

b. Peran Dukungan Sosial

.....

Dukungan sosial dari berbagai pihak seperti keluarga inti, kerabat, sekolah, dan komunitas terbukti secara signifikan meningkatkan resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil penelitian Zhao et al. (2021) menegaskan pentingnya dukungan ini sebagai faktor penguat dalam menghadapi tantangan pengasuhan. Semakin kuat jaringan dukungan sosial yang dimiliki, semakin rendah tingkat stres yang dialami ibu dan semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis mereka (Anggraeni et al., 2025).

c. Hubungan Resiliensi dengan Stres dan Kesejahteraan

Penelitian menunjukkan bahwa resiliensi ibu berkorelasi negatif dengan tingkat parenting stress dan berkorelasi positif dengan psychological well-being. Hasil penelitian Ali dan Ariana (2022) mengemukakan bahwa ibu yang memiliki tingkat resiliensi tinggi cenderung mengalami tingkat stres yang lebih rendah dalam pengasuhan serta kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Selain itu, semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki, semakin baik pula kualitas hidup ibu dan keluarganya (Fereidouni et al., 2021).

d. Pengaruh Karakteristik Anak

Jenis kebutuhan khusus yang dimiliki anak turut mempengaruhi tingkat stres dan resiliensi orang tua. Hasil penelitian Aprillia et al. (2025) mengemukakan bahwa orang tua dari anak dengan autisme sering menghadapi tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua anak dengan kebutuhan khusus lainnya. Namun demikian, penelitian McConnell et al. (2014) mengemukakan bahwa tantangan emosional terbesar tidak hanya berasal dari kondisi medis, melainkan lebih dipengaruhi oleh masalah perilaku berat yang ditunjukkan oleh anak.

e. Faktor Budaya dan Agama

Budaya dan agama memegang peran penting dalam membentuk resiliensi ibu. Kepercayaan terhadap rencana Tuhan serta penerimaan religius telah membantu banyak ibu dalam mengelola stres dan menemukan makna hidup di tengah tantangan pengasuhan, seperti yang diungkapkan oleh Zai et al. (2024). Dalam konteks budaya Asia, nilai kekeluargaan yang kuat, seperti di Korea Selatan dan Indonesia, memberikan fondasi penting dalam mendukung daya tahan keluarga dalam menghadapi tekanan (Widyawati et al., 2023).

f. Program dan Intervensi Dukungan

Program-program dukungan seperti sosialisasi, konseling, dan seminar parenting yang diselenggarakan di sekolah-sekolah inklusi terbukti mampu meningkatkan subjective well-being serta resiliensi orang tua. Hasil penelitian Idhartono dan Hidayati (2024) mengemukakan bahwa partisipasi dalam program semacam ini memberikan dampak positif pada kesejahteraan psikologis ibu. Selain itu, intervensi berbasis komunitas atau pendekatan keagamaan juga efektif dalam meningkatkan kemampuan coping ibu dalam menghadapi berbagai tantangan (Flores-Buils & Andrés-Roqueta, 2022).

KESIMPULAN

Resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus bukanlah sesuatu yang bersifat bawaan, melainkan kemampuan yang dapat dibangun dan dikembangkan seiring waktu. Proses ini terjadi melalui berbagai faktor pendukung, seperti adanya dukungan sosial yang kuat, pemaknaan ulang terhadap situasi sulit, serta penerapan strategi coping yang adaptif. Penguatan aspek internal, seperti religiusitas, optimisme, dan rasa syukur, juga menjadi fondasi penting dalam membentuk ketahanan diri ibu dalam menghadapi tantangan pengasuhan. Dalam membangun resiliensi, faktor eksternal seperti dukungan keluarga, dukungan dari sekolah, dan keterlibatan komunitas berinteraksi secara dinamis dengan faktor internal seperti penerimaan diri dan kekuatan spiritual. Hubungan timbal balik ini memperkuat daya tahan emosional ibu dalam jangka panjang. Oleh karena itu, program dukungan sosial dan edukasi menjadi sangat krusial, bukan hanya untuk

.....

membantu ibu dalam mengurangi tingkat stres, tetapi juga untuk meningkatkan kualitas hidup mereka dan anak-anak mereka secara berkelanjutan. Upaya kolaboratif dari keluarga, institusi pendidikan, komunitas, serta tenaga profesional diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan resiliensi ini secara optimal.

Untuk memperkuat resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, disarankan agar program intervensi mengintegrasikan pendekatan budaya dan religius sesuai dengan konteks komunitas setempat. Diperlukan juga penelitian longitudinal guna memahami perubahan dinamika resiliensi ibu seiring bertambahnya usia anak. Selain itu, pengembangan komunitas support group berbasis lokal penting untuk memperkuat jejaring sosial orang tua. Terakhir, melibatkan ayah dan anggota keluarga lainnya perlu ditingkatkan, agar dukungan keluarga menjadi lebih menyeluruh dan efektif.

DAFTAR REFERENSI

- Ali, N., & Ariana, A. D. (2022). Hubungan resiliensi dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak GSA (Gangguan Spektrum Autisme) di UPTD anak berkebutuhan khusus Sidoarjo. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 10, 1–9.
- Anggraeni, N. V., Suroso, & Arifiana, A. Y. (2025). Peranan Resiliensi pada Penerimaan Diri Orang Tua yang Memiliki Anak ASD. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01), 281–286.
- Aprillia, S. A., Meiyuntariningsih, T., & Ramadhani, H. S. (2025). Resiliensi dan Dukungan Sosial: Strategi Mengurangi Parenting Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(1), 157–165.
- Astria, N., & Setyawan, I. (2020). Studi Fenomenologi Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Autisme. *Jurnal EMPATI*, 9(1), 27–46. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.26918>
- Asyifa, H. N., & Yusuf, U. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi ibu yang memiliki anak cerebral palsy (Studi Pada Ibu yang Memiliki Anak Cerebral Palsy di SLB-D YPAC Bandung). *Prosiding Psikologi*, 3(2), 989–996.
- Choi, E. K., Riper, M. Van, Jang, M., & Han, S. W. (2018). Adaptation and resilience in families of children with spina bifida in South Korea. *Rehabilitation Nursing*, 43(6), 343–350. <https://doi.org/10.1097/rnj.0000000000000200>
- Dewi, C. P. D. C., & Widiyasavitri, P. N. (2019). Resiliensi ibu dengan anak autisme. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 193–206. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i01.p19>
- Dürr, E., & Greeff, A. (2020). Resilience Characteristics Of Families With Children With Severe Or Profound Intellectual Disability. *Social Work (South Africa)*, 56(2), 220–234. <https://doi.org/10.15270/56-2-822>
- Edyta, B., & Damayanti, E. (2016). Gambaran Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Autis Di Taman Pelatihan Harapan Makassar. *Jurnal BIOTEK*, 4(2), 211–230. <https://doi.org/10.24252/jbiotek.v4n2a2016.211-230>
- Fereidouni, Z., Kamyab, A. H., Dehghan, A., Khiyali, Z., Ziapour, A., Mehedi, N., & Toghroli, R. (2021). A comparative study on the quality of life and resilience of mothers with disabled and neurotypically developing children in Iran. *Heliyon*, 7(6), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07285>
- Flores-Buils, R., & Andrés-Roqueta, C. (2022). Factors influencing resilience of parents with children with neurodevelopmental disorders: The role of structural language, social cognition, and social support. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 01–12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.886590>
- Idhartono, A. R., & Hidayati, N. (2024). Dinamika Subjective Well-Being dan Resiliensi Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Inklusi. *DIDAKTIKA: Jurnal Kependidikan*,

- 13(1), 417–426. <https://jurnaldidaktika.org>
- Kavaliotis, P. (2017). Investigation of the Correlation of Family Resilience of Parents with a Child with Autism Spectrum Disorders, Parenting Stress and Social Support. *International Journal of Psychological Studies*, 9(2), 1–15.
- Kavaliotis, P. (2017). Religion and Resilience of Parents with a Child with Autism Spectrum Disorders. *International Journal of Psychological Studies*, 9(2), 16–25.
- Lestari, F. A., & Mariyati, L. I. (2015). Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Down Syndrome Di Sidoarjo. *Psikologia*, 3(1), 141–155.
- McConnell, D., Savage, A., & Breitreuz, R. (2014). Resilience in families raising children with disabilities and behavior problems. *Research in Developmental Disabilities*, 35(4), 1–16. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.01.015>
- Muniroh, S. M. (2010). Dinamika Resiliensi Orang Tua Anak Autis. *Jurnal Penelitian*, 7(9), 1–11.
- Purwanti, D. A., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Psychological Well- Being Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Gangguan Autis. *Jurnal Empati*, 7(1), 283–287. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20219>
- Qintari, A. A., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi ibu single parent dengan anak autism. *Jurnal Psikologi Unesa*, 8(1), 197–211. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41766>
- Rahayu, E. W. (2019). Resiliensi Pada Keluarga Yang Mempunyai Anak Disabilitas: Review. *Psikovidya*, 23(1), 22–45. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v23i1.126>
- Ramadhani, F. Y. N., Kharisma, N. A., Yanti, N. D., & Minsih. (2025). Peran Orang Tua Dalam Memahami Resiliensi Dan Tantangan Anak Berkebutuhan Khusus Dalam Pendidikan. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*, 9(1), 123–134.
- Savari, K., Naseri, M., & Savari, Y. (2021). Evaluating the Role of Perceived Stress, Social Support, and Resilience in Predicting the Quality of Life among the Parents of Disabled Children. *International Journal of Disability, Development and Education*, 70(5), 644–658. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2021.1901862>
- Savitri, A. H., & Siswati. (2018). Interpretative Phenomenological Analysis Tentang Resiliensi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autisme. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 438–449. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21718>
- Singh, K. K., & Kumar, A. (2022). Resilience in Mothers having Children with Disabilities. *Chettinad Health City Medical Journal*, 11(03), 23–29. <https://doi.org/10.24321/2278.2044.202225>
- Sovitriana, R., & Putri, A. (2020). Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Down Syndrome. *Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 206–209. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v3i1.118>
- Suzuki, K., Kobayashi, T., Moriyama, K., Kaga, M., & Inagaki, M. (2013). A Framework for Resilience Research in Parents of Children with Developmental Disorders. *Asian Journal of Human Services*, 5(0), 104–111. <https://doi.org/10.14391/ajhs.5.104>
- Wei, W., Dong, L., Ye, J., & Xiao, Z. (2024). Current status and influencing factors of family resilience in families of children with epilepsy: a cross-sectional study. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1354380>
- Widyawati, Y., Scholte, R. H. J., Kleemans, T., & Otten, R. (2023). Parental Resilience and Quality of Life in Children with Developmental Disabilities in Indonesia: The Role of Protective Factors. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 35(5), 743–758. <https://doi.org/10.1007/s10882-022-09878-1>
- Zai, S., Kusumo, Y. S. S., & Zai, S. (2024). Membangun Resiliensi Spiritual Kristen Pada Anak

Berkebutuhan Khusus Ditinjau Dari Pandangan Teologi Disabilitas. *Jurnal Silih Asuh : Teologi Dan Misi*, 1(2), 111–124.

Zhao, M., Fu, W., & Ai, J. (2021). The Mediating Role of Social Support in the Relationship Between Parenting Stress and Resilience Among Chinese Parents of Children with Disability. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(10), 3412–3422. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04806-8>
