

*Psychological Well-Being of Parents Who Have Special Needs Children and Attend Special Schools: A Qualitative Study*

**Kesejahteraan Psikologis Orangtua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus dan Bersekolah di Sekolah Luar Biasa : Sebuah Studi Kualitatif**

Nurfi Laili <sup>1)</sup>, Zaki Nur Fahmawati <sup>2)</sup>, Ramon Ananda Paryontri <sup>3)</sup>  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

**Abstract.** *Students with special needs are one of the conditions of a child who has different needs from other normal children. This condition of special needs, of course, makes the child also requires special handling and care processes from parents and teachers in educational institutions. On the other hand, parents as the center of parenting process are required to have a good capacity for psychological well-being, so that they can provide the right parenting process and develop the best potential of these special children. The purpose of this study was to identify the characteristics of the psychological well-being of parents who have children with special needs. Identification was carried out through in-depth interviews with several parents of children with special needs who attend SLB 'Aisyiyah Tulangan. The results of the interview show that parents have shown several characteristics of psychological well-being, namely in the aspects of self-acceptance, autonomy, environmental mastery and positive relationships with others.*

**Keywords:** *psychological well-being, parents, special children, inclusion school*

**Abstrak.** Siswa berkebutuhan khusus merupakan kondisi seorang anak yang memiliki kebutuhan yang berbeda dari anak normal yang lainnya. Kondisi kebutuhan khusus ini menjadikan anak tersebut juga membutuhkan penanganan dan proses pengasuhan yang khusus dari orangtua maupun guru yang ada di institusi pendidikan. Di sisi lain, orangtua sebagai pusat pengasuhan dituntut memiliki kapasitas kesejahteraan psikologis yang baik, sehingga ia dapat memberikan proses pengasuhan yang tepat dan dapat mengembangkan potensi terbaik dari anak-anak istimewa ini. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah mengidentifikasi karakteristik kondisi kesejahteraan psikologis orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Identifikasi dilakukan melalui teknik depth interview kepada beberapa orangtua anak berkebutuhan khusus yang bersekolah di SLB 'Aisyiyah Tulangan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa orangtua sudah menunjukkan beberapa karakteristik dari kesejahteraan psikologis, yaitu pada aspek penerimaan diri, autonomi, penguasaan lingkungan dan hubungan positif dengan orang lain

**Kata kunci:** kesejahteraan psikologis, orangtua, anak berkebutuhan khusus, sekolah luar biasa

## 1 Pendahuluan

Setiap orangtua pasti menginginkan kehadiran buah hati dalam kondisi sehat wal afiat baik secara fisik maupun psikologis. Namun pada kenyataannya, ada beberapa orangtua yang diberikan amanah anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus dalam proses tumbuh kembangnya. Kebutuhan khusus yang terjadi pada anak-anak merujuk pada anggapa bahwa anak tersebut memiliki kondisi kelainan ataupun ketidaksesuaian kondisi dan perilaku dari kebanyakan anak-anak sesuai dengan usianya[1].

Jumlah anak berkebutuhan khusus di Indonesia tercatat mencapai angka 1,6 juta anak di tahun 2017 menurut hasil survey dari Badan Pusat Statistik (BPS). Dan per tahun 2021 tercatat 110 kasus kekerasan pada anak-anak

berkebutuhan khusus dari total 1.355 kasus anak yang dilaporkan kepada KPPA ([www.tempo.co.id](http://www.tempo.co.id)). Dari tahun 2014 hingga 2017 juga tercatat beberapa kasus kekerasan anak berkebutuhan khusus yang dilakukan oleh orangtua.

Permasalahan kekerasan pada anak-anak berkebutuhan khusus yang dilakukan oleh orangtua menunjukkan ada masalah pada proses komunikasi dan relasi antara orangtua dan anak. Munculnya perasaan malu atas kondisi anak yang terlahir cacat, ternyata menjadi isu utama yang dialami orangtua anak berkebutuhan khusus [2] Masalah lainnya yang kerap kali dialami oleh keluarga dengan anak berkebutuhan khusus adalah kondisi finansial keluarga yang menjadi terganggu akibat banyaknya biaya yang harus dikeluarkan oleh orangtua dalam proses pemeriksaan dan penanganan anaknya yang berkebutuhan khusus. Ini semua menjadi sumber stress dan beban psikologis pula bagi orangtua. Di sisi yang lain orangtua memiliki tanggung jawab untuk bisa mengasuh dan mendidik anak-anak ini menjadi pribadi yang mandiri serta menyesuaikan diri di tengah lingkungannya. Kondisi-kondisi ini tentu berpengaruh pada kondisi kesejahteraan psikologis orangtua [3], [4]

Penelitian yang dilakukan Jones (2011 dalam [3]) memaparkan hasil bahwa ibu dengan anak berkebutuhan khusus memiliki tingkat kesehatan mental, kualitas hidup dan kesehatan fisik yang rendah. Dan tingkat stress juga lebih tinggi dialami oleh ibu yang anaknya punya gangguan fisik seperti cerebral palsy ataupun yang punya kondisi hambatan perkembangan lain. Kondisi semacam ini memungkinkan dialami oleh orangtua anak berkebutuhan khusus karena orangtua merasa dihakimi oleh lingkungan sekitarnya, serta merasa bahwa tidak ada orang lain yang memahami kondisi mereka dengan baik. Hal ini menjadikan munculnya rasa terpisah dari dunia sosial sehingga membuat orangtua terasing dan merasakan perasaan sepi [3]

Berdasarkan wawancara awal kepada partisipan, peneliti mendapatkan informasi bahwa partisipan memiliki anak dengan kebutuhan khusus yang sudah terdeteksi sejak usia dini. Namun selama proses kehamilan tidak mengalami permasalahan yang mengarah pada munculnya hambatan perkembangan pada janin yang dikandung. Sehingga saat perkembangan anak tersebut mengalami hambatan, terdapat fase penolakan yang dialami oleh partisipan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan kondisi kesejahteraan psikologis orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan harus bersekolah di sekolah luar biasa.

## 2 Metode Penelitian

Metode penelitian ini adalah metode kualitatif dengan model pendekatan studi kasus. Studi kasus (*case study*) adalah sebuah model yang memfokuskan eksplorasi “sistem terbatas” (*bounded system*) atas satu kasus khusus ataupun pada sebagian kasus secara terperinci dengan penggalan data secara mendalam. Beragam sumber informasi yang kaya akan konteks dilakukan untuk penggalan data [5]

Prosedur utamanya melibatkan sampling purposeful (untuk memilih kasus yang dianggap penting), yang kemudian dilanjutkan dengan analisis holistik atas kasus tersebut melalui deskripsi detail atas pola- pola, konteks dan setting di mana kasus itu terjadi[5]. Metode pengumpulan data menggunakan metode wawancara mendalam (*in-depth interview*) kepada dua orangtua dari anak berkebutuhan khusus yang bersekolah di sekolah luar biasa.

## 3 Pembahasan

### 3.1. Analisis Data

Teknik analisis data yang akan dilakukan dalam penelitian ini menggunakan Creswell’s Stake [5] mengatakan empat bentuk analisis data beserta interpretasinya dalam penelitian studi kasus, yaitu: (1) Pengumpulan kategori, peneliti mencari suatu kumpulan dari contoh-contoh data serta berharap mendapatkan makna yang relevan dengan isu yang akan muncul; (2) Interpretasi langsung, peneliti studi kasus melihat pada satu contoh serta menarik makna darinya tanpa mencari banyak contoh. Hal ini merupakan suatu proses dalam menarik data secara terpisah dan menempatkannya kembali secara bersama-sama agar lebih bermakna; (3) Peneliti membentuk pola dan mencari kesepadanan antara dua atau lebih kategori. Kesepadanan ini dapat dilaksanakan melalui tabel 2x2 yang menunjukkan hubungan antara dua kategori; (4) Pada akhirnya, peneliti mengembangkan generalisasi naturalistik melalui analisa data, generalisasi ini diambil melalui orang-orang yang dapat belajar dari suatu kasus, apakah kasus mereka sendiri atau menerapkannya pada sebuah populasi kasus.

Pertanyaan wawancara yang ditanyakan kepada partisipan penelitian mengacu pada aspek-aspek kesejahteraan psikologis milik Ryff [6]. Kesejahteraan psikologis menurut Ryff [6] terdiri dari enam aspek yaitu 1). *Autonomy*, 2). *Environmental mastery*, 3). *Personal growth*, 4). *Positive relation with others*, 5). *Purpose in life*, 6). *Self acceptance*.

### 3.2. Hasil dan Pembahasan

Partisipan pertama memiliki inisial ibu S berusia 40 tahun dan memiliki anak perempuan berusia 8 tahun yang mengalami kondisi tuna rungu dan tuna wicara. Anak perempuan ibu S ini baru terdiagnosis mengalami kekhususan saat berusia 3 tahun dengan indikasi perilaku terjadi keterlambatan perkembangan bahasa. Sebelumnya ibu S pada dasarnya sudah menyadari bahwa terjadi keterlambatan perkembangan pada anaknya, namun karena semua keluarga besarnya mengatakan bahwa hal tersebut biasa terjadi di dalam keluarga, maka ibu S tidak menindaklanjuti kecurigaannya tersebut. Selain itu, karena faktor keterbatasan finansial dan kondisi dirinya yang hanya menjadi ibu rumah tangga, menjadikannya tidak bisa berbuat lebih banyak untuk menindaklanjuti kecurigaan atas keterlambatan perkembangan yang dialami putrinya. Kondisi ini menggambarkan aspek *autonomy* yang rendah pada aspek kesejahteraan psikologis menurut Ryff [6]

Keseharian ibu S adalah mengantar jemput anak perempuannya ini untuk melakukan terapi satu kali seminggu dan bersekolah di sekolah luar biasa. Ia mampu menggunakan kendaraan bermotor untuk melakukan aktivitas ini sehingga bisa memanfaatkan waktu dan tenaga yang dimiliki secara efisien. Selama proses terapi pun, ibu S menyatakan bahwa terdapat proses serah terima siswa dari terapis kepada orangtua setiap kali sesi terapi berakhir. Pada sesi ini terapis akan menyampaikan aktivitas apa saja yang bisa dilanjutkan oleh orangtua pada saat di rumah. Sehingga saat tiba waktunya terapi di minggu depan, anak sudah mampu melakukan aktivitas yang diajarkan pada minggu sebelumnya. Ibu S pun menyatakan bahwa ia berupaya untuk bisa melaksanakan tugas aktivitas yang diberikan oleh terapis kepada anaknya saat di rumah. Ia pun bisa menyampaikan perkembangan serta hambatan yang dialami saat melakukan aktivitas tugas tersebut di rumah bersama anaknya. Selain itu, ibu S juga menyukai aktivitas mengobrol bersama ibu-ibu yang lainnya saat proses terapi berlangsung. Ia suka bertanya mengenai apa saja yang orangtua yang lainnya sudah lakukan hingga akhirnya terdapat perkembangan positif pada anak mereka. Karena menurutnya, siapa tahu metode tersebut bisa dicobakan kepada anaknya dan kemudian bisa mendapatkan perkembangan yang positif pula. Kondisi ini menggambarkan aspek *positive relation with others* dan *personal growth* menurut teori Ryff [6] yang sudah berkembang di dalam diri ibu S.

Selama mengasuh anak perempuannya yang berusia 8 tahun, ibu S menyatakan bahwa tidak mengalami kendala yang berarti terutama pada kondisi kebutuhan khusus si anak. Hal ini ia ungkapkan karena menurutnya anaknya ini cukup mandiri untuk bisa melakukan aktivitas bantu diri sehari-hari, seperti misalnya mandi, makan, memakai pakaian, dan aktivitas sederhana lainnya. Anak perempuannya ini menurutnya hanya mengalami hambatan saat memproses informasi yang berupa suara. Sehingga salah satu solusi yang ia terapkan pada sang anak adalah memasang alat bantu dengar. Namun karena keterbatasan finansial, sehingga proses terapi saat memasang alat bantu dengar ini tidak dilaksanakan dengan baik. Akibatnya saat ini ananda tidak nyaman dalam menggunakan alat bantu dengar pada kesehariannya. Ibu S menyatakan bahwa ia memang membutuhkan waktu untuk bisa menerima kondisi anaknya tersebut. Akan tetapi saat ini ia sudah bisa menerima sepenuhnya apapun kondisi anaknya. Gambaran perilaku yang ditampilkan ibu S ini bisa dinyatakan bahwa ia sudah mengembangkan aspek *self acceptance* menurut teori Ryff [6]

Partisipan kedua adalah ibu W yang berusia 45 tahun dan memiliki anak perempuan berusia 14 tahun. Anak perempuan ibu W ini mengalami kondisi tuna netra dan ada hambatan perkembangan fisik yang dialaminya sehingga menjadikannya butuh bantuan untuk berjalan dan bergerak. Anak perempuan ibu W ini lahir dalam kondisi premature yaitu pada usia janin 5 bulan. Kondisi premature ini menjadikannya harus tetap dirawat di rumah sakit selama 3 bulan pasca dilahirkan secara normal. Pada usia 4 bulan terdapat permasalahan pada saluran pernapasannya sehingga mengharuskannya mengalami tindakan induksi oksigen ke dalam paru-parunya. Tindakan ini diprediksi dokter akan mengakibatkan kerusakan pada saraf matanya. Ibu W dan suami pun pasrah bahkan sempat menyatakan bahwa ia merelakan apabila bayinya tersebut meninggal karena memang kondisinya yang terlampau lemah.

Namun ternyata bayi tersebut bertahan dan menjadikan ibu W kembali menemukan harapan untuk mempertahankan kehidupan anaknya. Kondisi ini menurut Schwartz & Hadar (2007) dalam [2] termasuk kondisi yang menumbuhkan *sense of self*, sehingga bisa membawa dampak perasaan gembira dan ceria selama mengasuh anaknya yang berkebutuhan khusus. Selain itu, menurut Ryff [6] kondisi ini juga menimbulkan tujuan hidup yang baru bagi ibu W sehingga ia bisa menjalani hidup dengan lebih bermakna.

Selama mengasuh anak perempuannya yang mengalami kondisi tuna netra, ibu W menyatakan bahwa ia dan suami telah menjual 2 rumah dan 1 mobil untuk membiayai biaya perawatan dari mulai anak perempuan tersebut lahir, mengalami operasi dua kali saat berumur 4 bulan hingga saat ini harus menjalani rangkaian perawatan fisik dan terapi psikologis. Selama mengalami kondisi tersebut, ibu W menyatakan bahwa itu semua hasil kerja kerasnya dan suami. Ia tidak pernah menerima bantuan finansial maupun dukungan moral dari pihak keluarga besarnya. Ia merasa sendirian dalam menjalani kehidupannya mengasuh anak perempuan istimewanya tersebut. Ia pun sempat menghujat Tuhan dan bertanya mengapa hidupnya begitu berat dan tidak seperti kehidupan orang-orang lain pada umumnya. Ia membutuhkan waktu beberapa tahun agar bisa menerima kondisi putrinya dan kenyataan hidup yang harus ia hadapi. Hingga akhirnya saat ini ia bisa tetap berdiri di atas kakinya sendiri dalam membiayai kehidupan dan perawatan putri istimewanya tersebut. Kondisi yang dialami ibu W menyatakan bahwa ia sudah mengembangkan rasa *self acceptance* atau penerimaan atas kondisi dirinya sendiri dan mampu untuk berpikir dan mengambil tindakan secara mandiri. Hal ini sejalan dengan aspek *self acceptance* dan *autonomy* pada teori kesejahteraan psikologis Ryff [6].

Ibu W memiliki tiga anak perempuan, dan anak perempuan yang terakhir lah yang mengalami kondisi kekhususan. Dalam mengasuh ketiga anak perempuannya ini, ia selalu berpesan kepada kedua anaknya yang pertama bahwa mereka memiliki adik yang sangat istimewa yang harus mereka jaga bahkan saat kedua orangtuanya sudah meninggal. Ia selalu menekankan kepada kakak-kakaknya tersebut untuk senantiasa menyayangi adik perempuannya hingga nanti mereka sudah menikah. Sehingga ibu W menekankan bahwa pasangan hidup mereka harusnya orang yang juga menyayangi adik perempuan mereka tersebut. Apabila pasangan hidup mereka tidak bisa menyayangi adik mereka, maka lebih baik mencari orang lain saja yang bisa menerima kondisi adik mereka. Hal ini ibu W selalu tekankan agar ia dapat memastikan kesejahteraan kehidupan anak perempuan istimewanya tersebut setelah ia dan suami meninggal kelak. Hal ini pula yang menjadi tujuan utamanya untuk terus giat bekerja dan menyiapkan kehidupan yang layak secara finansial kepada ketiga anaknya tersebut. Ibu W telah menunjukkan sikap yang mengarah pada kejelasan tujuan hidup, dan sesuai dengan gambaran aspek *purpose in life* pada kesejahteraan psikologis menurut teori Ryff [6]

#### 4 Kesimpulan

Partisipan ibu S saat ini telah mengembangkan kemampuan penerimaan diri dan kondisi atas anak perempuannya yang mengalami kebutuhan khusus tuna rungu dan tuna wicara. Selain itu, ia pun berupaya untuk terus bisa menjalin relasi positif dengan terapis, guru di SLB ataupun sesama orangtua anak berkebutuhan khusus. Hal ini bertujuan agar ia bisa belajar metode penanganan yang telah mereka lakukan dan mencobanya kepada anak perempuannya tersebut. Sehingga bisa saja memberikan perkembangan yang positif pada diri anaknya. Keinginannya untuk terus belajar hal baru menggambarkan bahwa ia memiliki rasa pengembangan diri yang terus ia upayakan untuk dilakukan. Hanya saja, dalam mengambil tindakan mandiri, ibu S masih banyak tergantung kepada suami dan keluarganya. Hal ini dikarenakan ia kurang mandiri secara finansial dan cenderung bergantung kepada kondisi finansial suami dan keluarganya. Sehingga semua tindakan bagi anaknya haruslah sesuai persetujuan dari suami dan keluarganya.

Partisipan ibu W saat ini sudah menampilkan perilaku yang mengarah pada kebermaknaan kehidupan. Ia memiliki tujuan hidup yang jelas sehingga membuatnya memiliki semangat untuk terus bekerja agar kehidupan keluarganya lebih layak dan sejahtera secara finansial. Kesibukannya dalam bekerja menjadikannya kurang memiliki waktu untuk bisa menjalin relasi dengan banyak orangtua siswa berkebutuhan khusus yang lain. Namun ia tetap bisa menjalin relasi yang baik dengan guru di SLB ataupun terapis yang menangani putrinya selama ini. Ia merupakan sosok yang mandiri secara finansial, sehingga membuatnya berani mengambil tindakan mandiri dalam proses perawatan fisik maupun psikologis putrinya. Latar belakang keluarga yang kurang harmonis dan kenyataan pahit mengenai kondisi fisik putrinya membuatnya butuh waktu panjang agar bisa menerima kondisi tersebut dengan lebih ikhlas. Ia pun pernah menghujat Tuhan namun kemudian berakhir dengan proses penerimaan diri yang lebih dalam dan akhirnya menemukan tujuan hidupnya.

## 5 Ucapan terima kasih

Terima kasih diucapkan kepada Allah SWT, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo khususnya Direktorat Riset dan Pengabdian kepada Masyarakat, Pimpinan Wilayah 'Aisyiyah Jawa Timur, Orangtua Siswa SLB 'Aisyiyah Tulangan Kabupaten Sidoarjo, dan Dekanat Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan. Kegiatan riset dasar institusi ini tentu tidak lepas dari kekurangan dalam pelaksanaannya, yang mana akan digunakan sebagai evaluasi untuk pelaksanaan kegiatan-kegiatan berikutnya.

## Referensi

- [1] E. Budiarti and M. Hanoum, "Koping stres dan dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus," *SOUL J. Ilm. Psikol.*, vol. 11, no. 1, pp. 44–61, 2019, [Online]. Available: <http://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/soul/article/view/2158>.
- [2] E. A. Yudiati and E. Rahayu, "Kesejahteraan psikologis pada orangtua anak berkebutuhan khusus ditinjau dari kebersyukuran dan tingkat resiliensi," Semarang, 2021.
- [3] N. Hidayati, "Dukungan sosial bagi keluarga anak berkebutuhan khusus," *Insan*, vol. 13, no. 01, pp. 12–20, 2011.
- [4] K. S. Dewi, *Buku ajar kesehatan mental*, 1st ed. Semarang: UPT UNDIP Press Semarang, 2012.
- [5] J. W. Creswell, *Penelitian kualitatif & desain riset*, Indonesia., vol. 1, no. 1. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- [6] C. D. Ryff and C. L. M. Keyes, "The structure of psychological well-being revisited," *J. Pers. Soc. Psychol.*, vol. 69, no. 4, pp. 719–727, 1995, doi: 10.1037/0022-3514.69.4.719.