

Proses Penerimaan Diri Seorang Ibu Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus: Perspektif Kualitatif

Nur Shofiyah Jafni¹, Nur Indah Nabila²

^{1,2}Program Magister Pascasarjana Psikologi, Universitas Negeri Makassar
E-mail: nurshofiyahj@gmail.com¹, nurindahnabila96@gmail.com²

Article History:

Received: 25 November 2024

Revised: 30 November 2024

Accepted: 07 Desember 2024

Keywords:

Anak Berkebutuhan Khusus, Ibu, dan Penerimaan Diri

Abstract: Tidak semua anak dilahirkan dan tumbuh dalam keadaan normal. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus lebih banyak menghadapi tantangan dibanding ibu yang memiliki anak normal. Penerimaan diri seorang ibu sangat penting dalam mempersiapkan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Dalam mencapai tahap penerimaan, Ibu akan mengalami beberapa fase. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dengan menggunakan pendekatan penelitian kualitatif studi kasus, penelitian ini melibatkan dua subjek yaitu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan fokus pada pengalaman emosional, tantangan, dan bagaimana para ibu mengatasi situasi tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses penerimaan diri berlangsung dalam beberapa fase, dimulai dari fase denial, fase anger, fase bargaining, fase depression, hingga fase acceptance. Para ibu mengungkapkan perasaan seperti sedih, cemas, frustrasi, sulit, namun seiring waktu, mulai menemukan makna dan kekuatan dalam peran sebagai seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sehingga lebih mengusahakan memberikan perhatian khusus dan support penuh pada anak. Temuan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengetahuan tentang sikap penerimaan diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai anak berkebutuhan khusus dan menjadi pertimbangan dalam sikap penerimaan terhadap mereka.

PENDAHULUAN

Setiap ibu berkeinginan memiliki anak yang sehat fisik dan mental, serta tidak memiliki gangguan atau kelaianan. Namun, tidak semua anak dilahirkan dan tumbuh dalam keadaan normal. Jika keadaan fisik dan psikologis anak yang baru lahir ideal, ibu akan sangat gembira. Di sisi lain,

ibu akan merasakan kesedihan jika anaknya terlahir cacat fisik atau mengalami hambatan pada tumbuh kembang anak (Munisa, Lubis & Nofianti, 2022). Beberapa diantaranya memiliki keterbatasan baik secara fisik maupun psikis, yang telah dialami sejak awal masa perkembangan. Anak berkebutuhan khusus, yaitu anak yang secara bermakna mengalami kelainan atau gangguan fisik (fisik, mental-intelektual, sosial dan emosional) dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain seusianya adalah mereka yang memerlukan pelayanan pendidikan khusus (Faradina, 2016).

Ketika ibu pertama kali mengetahui anaknya memiliki masalah, dia merasa terkejut, sedih, kecewa, bersalah, marah, dan menolak. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menghadapi banyak tantangan sebelum mencapai tahap penerimaan. Kadang-kadang ibu tidak tahu apa yang harus mereka lakukan (Firmawati & Ayu, 2022). Sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Febrianto dan Darmawanti (2016) mengemukakan bahwa kebanyakan ibu memunculkan reaksi tidak percaya ketika anaknya dikatakan memiliki permasalahan pada kondisi fisik maupun kesehatan, terjadi goncangan batin, terkejut, sulit menerima kenyataan yang menimpa anak. Sehingga tidak banyak ibu yang malah melarikan diri dari masalah yang terjadi, hingga berpura-pura bila anak tidak memiliki kekurangan atau yang biasa disebut denial pada kondisi tertentu.

Penerimaan ibu sangat penting untuk mempersiapkan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Ketika ibu dapat menerima keadaan dirinya dengan baik, ibu juga dapat menerima keadaan anaknya yang memiliki kebutuhan khusus. Ibu akan mencari tahu tentang keadaan anaknya dan mempersiapkan secara tepat model pengasuhan yang akan diberikan kepada anaknya yang memiliki kebutuhan khusus untuk memaksimalkan perkembangan dan pertumbuhan anak (Hafizah & Mulyani, 2021).

Penerimaan diri adalah kemampuan untuk menerima diri sendiri, yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, serta pencapaian pribadi, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki (Faradina, 2016). Penerimaan diri adalah proses di mana individu menghargai dirinya sendiri dalam menghadapi situasi yang ada, serta mampu menerima berbagai ketakutan, kekurangan, permusuhan, dan emosi yang muncul, sehingga dapat mencapai ketenangan dan kenyamanan dalam hidup. Sebelum mencapai tahap penerimaan diri, seseorang sering mengalami konflik batin yang intens, yang terlihat dari sikap menolak, ketidakpercayaan, kesedihan, kekecewaan, dan kemarahan terhadap kondisi yang dialami. Penerimaan tidak berarti membiarkan diri terjebak dalam kesedihan yang berkepanjangan, melainkan merupakan langkah awal untuk berdamai dengan diri sendiri, menerima semua kekurangan, keunikan, dan kelebihan dengan penuh lapang dada demi mencapai kehidupan yang bahagia (Wardani, & Aristin, 2023).

Dengan adanya penerimaan, anak akan merasa bahagia, memiliki kepuasan hidup, dan tekanan psikologis yang rendah. Berbeda dengan ibu yang melakukan penolakan, dapat ditandai dengan penarikan kasih sayang, perawatan, kenyamanan, perhatian, pengasuhan, dan dukungan atau cinta yang diberikan kepada anak (Wulandari, 2020). Dewi, Handayani dan Lestari (2024) mengemukakan bahwa penerimaan diri yang baik terjadi apabila ibu mampu memahami keadaan dan menerima kondisi anak yang berbeda dari anak normal lainnya. Penerimaan diri ibu terhadap anak berkebutuhan khusus perlu proses yang panjang, karena faktor ini sangat memengaruhi sikap ibu dalam upaya agar dapat menerima keadaan dan kehadiran anak yang mengalami disabilitas (Tarigan, 2022). Beberapa faktor yang dapat memengaruhi penerimaan diri ibu ABK, antara lain yaitu, pendidikan akhir ibu, dukungan keluarga, dukungan suami, pola asuh keluarga, dan agama (Selvi & Sudarji, 2017).

Kusumastiwi dan Puspita (2021) mengemukakan bahwa permasalahan psikis yang dialami ibu anak berkebutuhan khusus diawali ketika mendapatkan berita buruk mengenai kondisi anak.

Tahapan yang dialami oleh ibu meliputi fase *denial*, fase *anger*, fase *bargaining*, fase *depression*, dan fase *acceptance*. Tahapan tersebut dapat terjadi berulang-ulang dengan adanya stres dalam berbagai aspek kehidupan. Ibu sering menghabiskan waktunya untuk menemani dan merawat tanpa jeda. Kehidupan sosial dan kesenangan pribadi tidak lagi dapat dilakukan. Hal ini dijalani dengan berbagai kekhawatiran terhadap kesehatan dan masa depan anak. Adanya beban finansial yang terjadi akibat besarnya pengeluaran dan penurunan penghasilan akibat salah satu ibu tidak dapat bekerja karena juga merawat stres yang dialami ibu. Kondisi ini semakin kompleks dengan adanya tekanan psikososial dan stigma negatif anak berkebutuhan khusus yang sering mendapatkan label beban sosial dari masyarakat. Tidak jarang ibu merasakan krisis psikologis berupa kecewa, sedih, marah, menyalahkan diri sendiri, frustrasi, dan cemas terhadap masa depan anak.

Penerimaan terhadap anak berkebutuhan khusus penting dilakukan karena anak berkebutuhan khusus memerlukan lebih banyak perhatian dibandingkan anak normal. Dukungan dari keluarga juga akan mempermudah pengasuhan dan berpengaruh pada perkembangan anak menjadi lebih baik. Sebaliknya, ibu yang tidak melakukan penerimaan diri terhadap anak berkebutuhan khusus akan berpengaruh pada tumbuh kembang anak. Ibu yang belum bisa berdamai dengan kondisi anak, maka akan merasa kecewa, malu, bahkan tidak mengakui keberadaan anaknya yang berbeda dengan anak normal lainnya (Nurhalisa & Karyani, 2024). Hal ini merupakan hal yang wajar, namun jika tidak ditangani maka akan memberikan efek berkepanjangan yang membuat ibu menjadi semakin tertutup terhadap kondisi anak, yang akhirnya akan berdampak buruk pada perkembangan anak (Putri & Lutfianawati, 2021).

Hasil penelitian Wardani & Atristin (2023) menunjukkan bahwa setiap ibu ABK telah melalui proses penerimaan diri yang baik. Ibu ABK biasanya melalui tahap-tahap berikut: penolakan, marah, tawar menawar dengan Tuhan, depresi, dan akhirnya menerima. Namun, tidak semua ibu melewati tahap ini, karena setiap ibu memiliki proses penerimaan mereka sendiri, ada yang tidak membutuhkan waktu yang lama, dan ada yang membutuhkan waktu yang cukup lama. Hasil penelitian Partini, Yuwono, Amini, Salma, & Sumarno (2023) menunjukkan bahwa penerimaan diri Ibu anak berkebutuhan khusus diprediksi oleh kebersyukuran dan kesabaran. Kebersyukuran lebih banyak mempengaruhi penerimaan diri daripada kesabaran. Untuk mendorong pola berpikir dan perilaku ibu anak berkebutuhan khusus yang lebih bersyukur dan lebih sabar untuk menerima kondisi anaknya yang berkebutuhan khusus, disarankan agar sosialisasi dan konseling yang dilakukan oleh spesialis dalam topik ini dilanjutkan. Proses penerimaan diri ibu yang memiliki anak tunanetra terdiri dari beberapa tahapan, menurut hasil analisis yang telah dilakukan oleh Adianty & Savira (2024). Dalam penelitian ini, kedua pasang responden hanya melewati tiga tahapan penerimaan diri: penolakan, depresi, dan penerimaan. Beberapa faktor, seperti respons dari lingkungan sekitar, sikap masyarakat yang positif, kesabaran, keyakinan pada takdir Tuhan, peran ibu, dan persepsi ibu terhadap anak, memengaruhi upaya untuk mencapai tahap penerimaan ini.

Tidak semua ibu siswa mampu berada di tahap penerimaan langsung, menurut penelitian dan diskusi. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus harus melakukan banyak hal untuk menerima anak mereka dengan benar dan memberikan kasih sayang mereka yang terbaik. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus harus melalui proses seperti penolakan, marah, depresi, tawar menawar, dan menerima. Hasil penelitian ini memberi tahu pembaca bahwa setiap ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus membutuhkan proses untuk sampai pada kata menerima, dan bahwa banyak orang, terutama keluarga dan lingkungan terdekat, perlu membantu (Yulianti, Setiawati, Hartoyo, Sulistyani, & Asrori, 2023).

Penelitian ini penting dilakukan karena anak berkebutuhan khusus memerlukan lebih banyak

perhatian dibandingkan anak normal lainnya. Apabila didalam keluarga terdapat penerimaan terhadap anak berkebutuhan khusus, maka akan mempermudah pengasuhan dan memengaruhi perkembangan anak menjadi lebih baik. Sebaliknya, jika terdapat penolakan terhadap anak maka akan menghambat tumbuh kembang mereka. Hal ini dikarenakan anak tidak mendapatkan secara maksimal perhatian dan perlakuan yang baik dari ibu.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana proses penerimaan diri yang dilakukan seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan proses penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Penelitian ini memiliki dua jenis manfaat, yaitu manfaat teoritis dan praktis. Manfaat praktisnya adalah agar penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengetahuan tentang sikap penerimaan diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Diharapkan penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai anak berkebutuhan khusus dan menjadi pertimbangan dalam sikap penerimaan terhadap mereka. Sedangkan manfaat teoritisnya adalah untuk memberikan informasi yang berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya mengenai penerimaan diri ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan deskripsi yang telah diuraikan, terdapat pertanyaan penelitian, yaitu bagaimana proses penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Hanurawan (2016) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif dalam psikologi adalah suatu prosedur sistematis untuk mendeskripsikan objek penelitian dengan menggunakan data yang bersifat non-numerik. Penelitian kualitatif diharapkan dapat memberikan gambaran mendalam tentang ucapan, perilaku yang dapat diamati, atau organisasi tertentu dalam konteks tertentu (Rahmat, 2009). Tujuan dari penelitian kualitatif adalah untuk memahami kondisi suatu konteks dengan menyajikan deskripsi rinci mengenai situasi dalam konteks alami (Fadli, 2021).

Pendekatan yang diterapkan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Menurut Hanurawan (2016), studi kasus adalah teknik analisis yang mendalam yang fokus pada unit analisis yang spesifik dan individual. Oleh karena itu, peneliti memilih metode kualitatif dengan jenis studi kasus untuk menggali informasi secara lebih mendalam dan terperinci mengenai proses penerimaan diri seorang ibu terhadap anak berkebutuhan khusus, khususnya anak autisme.

Penerimaan diri dalam penelitian ini merupakan penerimaan diri seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Anak Berkebutuhan khusus dalam penelitian ini merupakan anak yang memiliki kekhususan autisme.

Unit analisis dalam penelitian ini terbagi menjadi dua subjek yaitu, subjek primer dan sekunder. Subjek primer yaitu ibu dari anak autisme. Sedangkan Subjek sekunder (*significant others*) yaitu, ayah yang merupakan suami dari subjek primer. *Significant others* merupakan orang-orang terdekat yang berada dilingkungan individu yang dapat memberikan pengaruh psikologis (Anshar, Jufri, & Halifah, 2020).

Teknik yang digunakan peneliti dalam memilih subjek penelitian adalah menggunakan teknik *purposive sampling*. Creswell (2014) mengemukakan bahwa *purposive sampling* merupakan teknik pemilihan subjek dengan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti. Subjek dalam penelitian ini memiliki karakteristik, yaitu seorang ibu yang memiliki anak autisme, berdomisili Makassar, dan bersedia terlibat dalam penelitian.

Dalam wawancara kualitatif, peneliti melakukan interaksi langsung dengan subjek, di mana jenis wawancara ini memerlukan pertanyaan yang terstruktur secara universal dan bersifat terbuka,

sehingga dapat merangsang pemikiran dan opini dari subjek (Creswell, 2014). Wawancara dalam penelitian kualitatif umumnya memiliki karakteristik yang mendalam, dengan tujuan untuk mendapatkan informasi yang kaya tentang makna subjektif dari pemikiran, keyakinan, persepsi, perilaku, perasaan, motivasi, niat perilaku, dan kepribadian subjek (Hanurawan, 2016). Wawancara yang diterapkan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur, yaitu wawancara di mana peneliti memberikan pertanyaan yang dapat dijawab secara bebas oleh subjek (Bastian, Winardi, & Fatmawati, 2018). Peneliti memilih wawancara semi terstruktur agar dapat melakukan probing dan mengatur diskusi selama wawancara. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan alat tulis dan *tape recorder* untuk mendokumentasikan proses wawancara.

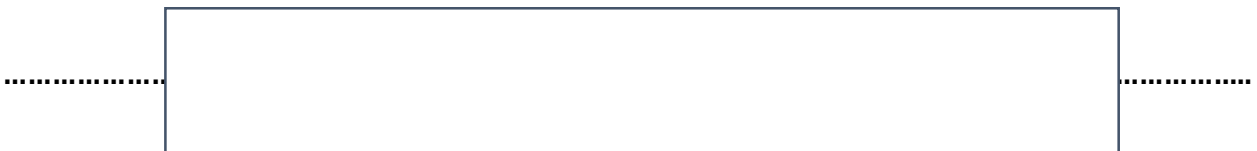
Penggunaan dokumentasi dalam studi kasus berfungsi sebagai pendukung dan menambah bukti dari sumber lain. Jenis informasi yang digunakan mencakup berbagai bentuk dan menjadi objek rencana pengumpulan data yang eksplisit (Yin, 2011). Dalam penelitian ini, dokumentasi yang dimaksud adalah terkait subjek yang akan diteliti, termasuk catatan penting dalam bentuk tulisan atau gambar mengenai kekerasan yang dilakukan oleh subjek.

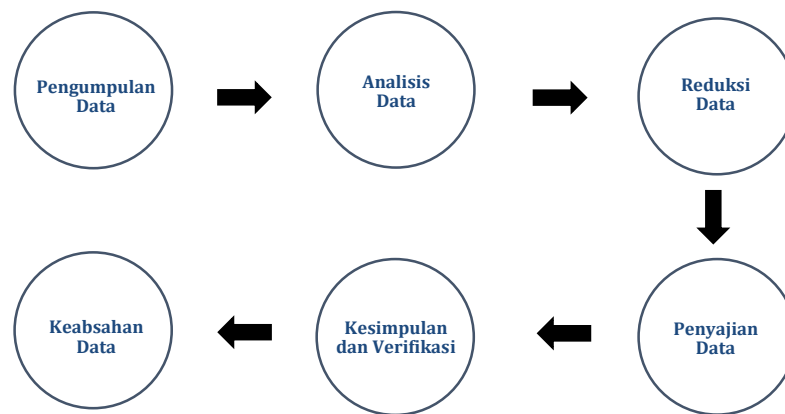
Dalam penelitian ini, teknik yang diterapkan adalah analisis tematik. Braun & Clarke (2006) menyatakan bahwa analisis tematik adalah metode untuk menganalisis data dengan mengidentifikasi pola-pola dan melaporkan temuan tersebut dari data yang telah dikumpulkan.

Dalam penelitian ini, reduksi data digunakan untuk memudahkan akses dan pemahaman terhadap data, dengan memilih elemen-elemen yang utama, serta fokus pada hal-hal penting, tema yang bermakna, dan pola-pola utama. Dengan cara ini, data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan membantu peneliti dalam pengumpulan data selanjutnya serta pencarian informasi jika diperlukan.

Setelah mereduksi data, langkah berikutnya adalah menyajikan data dalam bentuk tabel, deskripsi singkat, bagan, ringkasan proposisi, dan lainnya. Tujuan dari penyajian data ini adalah untuk mendeskripsikan ide-ide utama secara terorganisir dan menggabungkan informasi, sehingga memungkinkan penarikan kesimpulan dan memudahkan analisis terkait dengan permasalahan yang ada di lapangan. Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah langkah terakhir dari model ini, yaitu kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan dalam penelitian adalah interpretasi dari pola-pola yang telah dirumuskan sejak awal selama proses analisis data. Oleh karena itu, diperlukan verifikasi untuk mencapai kesimpulan akhir yang memastikan bahwa prosedur pengambilan kesimpulan dilakukan secara konkret.

Keabsahan data adalah proses untuk menilai apakah temuan yang diperoleh sudah tepat dari perspektif peneliti, subjek, atau pembaca sesuai dengan prosedur yang ditentukan. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan triangulasi sumber data, yaitu dengan memverifikasi informasi dari sumber yang berbeda dan memeriksa bukti yang berasal dari sumber tersebut untuk membangun justifikasi tema secara konsisten (Creswell, 2014).





Gambar 1. Diagram Metode Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil dari data penelitian difokuskan pada proses penerimaan diri seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Informasi diperoleh melalui wawancara langsung kepada subjek dengan mengajukan beberapa pertanyaan yang merupakan penjabaran dari *guide* wawancara berdasarkan fokus penelitian. Kemudian sebagai penguat hasil wawancara penelitian, peneliti menggunakan dokumentasi. Data subjek penelitian diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian

No.	Inisial	Usia	Agama	Pendidikan
1.	E	33 Tahun	Islam	S2
2.	H	35 Tahun	Islam	S1

Penelitian ini melibatkan dua subjek, yaitu ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Masing-masing subjek dipengaruhi dalam beberapa tahapan penerimaan diri. Tahapan pertama, yaitu tahap penolakan. kedua tahap marah, ketiga tahap tawar-menawar, keempat tahap depresi, dan kelima tahap penerimaan. Kelima tahapan ini yang menjadi landasan peneliti untuk dijadikan sebagai pembahasan dalam penelitian.

1. Data Wawancara Subjek

Berdasarkan hasil data wawancara yang dilakukan peneliti, peneliti menemukan tahapan penerimaan diri dimiliki oleh ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. Berikut merupakan hasil penelitian yang didapatkan dari kedua subjek berdasarkan pertanyaan yang telah diajukan dalam penelitian, yaitu:

a. Tahap Penolakan

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada kedua subjek ditemukan bahwa ternyata berbagai faktor penolakan yang mempengaruhi ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) dalam proses penerimaannya. Diantaranya, yaitu karena adanya perasaan kecewa sedih, cemas, dan frustrasi.

Dimana subjek W1 tersebut merasakan duka karena kondisi anaknya. Ini adalah bagian dari penolakan, di mana subjek merasa bahwa situasi ini tidak seharusnya terjadi. Sedangkan subjek W2 mengalami tahap penolakan dalam menghadapi kenyataan bahwa

anaknya memiliki kebutuhan khusus. Kesulitan yang dialami anaknya dalam berinteraksi dan belajar menimbulkan kecemasan dan frustrasi. Rasa tidak berdaya muncul ketika subjek menyaksikan anaknya berjuang dengan aktivitas yang dianggap mudah oleh anak-anak lain seusianya, seperti berbicara atau mengikuti instruksi. Hal ini mencerminkan ketidakmampuan untuk menerima situasi dan harapan yang mungkin tidak terpenuhi, menciptakan konflik emosional di dalam diri subjek.

b. Tahap Marah

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada kedua subjek ditemukan bahwa kedua subjek memiliki tahap marah pada penerimaan dirinya. Dimana subjek W1 mengaku kesulitan, mengekspresikan frustrasi yang mendalam. Ini menunjukkan bahwa ibu merasakan beban emosional yang berat akibat tantangan yang dihadapi. Sedangkan subjek W2 mencerminkan tahap kemarahan yang dialami dalam perjalanan menerima kondisi anak berkebutuhan khusus. Subjek menyadari bahwa perasaan cemas, marah, dan frustrasi adalah bagian dari proses yang harus dilalui dan berusaha untuk menghadapinya.

c. Tahap Depresi

Hasil wawancara dengan kedua subjek menunjukkan bahwa dalam proses penerimaan diri, mereka mengalami tahap depresi. Pada subjek W1 menggambarkan perilaku negatif yang menyadari bahwa perilaku anak sangat menantang, yang dapat mengarah pada perasaan ketidakberdayaan. Rasa kewalahan menjadi ciri khas dari tahap depresi, di mana individu merasa terjebak dalam situasi yang sulit tanpa jalan keluar yang jelas. Kemudian subjek W2 merasakan emosi yang mendalam dan berat, yang sering kali muncul dari harapan dan keinginan untuk melihat anaknya menjalani kehidupan yang lebih "normal".

d. Tahap Tawar-Menawar

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada kedua subjek ditemukan bahwa dalam penerimaan diri, subjek memiliki tahapan tawar menawar. Dimana subjek W1 menunjukkan berusaha untuk menerima kenyataan, tetapi juga mengindikasikan adanya keinginan untuk beradaptasi dan mencari cara untuk mengatasi situasi tersebut. Ini adalah ciri khas dari tahap tawar menawar, di mana seseorang berusaha untuk menemukan jalan tengah. Kemudian subjek W2 menunjukkan usaha untuk menerima kenyataan, meskipun adanya keinginan untuk berada di situasi yang berbeda. Subjek juga mencoba untuk menciptakan perubahan positif dalam hidup anaknya melalui rutinitas yang konsisten. Dengan menetapkan waktu yang teratur untuk berbagai kegiatan, ibu berusaha memberikan rasa kontrol dan kestabilan yang sangat penting bagi emosi anak. Ini mencerminkan keinginan untuk mengatasi ketidakpastian dan tantangan yang ada. Ciri khas dari tahap bargaining ialah seseorang berusaha untuk menemukan solusi.

e. Tahap Penerimaan

Hasil wawancara dengan kedua subjek mengungkapkan bahwa keduanya telah berada difase penerimaan diri. Subjek W1 mulai memahami pentingnya kesabaran dalam mendidik anak. Ini adalah tanda bahwa W1 menerima bahwa pendekatan yang berbeda diperlukan. Subjek W1 menyadari dan menerima bahwa anaknya memiliki kebutuhan unik yang memerlukan pendekatan yang lebih lembut dan bertahap. Subjek W1 juga menunjukkan pengakuan terhadap tantangan yang dihadapi, serta kesiapan untuk menghadapinya dengan ketahanan. Ini adalah tanda penerimaan yang kuat, di mana individu merasa mampu untuk beradaptasi dengan situasi.

Subjek W1 menerima kondisi anak dan berkomitmen untuk memberikan dukungan

yang diperlukan. W1 menunjukkan bahwa mereka menghargai dan memanfaatkan minat anak untuk mendukung perkembangan serta mencerminkan penerimaan terhadap kenyataan bahwa pendekatan pendidikan mungkin perlu disesuaikan.

Subjek W2 mengungkapkan bahwa sudah mulai memahami dan mengakui kenyataan tentang kondisi anaknya, melihatnya sebagai peluang untuk pembelajaran dan pertumbuhan. Subjek W2 menyadari bahwa perjalanan yang dilalui, meskipun penuh tantangan, juga dipenuhi dengan pencapaian kecil yang berarti. Subjek W2 belajar untuk menghargai setiap langkah yang diambil, menjadikan tantangan sebagai bagian dari kehidupan yang memberikan pengalaman. Melalui hubungan dengan anaknya, ibu menemukan pelajaran berharga tentang ketabahan, kasih sayang tanpa syarat, dan pentingnya menghargai momen-momen kecil dalam hidup. Tahap penerimaan ini membawa rasa damai dan optimisme, di mana Subjek W2 dapat melihat potensi dan kekuatan yang ada dalam diri mereka, serta menyadari bahwa mereka adalah individu yang utuh dan berharga, tidak terbatas oleh kondisi yang dihadapi.

Subjek W2 menunjukkan komitmen yang kuat untuk mendukung anaknya melalui berbagai tantangan yang dihadapi. W2 menyadari bahwa kesabaran, empati, dan konsistensi adalah kunci untuk menciptakan lingkungan yang mendukung. Keinginan ibu untuk memberikan ruang bagi anaknya untuk mengekspresikan perasaan, serta dukungan melalui kata-kata yang menenangkan, mencerminkan pemahaman dan penerimaan yang mendalam terhadap kebutuhan emosional anak. Pentingnya memberikan pujian dan penghargaan untuk setiap pencapaian, besar atau kecil, yang membantu membangun kepercayaan diri anak. Dalam tahap penerimaan ini, ibu tidak hanya menerima kenyataan yang ada, tetapi juga aktif berkontribusi pada pertumbuhan dan kesejahteraan anak, merangkul perjalanan mereka dengan harapan dan optimisme.

2. Data Dokumentasi Subjek

Penggunaan dokumentasi dalam penelitian ini sebagai penambah bukti, dalam bentuk gambar mengenai wawancara yang telah dilakukan dengan kedua subjek. Data dokumentasi subjek terdapat pada lampiran.

Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dijelaskan di atas merupakan proses penelitian yang telah dilakukan di lapangan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus mengenai penerimaan diri seorang ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Penelitian yang melibatkan dua orang subjek, yaitu ibu yang memiliki penerimaan diri terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) karena dipengaruhi oleh beberapa hal yang tergolong pada tahapan penerimaan diri.

1. Tahap Penolakan

Beberapa ibu sering kali mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa anak yang mereka kandung dan lahirkan memiliki kebutuhan khusus, yang berbeda dari harapan mereka sebelumnya. Salah satu yang mempengaruhi hal ini adalah tahap penolakan. Tahap penolakan menurut Ross (2005) merupakan tahapan yang dimulai dengan ketidakpercayaan saat menerima diagnosis dari seorang ahli. Selanjutnya, orang tua akan merasakan kebingungan dan sedikit rasa malu terkait kondisi anak mereka, sulit mengakui bahwa hal ini bisa terjadi dalam keluarga. Situasi ini semakin diperburuk jika keluarga tersebut menghadapi tekanan sosial dari lingkungan yang kurang memahami kondisi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Pada tahapan penolakan Subjek W1 dan W2 memenuhi tahapan tersebut. Dimana subjek W1 tersebut merasakan duka

karena kondisi anaknya. Sedangkan subjek W2 mengalami rasa tidak berdaya ketika menyaksikan anaknya berjuang dengan aktivitas yang dianggap mudah oleh anak-anak lain seusianya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Simamora (2019) terkait penerimaan ibu terhadap tunagrahita yang dimana ketiga subjek tersebut melalui tahapan penolakan. Dimana ketiga subjek dalam penelitian tersebut mengalami shock dan tidak percaya juga akan kenyataan yang ada. Hal ini mencerminkan ketidakmampuan untuk menerima situasi dan harapan yang tidak terpenuhi.

2. Tahap Marah

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada kedua subjek ditemukan bahwa kedua subjek memiliki tahap marah pada penerimaan dirinya. Kemudian ketidakpuasan dan ketidakmengertian terhadap perilaku anak. Rasa marah sering kali muncul ketika seseorang merasa bahwa situasi di luar kendali. Sedangkan Subjek W2 merasa ketika berbicara dengan orang lain menjadi salah satu cara untuk meredakan emosi, seperti berbagi dengan pasangan, dapat memberikan rasa lega. Dalam proses ini, Subjek W2 menyadari bahwa di tengah tantangan, anaknya memiliki kekuatan dan potensi yang luar biasa. Meskipun berjuang dengan kemarahan dan frustrasi, dorongan untuk tetap fokus pada kebutuhan anaknya tetap menjadi prioritas.

Berdasarkan penjelasan dari Ross (2005) tahap marah, yang sering kali diarahkan oleh orang tua pada hal-hal yang tidak spesifik. Mereka bisa marah kepada dokter yang memberikan diagnosis, menyalahkan diri sendiri, atau melampiaskan kemarahan kepada orang lain. Contoh lain dari kemarahan ini juga bisa berupa penolakan untuk merawat anak yang memiliki kebutuhan khusus. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tarigan (2022) mengenai penerimaan diri orang tua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Penelitian tersebut menggambarkan bahwa kondisi awal orangtua ABK akan bersifat menolak, marah pada diri sendiri, namun seiring berjalannya waktu berbagi pemahaman dengan seseorang akan membuat orang tua memberikan sikap positif terhadap anaknya. Seperti yang dilakukan subjek W2 meredakan emosinya dengan berbagai pemahaman dengan suami.

3. Tahap Depresi

Hasil wawancara dengan kedua subjek menunjukkan bahwa dalam proses penerimaan diri, mereka melewati tahap depresi. Kedua subjek menggambarkan pengalaman emosional yang kompleks dan berat terkait dengan tantangan yang dihadapi dalam kehidupan mereka. Keduanya menyoroti pentingnya pemahaman dan dukungan dalam menghadapi perasaan negatif ini, serta perlunya mencari jalan keluar untuk mengatasi tantangan emosional yang ada.

Dimana menurut Ross (2005) tahap depresi merupakan tahapan yang seringkali ditandai oleh munculnya perasaan putus asa, tertekan, dan kehilangan harapan. Kedua subjek mengalami pengalaman emosional dalam menghadapi perasaan yang negatif. Perasaan kedua subjek menunjukkan adanya kesedihan yang mendalam, yang mungkin berasal dari rasa kehilangan akan harapan-harapan yang tidak terpenuhi atau ketidakmampuan untuk mengubah situasi yang dihadapi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Simamora (2019) mengenai tahapan depresi seorang ibu yang sering merasa depresi selama 2 tahun dikarenakan anaknya yang tunagrahita. Namun, seiring berjalannya waktu seluruh subjek mencari jalan untuk mengatasi hal tersebut. Pernyataan ini sesuai dengan pernyataan Ross (2005) menunjukkan bahwa proses berduka adalah pengalaman yang sangat pribadi dan sebaiknya tidak dipaksakan untuk berlangsung lebih cepat atau lebih lama dari yang seharusnya.

4. Tahap Tawar-Menawar

Hasil wawancara dengan kedua subjek menunjukkan bahwa dalam proses penerimaan diri,

mereka mengalami tahap tawar-menawar. Keduanya berusaha menerima kenyataan, namun juga menunjukkan keinginan untuk beradaptasi dan mencari cara untuk mengatasi situasi yang dihadapi. Ini merupakan karakteristik dari tahap tawar-menawar, di mana seseorang berusaha menemukan jalan tengah atau solusi. Menurut penjelasan dari Ross (2005) tahap tawar-menawar yaitu, orang tua berusaha menghibur diri dengan mengingat bahwa segala sesuatu yang diberikan oleh Allah harus disyukuri, dalam bentuk apapun. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara kedua subjek dimana mereka mencaai segala untuk mengatasi kenyataan yang dihadapi agar tetap mensyukuri apa yang diberikan Allah. Contoh subjek W1 membawa anaknya ke dokter saraf maupun terapi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Nurhalisa & Karyani (2024) mengenai penerimaan diri orang tua memiliki anak down syndrome pada tahapan bargaining mereka melakukan upaya dengan membawa anak ke terapi dan beberapa ahli untuk menghibur dirinya.

5. Tahap Penerimaan

Hasil wawancara dengan kedua subjek menunjukkan bahwa dalam tahap ini, kedua subjek mulai menyadari dan menerima bahwa sang anak memiliki kebutuhan unik yang memerlukan pendekatan yang lebih lembut dan bertahap. Kedua subjek mulai fokus pada pengembangan strategi mendukung anak, mulai dari layanan pendidikan dengan menemukan sekolah yang tepat untuk anak, terapi, dan dukungan sosial. Hal ini merupakan karakteristik dari proses tahap penerimaan dimana individu mulai memahami dan mengakui kenyataan tentang kondisi anaknya, mulai membangun harapan baru, dan dukungan untuk anak. Berdasarkan teori yang telah dikemukakan oleh Ross (2005) tahap penerimaan yaitu, orang tua sudah mulai menerima kenyataan dengan kehadiran anak berkebutuhan khusus dalam keluarga, baik secara emosi, fisik, maupun intelektual. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Melati & Levianti, (2013) mengenai penerimaan diri ibu yang memiliki anak tunanetra, dimana seluruh subjek dalam penelitiannya melalui proses penerimaan diri. Mereka harus berusaha berdamai dengan dirinya sendiri untuk akhirnya dapat menerima kondisinya. Usahnya ini didorong oleh keinginan untuk menjadi ibu yang baik dan membantu anaknya tumbuh menjadi pribadi yang mandiri dan tidak putus asa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semua subjek baik dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti maupun peneliti lain bahwa setiap subjek berusaha memfokuskan pikiran pada hal-hal positif agar bisa terus memberikan yang terbaik untuk anaknya sehingga mencapai penerimaan dirinya.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa proses penerimaan diri seorang ibu terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) melalui lima tahapan yang signifikan:

1. Tahap Penolakan: Ibu mengalami kesulitan menerima kenyataan mengenai kondisi anak, sering kali disertai dengan duka dan rasa tidak berdaya.
 2. Tahap Marah: Rasa marah muncul akibat ketidakpuasan dan kebingungan, namun ada juga kesadaran akan potensi anak yang luar biasa.
 3. Tahap Depresi: Perasaan putus asa dan kesedihan mendalam muncul, mencerminkan pengalaman emosional yang kompleks.
 4. Tahap Tawar-Menawar: Ibu berusaha mencari cara untuk mengatasi kenyataan, termasuk mencari dukungan dari ahli.
 5. Tahap Penerimaan: Akhirnya, ibu mulai menerima keadaan dan fokus pada strategi
-

pengembangan untuk mendukung anak.

Keseluruhan proses ini menunjukkan bahwa penerimaan diri adalah perjalanan emosional yang memerlukan waktu dan dukungan, di mana setiap tahap memiliki peran penting dalam membantu ibu beradaptasi.

Peneliti mengajukan beberapa saran, bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian menggunakan subjek ayah. Peneliti selanjutnya dapat melakukan survei yang lebih luas terkait bagaimana faktor demografi memengaruhi proses penerimaan diri subjek. Peneliti selanjutnya dapat meneliti terkait efektivitas intervensi psikologis dalam membantu mengatasi tantangan pada proses penerimaan diri subjek.

DAFTAR REFERENSI

- Adianty, G.R., & Savira, S.I. (2024). Penerimaan diri orang tua yang memiliki anak tunanetra. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1): 197-211.
- Dewi, I. S., Lestari, Y. S., & Handayani, A. M. S. (2024). Penerimaan diri orang tua pada anak autis di klinik kesehatan jiwa anak dan remaja RSUD madani kota palu. Nosipakabelo: *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(01), 07-15.
- Faradina, N. (2016). Penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo: jurnal ilmiah psikologi*, 4(1).
- Febrianto, A. S., & Darmawanti, I. (2016). Studi kasus penerimaan seorang ayah terhadap anak autis. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(1), 50-61.
- Firmawati, & Ayu, S.K. (2022). Gambaran penerimaan diri pada orang tua yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di SLB Negeri Banda Aceh. *Jurnal Social Library*, 2(3).
- Fitriani, O., Hermawan., & Anggrelanggi. (2023). Dukungan keluarga dalam penerimaan diri orang tua yang memiliki anak cerebral palsy di Desa Dawu, Kecamatan Paron tahun 2022/2023. *Jurnal Penelitian Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 11(2): 77-84.
- Hafizah, & Mulyani, R.H. (2021). Profil self acceptance orang tua anak berkebutuhan khusus di Yayasan Tiji Salsabila Kota Padang. *Journal of Education Research*, 2(3): 115-119.
- Kusumastiwi, T., & Puspita, G. (2021). Pelatihan kesehatan mental dan finansial bagi orangtua ABK pada Komunitas WKCP Yogyakarta. *In Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*.
- Melati, & Levianti. (2013). Penerimaan diri ibu yang memiliki anak tunanetra. *Jurnal Psikologi*, 11(1): 39-49.
- Munisa, M., Lubis, S. I. A., & Nofianti, R. (2022). Penerimaan orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus (TUNADAKSA). *Warta Dharmawangsa*, 16(3), 358-364.
- Nurhalisa, D., & Karyani, U. (2024). *Penerimaan diri orang tua yang memiliki anak down syndrome*. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Oktaviani, E., & Setiyono, I.M. (2023). Pengembangan ethnoscience puzzle guna mendorong kemampuan kognitif anak berkebutuhan khusus. *Journal of Telenursing*, 5(2): 3060-3068.
- Partini, Yuwono, S., Salma, A., & Sumarno Y.P. (2023). Penerimaan diri ditinjau dari kebersyukuran dan kesabaran ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Pscho Idea*, 21(1): 60-69.
- Putri, A. M., & Lutfianawati, D. (2021). Psikoedukasi pentingnya penerimaan orang tua dalam penanganan anak berkebutuhan khusus. *JPM (Jurnal Perak Malahayati)*, 81-91.
- Ross, K. (2005). *Death and dying*. (ed 8). Swiss: Medical School University Zurich.
- Simamora, D.P. (2019). Penerimaan diri pada ibu dengan anak tunagrahita. *Acta Psychologia*,
-

I(2):134-141.

- Selvi, & Sudarji, S. (2017). Gambaran faktor yang mempengaruhi penerimaan diri orang tua yang memiliki anak autism. *Jurnal Psibernika*, 10(2): 70-80.
- Sujito, E., & Prihartanti, N. (2017). *Dinamika penerimaan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus*. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Sukmadi, M.R, Sidik, S.A, & Mulia, D. (2020). Kualitas hidup orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP*, 3(1): 470-484.
- Tarigan, E. (2022). Gambaran penerimaan diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Christian Humaniora*, 6(2), 127-136.
- Wardani, I.K., & Aristin. (2023). Penerimaan diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. *MANUJU: Malahayati Nursing Journal*, 5(12): 4174-4187.
- Wulandari, R. S. (2020). *Penerimaan orang tua pada anak Cerebral palsy*. Universitas Airlangga Surabaya: Departemen Psikologi Sosial dan Kepribadian.
- Yulianti, S., Setiawati H., Hartoyo, Sulistrayani, & Asrori. (2023). Penerimaan orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 8(2): 81-85.
-