

## DAMPAK KOPING RELIGIUS PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Oleh :

Siti Nur Hidayati<sup>1</sup>

Dinar Sari Eka Dewi<sup>2\*</sup>

\*Corresponding Author: [dinardewi3@gmail.com](mailto:dinardewi3@gmail.com)

### ABSTRACT

Parents, particularly mothers of children with special needs, expressed emotions of sadness, disappointment, and resistance in coming to terms with their child's condition. This study aims to explore how religious coping influences these mothers. Employing a qualitative phenomenological approach, the researcher engaged three participants through snowball sampling. Triangulation was utilized in this research, employing semi-structured interviews and observations for data collection. Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) using Atlas.ti 9 software was employed for data analysis. Findings revealed that participants initially experienced sadness, disappointment, fear, and unreadiness upon their child's birth. Religious coping, such as seeking solace in Allah, prayer, and spiritual practices, emerged as a crucial mechanism for navigating this challenging period. Additionally, finding meaning in their child's condition as a divine mandate and receiving social support provided participants with a sense of comfort. Participants reported that religious coping helped them find tranquility, happiness, acceptance of their child's condition, and increased patience in managing their child's behaviors. **Keywords:** mother; religious coping; the child with special needed

### ABSTRAK

Orang tua terutama ibu dengan anak berkebutuhan khusus dilaporkan mengalami perasaan sedih, kecewa dan tidak siap menerima kondisi anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dampak koping religius pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Peneliti ini menggunakan metode kualitatif pendekatan fenomenologis. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 3 partisipan dengan menggunakan teknik *snow ball sampling*. Penelitian ini menggunakan metode triangulasi, teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan wawancara semi terstruktur dan observasi. Teknik analisis data menggunakan (*Interpretative Phenomenological Analysis*) IPA dengan menggunakan software Atlas.ti 9. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa partisipan mengalami periode kesedihan, kecewa, takut dan tidak siap saat melahirkan anak berkebutuhan khusus. Koping religius berupa mendekatkan diri kepada Allah, shalat, dan berdoa menjadi cara partisipan untuk melewati periode kesedihan tersebut. Selain itu, pemaknaan hidup seperti menyadari anak berkebutuhan khusus amanat dari Allah serta dukungan sosial menjadi penenang dalam hidup partisipan. Dampak dari koping religius yang terjadi pada partisipan adalah hati menjadi tenang, merasakan kebahagiaan, dapat menerima kondisi anaknya dan lebih sabar menghadapi perilaku anak berkebutuhan khusus.

**Kata kunci :** Koping religius; Ibu; Anak berkebutuhan khusus

### PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosional atau fisik (Hasanah dkk., 2019). Jenis anak berkebutuhan khusus antara lain tunanetra, tunarunggu, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, kesulitan belajar, gangguan perilaku, anak berbakat, anak dengan gangguan kesehatan. Istilah lain bagi anak berkebutuhan khusus adalah anak luar biasa dan anak disabilitas (Zaitun, 2017). Anak

<sup>1</sup>Siti Nur Hidayati, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, [sitinurhidayati021@gmail.com](mailto:sitinurhidayati021@gmail.com)

<sup>2</sup>Dinar Sari Eka Dewi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, [dinardewi3@gmail.com](mailto:dinardewi3@gmail.com)

berkebutuhan khusus memiliki gangguan tidak bisa melihat, mendengar, berjalan dan kesulitan naik tangga, sulit untuk mengingat atau berkonsentrasi dan gangguan berinteraksi atau berbicara dengan orang lain (Hasanah et al., 2019). Orang tua pada dasarnya mengharapkan anak terlahir dengan keadaan sehat. Namun, tidak semua orangtua mendapatkan anak lahir normal (Maulidiyah, 2021).

Informasi data dari badan pusat statistik pada tahun 2017 menunjukkan jumlah anak berkebutuhan khusus mencapai angka 1,6 juta anak. Hal tersebut sama juga dengan yang disampaikan oleh menteri pemberdayaan perempuan yang menyatakan bahwa jumlah anak berkebutuhan khusus di Indonesia sebanyak 2,5% dari jumlah penduduk di Indonesia (Ali et al., 2020).

Terdapat berbagai dinamika yang dialami orangtua saat melahirkan anak dengan kebutuhan khusus, diantaranya orang tua merasa kecewa, sedih, marah dan takut. Pada hakekatnya seorang ibu lebih merasakan kesedihan yang mendalam (Santana & Istiana, 2019). Sebagai seorang Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengatakan sedih dan merasakan bingung dalam menemukan kelebihan dan kekurangan pada anak, Ibu mengakui anak tidak dapat diajarkan pada hal yang positif ibu akan marah pada anak (Andromeda, 2018). Dampak *parenting stress* dapat menimbulkan kekerasan orangtua terhadap anak. Semakin tinggi tingkat *parenting stress* maka semakin besar kemungkinan terjadinya perilaku kekerasan terhadap anak (Fitri & Nashori, 2021).

Menurut paragment menyatakan koping religius adalah pemecahan masalah dengan Agama untuk mengurangi stres akibat banyaknya permasalahan yang di alami. Membantu individu mengatasi permasalahan dengan doa ritual keagamaan dan keyakinan agama. Dimana setiap orang akan melakukan ibadah dengan mengharapkan adanya kenyamanan saat stres (Aldyafigama et al., 2019). Miller mengungkapkan koping religius merupakan individu yang memiliki rasa berharga terhadap religius *creed*, muncul pada diri individu komitmen dengan praktik-praktik kepercayaan yang membuat individu merasakan kegembiraan (O'Brien et al., 2019). Berdasarkan penelitian diatas, peneliti tertarik melaksanakan penelitian untuk mengkaji bagaimana ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menggunakan koping religius.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif pendekatan fenomenologis. Metode penelitian kualitatif fenomenologis berkomitmen untuk menguji memahami Partisipan tentang dampak pengalaman hidup (*Interpretative Phenomenological Analysis*) IPA (Jonathan A. Smith, 2013).

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *snowball sampling* atau *Chain sampling* penyebab menggunakan kedua teknik tersebut dikarenakan jumlah partisipan yang kecil dan partisipan sudah saling mengenal. Metode ini sangat baik untuk penggunaan wawancara mendalam, jumlah partisipan yang ditemukan 3 orang yang bersedia dalam penelitian ini. Karakteristik partisipan adalah ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan beragama islam (Agus, 2015). Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan wawancara semi terstruktur dan observasi. Teknik analisis data menggunakan metode IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*) dengan menggunakan *software* Atlas.ti 9 (Afriansyah, 2018).

## HASIL

Hasil wawancara yang dilakukan oleh tiga orang partisipan berinisial G, R, A diperoleh 4 tema utama. Hasil tema yang telah ditemukan yaitu, 1.) Proses menerima anak, 2.) Upaya mengatasi permasalahan, 3.) Dukungan sosial, 4.) Dampak yang dirasakan.

### Proses menerima anak

Partisipan merasakan kebahagiaan memiliki anak yang sehat dan pasrah dengan Allah. menerima kondisi kehadiran anak.

*“yang membuat bahagia ya kalau anak pada sehat Ya kalau anak pada sehat itu kan merasa bahagia dari awal... dari awal... dari awal... sampai sini ya ini yang paling bahagia itu sehat, enggak sakit, yang paling sering itu panas, demam lah. kalau enggak, kan bahagia, kalau udah dikasih anak begitu sih itu udah pasrah, itu kan kuasa dari Allah hemm, mau apapun, diberi yang sama Allah ya terima yang penting anakku dikasih sehat walaupun ini yang kecil yang kecil sekarang Yang seakarang kan kecil, masih 6 tahun masih kecil yang pertama sudah 27 juga masih kecil yang kedua ini kan apa,, enggak bisa ininya apa sih ini grihita apalah... tuna grihita kalo yang nomor 2. Ya gitulah”*(G, 47 Tahun).

### Mengelola permasalahan

Partisipan melakukan ikhtiar mencari solusi atau berusaha untuk mencapai yang di inginkan seperti, memberikan Pendidikan dengan tujuan mampu berkomunikasi sehingga dapat bersosialisasi.

*“bisa tenang ya, ikhtiar mbak. Selalu berdo’a lah, itu kan hanya anak...”* (R, 41 Tahun)

Partisipan pernah belajar Bahasa isyarat untuk bisa berkomunikasi dengan anak dan merasa bahwa belajar bahasa isyarat itu susah. Anak partisipan yang mengalami gangguan tidak bisa bicara mampu berkomunikasi dengan baik dengan teman-teman dan guru di sekolah. Partisipan mengatakan jika memperoleh informasi tentang masalah anak melalui guru di sekolah, yakni anak tidak mengetahui percakapan menggunakan Bahasa Jawa maka, partisipan lakukan adalah menyesuaikan anak dengan Bahasa dipahami oleh anak yaitu Bahasa Indonesia.

*“Tetep ada. Tetep ada. Saya kalo... apa bahasa isyarat itu enggak tau... memang dulu dikasih tapi kan saya belajar itu susah. Kalau dia sama temennya kan kalo veideo call kan pinter banget mbak, saya sama sekali enggak tau. Paling sama gurunya memang dulu suruh ngomong tapi sing bahasa Indonesia nggak jawa, kalo yang jawa emanga enggak tau. Saya ngomong bahasa Indonesia kan dia tahu, kalo asal jangan bahasa jawa, kalo bahasa Indonesia tau.”* (R, 41 Tahun)

### Dukungan sosial

Partisipan mendapatkan dukungan sosial saat menghadapi anak berkebutuhan khusus dari suami, keluarga dan tetangga.

*“ya jelas suami atau keluarga tetangga semuanya mendukung”*(A, 38 Tahun)

Ketika infroman mengalami kejadian masalah mengenai anak atau keuangan, ada tetangga yang dapat dijadikan teman curhat. Sehingga partisipan tidak begitu memiliki permasalahan yang membuat stress. Partisipan bersyukur keadaan mulai membaik Ketika anak sudah sekolah dan tumbuh besar serta anak mampu mengedalikan dirinya dengan pikiranya.

*“ya mungkin ya Gimana ya mengatasinya kadang ya sama temen ngobrol yang sesama apa tetangga gitu ya, saya curhat lah maksudnya enggak... enggak sendiri Mbak kadang ya... Kalau sekarang sih enggak Mbak enggak enggak begitu bermasalah dulu loh memang saya sempat kayaknya Stres banget loh maksude kadang ke... keadaan keuangan enggak ada kayak gitu kalau sekarang saya ya alhamdulillah ya umum mbak, termasuk udah sekolah lah, udah ngerti, udah gede langsung mbak, sudah enggak enggak begitu Seperti Dulu waktu kelas 1, kelas 2, Kelas 3 itu luar biasa.”*

### **Hikmah memiliki anak berkebutuhan khusus**

Pada saat memiliki anak berkebutuhan kusus, partisipan pernah mengeluh dengan seiringnya berjalanya waktu partisipan menyadari jika yang menimpa anak adalah takdir. Partisipan menyadari Ketika mengikuti kajian *online*, jika anak dapat menjadi penolong hidup pada saat di akhirat.

*“kalo mengelu saya pernah mengeluh. Tapi untuk sekarang saya sudah enggak pernah karena bagaimanapun itu adalah takdir. Karena setiap anak itu dilahirkan berbeda-beda karena saya juga membandingkan tapi ikut.... kajian-kajian online saya anak itu dilahirkan berbeda buat kita, bagaimanapun keadaannya di akhirat insya Allah jadi penolong saya hidup.”*(A, 38 Tahun)

Hal yang membuat partisipan mampu menerima anak berkebutuhan khusus yaitu, lebih tenang dan tidak menggunakan emosi.

*“lebih tenang lah ya intinya... jelas lebih tenang. Enggak pake emosi sih.”*(A, 38 Tahun)

### **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menemukan seluruh partisipan merasa terkejut saat mengetahui kondisi anaknya berkebutuhan khusus saat melahirkan, sehingga hal tersebut menimbulkan efek kesedihan, kecewa, takut karena memang wajar, jika seorang ibu mengetahui anak yang diharapkan terlahir pada saat dokter memberikan vonis jika anak memiliki penyakit atau gangguan yang menghambat perkembangan. hal tersebut diperkuat oleh (Santana & Istiana, 2019) ibu yang memiliki anak berkebutuhan kusus secara tidak langsung, belum bisa menerima kenyataan tersebut, sehingga muncul emosi marah, kecewa dan sedih.

Seluruh partisipan dalam penelitian ini menyampaikan saat mendapatkan musibah adanya usaha untuk menerima anak terlebih dahulu dengan melalui proses yang tidak mudah. Pendekatan tersebut dapat dikatakan sebagai koping religius yaitu, mendekati diri pada tuhan dengan kepercayaan yang diakui oleh setiap individu untuk memperoleh ketenangan dan kebahagiaan. Sehingga saat menghadapi lingkungan sosial tidak merasa malu dengan kondisi anak yang mengalami kebutuhan kusus karena sudah muncul rasa bersyukur dalam diri setiap partisipan. Sudah seharusnya partisipan menyadari jika kehadiran anak adalah amanah dari Allah dan rezeki. Kegiatan ritual yang dilakukan partisipan, membuat partisipan memiliki rasa kebahagiaan dan ketenangan (O'Brien et al., 2019).

Hasil dari wawancara yang dilakukan dengan tiga orang sebagai partisipan dapat disimpulkan bahwa, jika seseorang mendekati diri kepada Tuhan maka akan muncul rasa tenang, syukur dan bahagia saat menjalani kehidupan. Maka dari proses tersebutlah partisipan melalui tahapan mengelola permasalahan atau mengatasi masalah, partisipan juga mendapatkan dukungan sosial dari orang terdekat. Setiap partisipan mendapatkan dukungan melalui keluarga, suami dan tetangga (Ilmiah et al., 2019). Seluruh partisipan dalam penelitian ini menyampaikan mampu mengelola stres sehingga muncul perasaan yang lebih nyaman. Partisipan G merasakan hati menjadi tenang dan tidak merasa tertekan saat mengurus anak berkebutuhan khusus, lebih sabar menghadapi perilaku anak yang susah dikendalikan. Setiap partisipan memiliki perasaan tidak mengeluh dengan kondisi anak yang berkebutuhan khusus sehingga mampu menerima. Karena proses yang dilakukan oleh ketiga partisipan hasil yang didapat adalah mampu menerima dan merawat anak berkebutuhan khusus, merasakan ketenangan serta kebahagiaan karena menyadari bahwa anak adalah amanah Allah yang harus di jaga. Tidak hanya itu tetapi, partisipan juga mampu mengelola stres dengan baik serta dukungan sosial yang positif dari orang terdekat (Kurnia, 2018).

## **KESIMPULAN**

Seluruh partisipan menggunakan coping religius sebagai alternatif untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi khususnya saat melahirkan anak dengan kebutuhan khusus yang dipersepsikan menjadi kejadian yang sangat sulit diterima, hingga muncul adanya emosi seperti takut, marah, kecewa dan sedih. Hasilnya partisipan menyadari bahwa seorang ibu memiliki kesadaran yaitu, menyakini anak adalah titipan dari Allah dan Amanah, selalu menerima anak karena balasan dapat menolong keadaan di hidup akhirat kelak membuat perasaan setiap informan menjadi tenang dan ada rasa bahagia serta rasa syukur dalam diri partisipan. Hal tersebut menjadi motivasi untuk bisa mengelola emosi dan stress yang dalam diri partisipan.

## *Saran*

Orangtua dengan anak berkebutuhan khusus membutuhkan kesiapan baik kesiapan ilmu maupun dukungan psikologis. Orangtua dengan anak berkebutuhan khusus dapat mengikuti kelas bahasa isyarat memahami ucapan yang disampaikan anak berkebutuhan khusus. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan variabel coping religius sebagai upaya merancang intervensi alternatif untuk meningkatkan penerimaan diri pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan metode kuantitatif, sehingga dapat mencari hubungan yang mempengaruhi coping religius dengan variabel lainnya.

## **Kepustakaan**

- Afriansyah, E. A. (2018). Penggunaan software ATLAS.ti sebagai alat bantu proses analisis data kualitatif. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(2), 53–63. <https://doi.org/10.31980/mosharafa.v5i2.260>
- Agus. (2015). Partisipan dan pemilihan partisipan dalam penelitian kualitatif. *Sistem Informasi Akuntansi: Esensi Dan Aplikasi*, Desember, 14. [eprints.polsri.ac.id](http://eprints.polsri.ac.id)
- Aldyafigama, N. S., Baihaqi, M., & Pujasari, Y. (2019). Self-compassion tunanetra dewasa: efek coping religius dan rasa syukur. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(1), 78–89.

<https://doi.org/10.17509/insight.v3i1.22255>

- Ali, M., Gazadinda, R., & Rahma, N. (2020). Hubungan antara persepsi dukungan sosial dan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 102–110. <https://doi.org/10.21009/jppp.092.08>
- Andromeda. (2018). Stress management training : Strategi pengelolaan stres pengasuhan untuk orang tua yang memiliki anak difabel. *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, 3(3), 5–6.
- Ayu Maulidiyah, H. (2021). Pendidikan kebutuhan khusus ditinjau dari perspektif psikologi perkembangan. *Berajah Journal*, 2(1), 76–86. <https://doi.org/10.47353/bj.v2i1.58>
- Fitri, R. K., & Nashori, F. (2021). Islamic religious coping, partner support and parenting stress on mothers who accompany their children study from home in a covid-19 pandemic situation. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 7(1), 45–61. <https://doi.org/10.19109/psikis.v7i1.7906>
- Hasanah, N., Mulyati, & Tarma. (2019). Hubungan parenting self-efficacy dengan subjective well-being pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 6(02), 103–108. <https://doi.org/10.21009/jkkp.062.04>
- Ilmiah, J. P., Meiryska, V., & Anjani, D. (2019). Dukungan sosial dengan strategi koping religius pada janda polisi (Warakawuri). *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(3), 219–237. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v11i3.18814>
- Jonathan A. Smith, P. F. and M. L. (2013). Interpretative phenomenological analysis theory, method and research. In *Africa's potential for the ecological intensification of agriculture* (Vol. 53, Issue 9).
- Kurnia, F. T. (2018). Koping religius-spiritual pada ibu sebagai caregiver utama down syndrome. *Inklusi*, 5(1), 115. <https://doi.org/10.14421/ijds.050106>
- O'Brien, B., Shrestha, S., Stanley, M. A., Pargament, K. I., Cummings, J., Kunik, M. E., Fletcher, T. L., Cortes, J., Ramsey, D., & Amspoker, A. B. (2019). Positive and negative religious coping as predictors of distress among minority older adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 34(1), 54–59. <https://doi.org/10.1002/gps.4983>
- Santana, I. P., & Istiana, I. (2019). Hubungan antara religiusitas dengan hardiness pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri Binjai. *Jurnal Diversita*, 5(2), 142–148. <https://doi.org/10.31289/diversita.v5i2.2839>
- Wekke Suardi, I. dkk. (2019). Metode penelitian sosial. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Zaitun. (2017). *Pendidikan anak berkebutuhan khusus* (J. Kasdi (ed.); Mutiara De).