

PENGARUH KEBERSYUKURAN DAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP RESILIENSI IBU YANG MEMILIKI ANAK TUNARUNGU

Oleh :

Nida Salsabila¹

Itsna Nurrahma Mildaeni^{2*}

Ugung Dwi Ario Wibowo³

Nia Anggri Noveni⁴

*Corresponding Author: itsna.mildaeni@gmail.com

ABSTRACT

Raising children with special needs is a challenging process that requires understanding, support, and adjustments from parents, especially mothers. Therefore, resilience is a crucial factor that enables mothers of children with hearing impairments to remain strong, endure difficulties, and recover from adversity. This study aims to analyze the influence of gratitude and family support on the resilience of mothers with children with hearing impairments at SLB B Yakut Purwokerto. This research employs a quantitative method, involving 112 mothers as participants, with data analyzed using multiple linear regression through SPSS for Windows version 26.00. The results indicate that gratitude has a significant effect on resilience, with an F-value of 50.713 and a significance value (p) = 0.000 ($p < 0.050$), contributing 31.6%. Family support also significantly affects resilience, with an F-value of 38.057 and a significance value (p) = 0.000 ($p < 0.050$), contributing 25.7%. Simultaneously, gratitude and family support contribute 39% to maternal resilience, with an F-value of 34.874 and a significance value (p) = 0.000 ($p < 0.050$). Based on these findings, it is recommended that mothers of children with hearing impairments develop gratitude as a strategy to enhance their resilience. Additionally, families are encouraged to provide more intensive support, both emotionally, instrumentally, and socially, to strengthen the mothers' psychological endurance. Educational institutions and communities can also play a role in offering mentoring programs and psychosocial support to assist mothers in facing the challenges of raising children with hearing impairments.

Keywords: Family Support; Gratitude; Resilience

ABSTRAK

Membesarkan anak berkebutuhan khusus merupakan proses yang penuh tantangan dan memerlukan pemahaman, dukungan, serta penyesuaian dari orang tua, terutama bagi ibu. Oleh karena itu, resiliensi menjadi faktor penting yang memungkinkan ibu dengan anak tunarungu untuk tetap kuat, bertahan, dan bangkit dari berbagai kesulitan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kebersyukuran dan dukungan keluarga terhadap resiliensi ibu dengan anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 112 ibu sebagai partisipan, dan data dianalisis menggunakan regresi linear berganda dengan perangkat lunak SPSS for Windows versi 26.00. Hasil analisis menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi dengan nilai Fhitung sebesar 50,713 dan signifikansi (p) = 0,000 ($p < 0,050$), memberikan kontribusi sebesar 31,6%. Dukungan keluarga juga berpengaruh signifikan terhadap resiliensi dengan nilai Fhitung sebesar 38,057 dan signifikansi (p) = 0,000 ($p < 0,050$), berkontribusi sebesar 25,7%. Secara simultan, kebersyukuran dan dukungan keluarga memberikan kontribusi sebesar 39% terhadap resiliensi ibu dengan nilai Fhitung 34,874 dan signifikansi (p) = 0,000 ($p < 0,050$). Berdasarkan temuan

¹ Nida Salsabila, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, nidassalsabila21@gmail.com

² Itsna Nurrahma Mildaeni, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, itsna.mildaeni@gmail.com

³ Ugung Dwi Ario Wibowo, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, ugungs@yahoo.com

⁴ Nia Anggri Noveni, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, niaanggrinoveni@ump.ac.id

ini, disarankan agar ibu dengan anak tunarungu lebih mengembangkan sikap kebersyukuran sebagai strategi dalam meningkatkan resiliensi mereka. Selain itu, keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan yang lebih intensif, baik secara emosional, instrumental, maupun sosial, untuk memperkuat ketahanan psikologis ibu. Lembaga pendidikan dan komunitas juga dapat berperan dalam menyediakan program pendampingan dan dukungan psikososial guna membantu ibu menghadapi tantangan dalam membesarkan anak tunarungu.

Kata kunci: *Dukungan Keluarga, Kebersyukuran, Resiliensi*

PENDAHULUAN

Hadirnya seorang anak bagi orang tua adalah momen yang sangat dinantikan dan menggemburkan. Semua orang tua menginginkan yang terbaik untuk tumbuh kembang anak-anak mereka. Namun, tidak semua anak lahir sesuai dengan harapan keluarga. Beberapa di antaranya lahir dengan kebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus (ABK) merujuk pada anak-anak yang memiliki karakteristik khusus yang membuat mereka unik dan berbeda dari anak-anak pada umumnya. Anak berkebutuhan khusus merupakan anak-anak yang menunjukkan ketidakmampuan mental, emosional, atau fisik. Contoh dari anak berkebutuhan khusus meliputi tunanetra, tunarungu, tunadaksa, tunalaras, kesulitan belajar, gangguan perilaku, serta anak dengan kondisi autisme dan ADHD (Geonifam, 2010). Menurut laporan Badan Pusat Statistik (BPS), saat ini terdapat sekitar 1,6 juta anak di Indonesia yang memiliki kebutuhan khusus (Kemendikbud, 2017).

Salah satu kategori anak yang berkebutuhan khusus adalah tunarungu, yang ditandai oleh gangguan pendengaran dari tingkat ringan hingga berat. Penyandang tunarungu tidak dapat mendengar secara normal, membuat pengolahan informasi bahasa melalui pendengaran sulit, baik dengan atau tanpa menggunakan alat bantu mendengar (ABM) (Hallahan et al., 2013).

Anak-anak yang mengalami gangguan pendengaran seringkali menghadapi tantangan dalam hal komunikasi. Mereka yang tunarungu mengalami hambatan pendengaran, membuat mereka mengalami kesulitan dalam mempelajari bahasa sebagai alat komunikasi. Anak-anak yang mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, terutama secara verbal, menghadapi tantangan dalam menyampaikan pemikiran, perasaan, dan kebutuhan mereka kepada orang lain, sehingga kebutuhan mereka tidak sepenuhnya dipahami. Selain mengalami kesulitan untuk memahami orang lain, anak tunarungu juga cenderung menghadapi kesulitan sulit dipahami oleh orang lain, sehingga anak tunarungu sering kali merasa terpinggirkan atau terisolasi dari lingkungan sosial mereka (Mangunsong, 2009).

Hambatan dalam komunikasi juga dirasakan oleh orang tua dengan anak tunarungu. Salah satu tantangan utamanya adalah ketidakmampuan memahami keinginan anak yang dipengaruhi oleh ketidakmampuan anak dalam mendengar. Hal ini dapat menimbulkan stres, perasaan marah, kecewa, terkejut, dan kekhawatiran pada orang tua, khususnya pada kasus ibu (Negeri, 2013).

Ibu dari anak berkebutuhan khusus mengalami tingkat stress, stigma, dan kesulitan yang lebih besar daripada ibu dari anak pada umumnya. Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus seringkali menghadapi berbagai kesulitan, seperti merasa sendirian dan tidak dipahami, harus berjuang untuk diterima, kurangnya waktu untuk merawat diri sendiri karena waktu dihabiskan untuk mengurus anak. Seperti yang disebutkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Mariyati (2015), ibu yang

memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki risiko yang lebih tinggi dan lebih mudah merasakan kekecewaan, kesedihan, dan rasa malu, karena mereka merasa bertanggung jawab atas berbagai pengalaman yang dialami oleh anak mereka. Dampak secara khusus juga dirasakan pada ibu dengan anak *cerebral palsy* dan autisme, begitu juga oleh ibu dengan anak tunarungu berdasarkan hasil studi pendahuluan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa membesarkan anak tunarungu membawa kesulitan kompleks dari berbagai aspek, termasuk kebutuhan anak, keluarga, sekolah, dan lingkungan masyarakat. Kesulitan ibu S mencakup perasaan merawat anak tunarungu, tantangan menerima diagnosis, pengasuhan, terapi, komunikasi, pendidikan, dan pekerjaan di masa depan. Situasi ini membuat ibu S merasa terpuruk dan butuh waktu lama untuk bangkit dan menyesuaikan diri. Namun, dengan beradaptasi, ibu S menyadari bahwa lebih baik anaknya pulih daripada terus menanggung beban mental. Menyadari bahwa banyak anak lain dengan kebutuhan khusus juga menghadapi situasi sulit, ibu S menjadi lebih bersyukur dan yakin bahwa tantangan ini adalah ujian dari Tuhan yang harus dijalani. Secara keseluruhan, proses membesarkan anak tunarungu membawa tantangan kompleks yang membutuhkan pemahaman, dukungan, dan penyesuaian secara menyeluruh. Oleh karena itu ibu membutuhkan kemampuan untuk bertahan, beradaptasi dan kuat agar ibu dapat bangkit dari situasi sulit.

Kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan berkembang dalam menghadapi kesulitan disebut resiliensi (Connor & Davidson, 2003). Ibu yang memiliki resiliensi melihat situasi stres sebagai peristiwa yang tidak menimbulkan stress dan mengatasi hambatan dengan antusiasme dan kegembiraan (Sarafino & Smith, 2014). Ketika dihadapkan pada kesulitan, ibu yang memiliki resiliensi memanfaatkan emosi positif dan memperoleh makna dari pengalamannya (Khasanah, 2017). Resiliensi tidak dapat muncul begitu saja dalam diri seorang ibu. Menurut Holaday dan Phearson (1997), ada tiga faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi, salah satunya yaitu *cognitive skills* (kemampuan kognitif), merupakan keyakinan spiritual seseorang terhadap Tuhan yang kemudian akan memberikan dampak positif dan mampu melakukan yang terbaik dalam perannya sebagai orang tua bagi anak berkebutuhan khusus. Hal ini sama dengan ciri-ciri individu yang bersyukur, yang menunjukkan penghargaan terhadap hal-hal hangat atau orang-orang dalam hidupnya dan menunjukkan kebaikan dan sikap positif terhadap orang lain (Holaday & Phearson, 1997).

Menurut Carr (2014), kebersyukuran merupakan tindakan penerimaan terhadap apa yang diberikan oleh orang lain dan penghargaan terhadap apa yang telah diterima. Perasaan ini kemudian membentuk aspek moral, perilaku, sikap, dan kepribadian seseorang, yang pada akhirnya rasa syukur mempengaruhi cara individu tersebut berperilaku atau merespons suatu hal atau situasi yang dapat membawa manfaat atau menginspirasi orang lain untuk menunjukkan kebaikan sebagai tanggapan.

Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi et al., (2023), menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara tingkat kebersyukuran dengan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Resiliensi orang tua meningkat seiring dengan rasa syukur mereka. Temuan ini sejalan dengan penelitian Fredella dan Sundari (2023), yang menemukan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang juga memiliki sikap bersyukur cenderung lebih kuat dalam menghadapi berbagai tantangan. Salah satu faktor lainnya yang dapat mempengaruhi munculnya resiliensi, yaitu *social support* (dukungan sosial), termasuk di dalamnya mencakup dukungan

masyarakat serta pengaruh budaya. Individu, keluarga, dan komunitas dimana individu tinggal juga dapat berdampak pada resiliensi (Holaday & Phearson, 1997).

Dukungan sosial merupakan konsep multidimensional yang mencakup sumber daya material dan psikologis yang dapat diakses seseorang melalui interaksi interpersonal. Sarafino dan Smith (2014), menyatakan bahwa dukungan sosial dapat berasal dari individu yang memiliki peran signifikan dalam kehidupan seseorang, seperti teman, keluarga, atau guru. Sarafino dan Smith (2014), mendefinisikan dukungan keluarga sebagai hiburan, cinta, penghargaan, dan bantuan yang diberikan keluarga kepada anggotanya sehingga mereka merasa dicintai. Dukungan keluarga adalah hubungan interpersonal yang memberikan perhatian, evaluasi, dan interaksi lingkungan yang dibutuhkan anggota keluarga. Menurut penelitian Raisa dan Anastasia (2016), resiliensi individu meningkat sebanding dengan jumlah dukungan sosial yang diterima. Penelitian tambahan yang dilakukan di POTADS Jakarta oleh Sovitriana dan Putri (2020), mengungkapkan adanya hubungan signifikan dan arah korelasi positif antara dukungan sosial keluarga dengan resiliensi pada ibu dari anak berkebutuhan khusus.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus menghadapi berbagai tantangan, termasuk stigma, kesulitan, dan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak memiliki anak berkebutuhan khusus. Oleh karena itu, untuk mengatasi berbagai kendala dan tantangan tersebut, ibu dengan anak tunarungu memerlukan faktor-faktor yang dapat memperkuat mereka, sehingga mereka mampu bangkit dari keterpurukan.

Dalam pemaparan di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran dan dukungan keluarga terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, dengan populasi ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto sebanyak 112. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampel jenuh sebanyak 112 ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat ukur yang telah disusun dan disesuaikan oleh peneliti. Selain itu ketiga alat ukur tersebut sudah diuji kesahihannya melalui try out untuk diterapkan pada subjek yang peneliti sudah tentukan, tryout tidak terpakai dilakukan pada 30 ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan Cronbach's alpha dan uji validitas isi melalui expert judgment.

Instrumen pengukuran yang digunakan adalah adaptasi dan modifikasi dari skala resiliensi *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) milik Connor dan Davidson (2003), skala kebersyukuran yang diadaptasi dari Listiyandini et al., (2015), dan skala dukungan keluarga disusun oleh peneliti berdasarkan aspek aspek dukungan keluarga menurut Sarafino, (2014).

Skala resiliensi yang terdiri dari 30 aitem setelah dilakukan uji validitas isi dan uji reliabilitas, diperoleh 28 aitem yang valid dan koefisien reliabilitas sebesar 0,939. Skala kebersyukuran yang terdiri dari 30 aitem setelah dilakukan uji validitas isi dan uji reliabilitas, diperoleh 25 aitem yang valid dan koefisien reliabilitas sebesar 0,919. Skala dukunga keluarga yang terdiri dari 20 aitem setelah dilakukan uji validitas isi dan uji reliabilitas diperoleh 14 aitem yang valid dan koefisien reliabilitas sebesar 0,850.

Subjek menanggapi semua item berdasarkan skala likert memiliki 5 poin 1 = Sangat tidak setuju sampai 5 = Sangat setuju). Teknik analisis data menggunakan teknik analisis regresi linier berganda yang dianalisis menggunakan SPSS versi 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukan uji regresi linear berganda dilakukan uji asumsi untuk mengetahui apakah data yang dikumpulkan terbebas dari penyimpangan atau tidak uji asumsi dilakukakn dengan menggunakan program bantu SPSS (Statistical Product and Service Solution) versi 26.00 Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan untuk mendeteksi normal atau tidaknya sebaran nilai pada variabel – variabel penelitian. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan Kolmogrov-Smirnov dengan melihat nilai signifikansi, dapat dikatakan normal ketika $p > 0,05$. **Tabel 1** menunjukkan hasil uji normalitas.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai P	Keterangan
Resiliensi	0,073	Normal
Kebersyukuran		Normal
Dukungan Keluarga		Normal

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa hasil uji normalitas menunjukkan distribusi yang normal untuk penelitian ini. Ini terlihat dari nilai signifikansi uji normalitas ketiga variabel adalah $0,073 > 0,05$.

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang linier antar variabel atau tidak. Hasil uji linnearitas dapat dilihat pada **tabel 2**.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel X	Variabel Y	Sig. Linearity	Keterangan
Kebersyukuran	Resiliensi	0,000	Linear
Dukungan Keluarga	Resiliensi	0,000	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas, dapat diketahui bahwa variabel kebersyukuran terhadap resiliensi memiliki nilai sig. *linearity* sebesar 0,000 menunjukkan bahwa variabel tersebut bersifat linear. Pada variabel dukungan keluarga terhadap resiliensi bersifat linier, ditunjukkan dengan nilai sig. *linearity* sebesar 0,000.

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengidentifikasi model regresi, Untuk mengetahui hasil uji multikolinearitas yaitu dengan melihat nilai Tolerance dan Variance inflation factor (VIF) ketika nilai tolerance $> 0,10$ dan nilai VIF $< 10,00$. **Tabel 3** menunjukkan hasil uji multikolineartis.

Tabel 3. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Kebersyukuran	0,775	1,290	Tidak terjadi multikolinearitas
Dukungan Keluarga	0,775	1,290	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa variabel kebersyukuran dan dukungan keluarga memiliki nilai *tolerance* sebesar 0,775 dan nilai VIF sebesar 1,290. Kedua nilai tersebut memenuhi syarat untuk tidak terjadi multikolinieritas, yaitu nilai VIF < 10 dan nilai *tolerance* > 0.10. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa variabel kebersyukuran dan dukungan keluarga tidak terjadi multikolinieritas.

Pengaruh kebersyukuran terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto

Proses uji regresi dilakukan untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap resiliensi, berdasarkan hasil analisis ditemukan nilai Fhitung = 50,713 dan Thitung sebesar 0,562 dengan signifikansi (p) = 0,000 (p<0,05), sehingga dapat disimpulkan hal tersebut menunjukkan adanya pengaruh kebersyukuran terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu. Selain itu, diperoleh temuan hasil analisis koefisien determinasi Rsquare dengan nilai 0,316 yang dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini kebersyukuran memberikan nilai sumbangan yang efektif terhadap resiliensi sebesar 31,6.

Menurut Car (2014), kebersyukuran merupakan tindakan penerimaan terhadap apa yang diberikan oleh orang lain dan penghargaan terhadap apa yang telah diterima. Perasaan ini kemudian membentuk aspek moral, perilaku, sikap, dan kepribadian seseorang, yang pada akhirnya rasa syukur mempengaruhi cara individu tersebut berperilaku atau merespons suatu hal atau situasi yang dapat membawa manfaat atau menginspirasi orang lain untuk menunjukkan kebaikan sebagai tanggapan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi et al., (2023) yang menemukan adanya korelasi positif antara kebersyukuran dan resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua yang lebih bersyukur akan lebih resilien dalam membesarkan anak berkebutuhan khusus. Membesarkan anak berkebutuhan khusus memang penuh dengan tantangan, namun orang tua yang bersyukur akan lebih tangguh dan mampu menghadapi, menerima, menyesuaikan diri, dan bertahan menghadapi tantangan tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Fredella dan Sundari, (2023) menunjukkan bahwa ibu dengan anak autisme yang mempraktikkan kebersyukuran memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Listiyandini (2018) dan Llenares et al., (2020) yang menemukan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh kebersyukuran. Menurut penelitian tambahan oleh Vieselmeyer et al., (2016), kebersyukuran dan resiliensi berkorelasi positif, dan perasaan lebih bersyukur dapat membantu seseorang menjadi lebih resilien.

Rasa syukur merupakan anugerah Tuhan yang dapat membuat seseorang merasa lebih positif dalam menjalani hidup. Perasaan syukur yang berkembang memberikan kepercayaan kepada orang tua untuk mencari dukungan sosial dan mengupayakan terapi yang dapat membantu pemulihan anak mereka (Marettih & Wahdani, 2018). Orang tua yang mengadopsi pola pikir bersyukur merasakan tingkat kepuasan, optimisme, dan kepositifan yang lebih tinggi (Hambali et al., 2015). Untuk menjaga keseimbangan hidup, orang tua yang memiliki sikap bersyukur berusaha meminimalkan, menerima, dan mentoleransi tekanan yang mereka hadapi (Marettih & Wahdani, 2017). Memiliki sikap bersyukur meningkatkan harapan hidup, membantu orang tua menemukan kebaikan dalam situasi sulit, dan membantu orang tua menemukan aspek positif dalam keadaan yang menantang (Hambali et al., 2015).

Pengaruh dukungan keluarga terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto

Proses uji regresi dilakukan untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga terhadap resiliensi, berdasarkan hasil analisis ditemukan nilai Fhitung = diperoleh hasil Fhitung sebesar 38,057 dan Thitung sebesar 0,507 dengan signifikansi (p) = 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan hal tersebut menunjukkan adanya pengaruh dukungan keluarga terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu. Selain itu, diperoleh temuan hasil analisis koefisien determinasi R^2 dengan nilai 0,257 yang dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini dukungan keluarga memberikan nilai sumbangan yang efektif terhadap resiliensi sebesar 25,7.

Sarafino dan Smith (2014), mendefinisikan dukungan sosial sebagai hiburan, penghargaan, perhatian, atau bantuan yang diberikan oleh orang lain atau kelompok kepada orang lain. Dukungan dapat diperoleh dari berbagai orang dan tempat, termasuk teman, keluarga, rekan kerja, dan organisasi. Pada hakikatnya, individu tidak hanya mengandalkan sumber daya internal untuk mengatasi masalah, tetapi juga memerlukan dukungan eksternal dari lingkungan sekitarnya, yang disebut sebagai dukungan sosial (Setiawan & Pratitis, 2015).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Habsyie et al., (2022), yang menunjukkan dukungan sosial membantu membuat ibu lebih tangguh, terutama dalam hal kesehatan mereka sendiri dan anak-anak mereka. Selain itu, dukungan material juga dapat diperoleh dari individu di luar lingkaran keluarga, seperti rekan kerja, pembantu rumah tangga, sesama pasien thalassemia, dan orang-orang di tempat kerja mereka. Ibu menjadi resilien karena mendapatkan dukungan sosial, terutama dari anggota keluarganya yang tinggal serumah, yaitu kedua adiknya. Ia tidak merasa terbebani karena menganggap kehadiran mereka sangat bermanfaat dalam mengasuh dan menjaga anak-anaknya. Dukungan emosional dari keluarganya mengurangi tingkat stresnya saat menghadapi penyakit thalassemia pada anak-anaknya. Hal tersebut yang kemudian turut memperkuat sikap resilien ibu (Habsyie et al., 2022)

Menurut Sarafino dan Smith (2014), dukungan keluarga merupakan kombinasi dari kenyamanan, perhatian, apresiasi, dan bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada anggotanya sehingga menciptakan perasaan dicintai dan dihargai. Dukungan keluarga juga melibatkan hubungan interpersonal yang memberikan perhatian, penilaian, dan interaksi lingkungan yang diperlukan oleh anggota keluarga. Dukungan keluarga juga dapat menyediakan kenyamanan baik secara fisik maupun emosional bagi individu dari orang-orang terdekatnya (Edlund, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Saichu dan Listiyandini (2018), dukungan dari keluarga dan pasangan memiliki peran penting dalam meningkatkan resiliensi ibu yang memiliki anak dengan spektrum autisme. Ibu dari anak-anak spektrum autisme sangat mendapat manfaat dari segajala jenis dukungan sosial dari berbagai pihak, termasuk keluarga dan pasangan.

Menurut Southwick, dkk. (2023), untuk membangun resiliensi yang diperlukan untuk mendukung individu saat menghadapi kesulitan, tiga faktor penting harus berperan dalam pembentukan resiliensi, salah satunya adalah faktor *I have*. Faktor *I have*, berkaitan dengan bagaimana individu memahami dan menginterpretasikan lingkungannya serta sejauh mana mereka menerima dukungan sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Nida (2021), dukungan sosial dari anggota keluarga dekat dapat membantu ibu menghadapi dan mengatasi berbagai tantangan, sehingga

dapat memperkuat resiliensi mereka. Demikian juga menurut penelitian Southwick, dkk. (2023), orang tua yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus sangat memerlukan dukungan dari setiap anggota keluarga sebagai upaya terbaik untuk meningkatkan resiliensi semua yang terlibat dalam pengasuhannya. Dengan dukungan tersebut, ibu akan dapat mencari solusi dalam setiap situasi sulit yang mereka hadapi saat mendidik dan merawat anak-anak mereka yang memiliki kebutuhan khusus, serta dalam semua aspek kehidupan mereka (Southwick, dkk., 2023).

Pengaruh kebersyukuran dan dukungan keluarga terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto

Southwick, dkk. (2023), menyatakan bahwa orang yang memiliki resiliensi mampu menangani keadaan yang penuh tekanan dengan cara yang positif dan sehat. Oleh karena itu, resiliensi didefinisikan oleh Southwick, dkk. (2023) sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi, tumbuh dari, dan bahkan mengubah kesulitan dalam hidupnya. Ketika seseorang dapat bertahan dalam masa-masa sulit, beradaptasi dengan situasi, dan berusaha untuk memperbaiki keadaan, individu tersebut dianggap memiliki resiliensi.

Menurut temuan penelitian yang dilakukan oleh Quintari dan Rahmasari, (2021) diketahui bahwa ibu yang memiliki anak autisme dapat bertahan dan pulih karena mendapat dukungan penuh dari keluarga dan kerabat mereka. Selain itu, para ibu juga mengisi waktu mereka dengan melakukan aktivitas yang mereka sukai, serta selalu mempertahankan sikap positif terhadap situasi yang mereka hadapi. Kedua ibu tersebut juga merasa bersyukur dan mengambil hikmah dari pengalaman memiliki anak dengan autisme, menyadari bahwa dalam setiap kesulitan hidup, terdapat pelajaran yang dapat dipetik (Quintari dan Rahmasari, 2021).

Menurut Southwick, dkk. (2023), resiliensi dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor risiko (internal) dan faktor protektif (eksternal). Dalam konteks resiliensi, faktor risiko adalah faktor yang membantu individu dalam menghadapi permasalahannya (Rahmawati et al., 2019). Sedangkan, faktor protektif mencakup elemen-elemen yang dapat membantu individu atau keluarga dalam mengatasi dampak dari faktor risiko tersebut. Dampak positif dari variabel protektif ditunjukkan dengan pemecahan masalah dan adaptasi yang efektif (Hendriani, 2022).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Intansari et al., (2021), baik faktor internal maupun eksternal berdampak pada pembentukan resiliensi pada orang tua yang memiliki anak autis. Salah satu faktor internal adalah pengaruh spiritual, yang membuat orang tua merasa bersyukur kepada Tuhan atas perkembangan anak mereka. Mereka dapat menerima segala perilaku anak dengan lapang dada dan merasa bahagia serta bangga atas perubahan yang terjadi pada anak mereka, meskipun hanya sedikit. Sementara itu, faktor eksternal meliputi dukungan yang diberikan oleh keluarga, kerabat, tetangga, dan individu lain dalam lingkungan orang tua anak dengan autisme. Orang tua tersebut mengakui bahwa dukungan dari berbagai pihak tersebut memberikan kekuatan bagi mereka dalam menghadapi berbagai tantangan yang dihadapi.

Selanjutnya penelitian oleh Edyta dan Damayanti, (2016) menemukan bahwa faktor spiritualitas merupakan salah satu hal yang mendukung individu menjadi lebih resilien. Temuan ini diperkuat oleh sikap tiga subjek yang selalu berserah kepada Tuhan dan memiliki rasa syukur yang tumbuh atas anak-anak yang Tuhan berikan kepada mereka, meskipun anak-anak tersebut memiliki keterbatasan. Selain itu, hal ini juga

membuat subjek-subjek tersebut menjadi lebih lapang hati dalam menerima keterbatasan anak-anak mereka, sehingga mereka dapat bangkit dan mengatasi rasa putus asa yang pernah mereka rasakan sebelumnya.

Astria dan Setyawan (2020) melakukan penelitian lain yang melibatkan ibu-ibu yang memiliki anak autis. Salah satu ibu termasuk orang yang rentan merasa sedih, stres, dan mudah tersinggung ketika anaknya didiagnosis autis. Namun, karena dukungan dari keluarga seperti orangtua dan mertua yang memberikan bantuan finansial untuk terapi anak, ibu tersebut menjadi lebih resilien. Ibu berhasil bangkit dari situasi yang dianggap sulit dengan memiliki anak autis.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Khasanah (2017), menyatakan bahwa salah satu aspek yang mendukung orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menjadi pribadi yang tangguh adalah dukungan sosial. Dukungan sosial salah satunya didapatkan dari perkumpulan orang tua yang memiliki anak-anak berkebutuhan khusus.

Kalil (2003) menjelaskan bahwa resiliensi adalah suatu proses dinamis yang mencakup kapasitas untuk menyesuaikan diri secara positif dalam keadaan yang sulit, seperti ketika dihadapkan pada risiko atau hambatan besar. Kemampuan ini cenderung berubah seiring waktu dan dalam berbagai situasi. Southwick, dkk. (2023), menyatakan bahwa tingkat resiliensi seseorang tidaklah sama, karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, tingkat perkembangan, tingkat paparan terhadap situasi yang tidak menyenangkan, dan tingkat dukungan yang diterima dalam membentuk resiliensi tersebut. Karakteristik individu pada setiap tahap usia, peristiwa kehidupan, proses pembelajaran baik yang disadari maupun yang tidak disadari, serta motivator intrinsik semuanya berperan dalam menentukan tingkat resiliensi seseorang. Pemahaman mengenai resiliensi individu juga penting untuk dipahami melalui pengenalan terhadap lingkungan di mana individu tersebut tumbuh dan belajar sepanjang hidupnya (Southwick, dkk., 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis serta pembahasan yang sudah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dan positif antara kebersyukuran terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto, terdapat pengaruh yang signifikan dan positif dukungan keluarga terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto dan terdapat pengaruh yang signifikan dan positif kebersyukuran dan dukungan keluarga terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak tunarungu di SLB B Yakut Purwokerto

Saran

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu populasi penelitian ini terbatas pada satu sekolah tertentu. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan populasi dan lokasi yang berbeda, serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi pada ibu dengan anak tunarungu. Variabel lain seperti hardiness dan dukungan dari suami juga sebaiknya dipertimbangkan. Peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk menyempurnakan alat ukur agar hasil penelitian dapat lebih akurat. Bagi SLB B Yakut Purwokerto, sekolah dapat mengembangkan program dukungan psikologis bagi ibu yang memiliki anak tunarungu, dengan fokus pada kebersyukuran dan peningkatan dukungan keluarga. Kolaborasi dengan psikolog, konselor, dan ahli perkembangan anak akan memberikan bimbingan yang lebih komprehensif. Sekolah juga bisa menyediakan sumber daya dan informasi yang bermanfaat serta mengadakan kegiatan inklusif yang melibatkan orang tua murid.

Daftar Pustaka

- 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>
- Carr, D. (2014). Is gratitude a moral virtue? *Philosophical Studies*, 172(6), 1475–1484. <https://doi.org/10.1007/s11098-014-0360-6>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Edlund, J. E. (2024). Changes in *The Journal of Social Psychology*. *Journal of Social Psychology*, 165(1). <https://doi.org/10.1080/00224545.2024.2435215>
- 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>
- Fredella, N., & Sundari, A. R. (2023). Resiliensi sebagai mediator pengaruh bersyukur terhadap kesejahteraan psikologis ibu dengan anak autisme. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(2), 14–24.
- Geonifam. (2010). *Mengasuh dan mensukseskan anak berkebutuhan khusus*. Garailmu.
- Habsyie, N. Al, Marliani, R., & Hermawati, N. (2022). Resiliensi, dukungan sosial, dan religiusitas seorang ibu dengan tiga anak penderita thalassemia. *Jurnal Psikologi Islam*, 9(1), 9–16. <https://doi.org/10.47399/jpi.v9i1.133>
- Hallahan, D. E., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (2013). *Exceptional learners: An introduction to special education* (Pearson New International Edition). Pearson Higher Ed.
- Hambali, A., Meiza, I., & Fahmi, I. (2015). Faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran (gratitude) pada orangtua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi Islam. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), 94–101.
- Hendriani, W. (2022). *Resiliensi psikologi: Sebuah pengantar*. Prenada Media.
- Holiday, M., & McPhearson, R. W. (1997). Resilience and severe burns. *Journal of Counseling & Development*, 75, 346–356.
- Intansari, F., Wilantika, R., Subekti, A., & Pertiwi, E. W. (2021). Dinamika resiliensi orangtua anak autis. *Jurnal Psikologi*, 16–35. journal.aisyahuniversity.ac.id
- Khasanah, N. (2017). Peran dukungan sosial terhadap resiliensi pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus. *Forum Ilmiah*, 15(2), 260–266.
- Lestari, F. A., & Mariyati, L. I. (2015). Resiliensi ibu yang memiliki anak down syndrome di Sidoarjo. *Psikologia*, 3(1), 141–155.
- Listiyandini, R. A. (2018). The influence of gratitude on psychological resilience of adolescence living in youth social care institutions. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 7(3), 197–208. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v7i3.10894>
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Syahnar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2015). Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal skala bersyukur versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 473. <https://doi.org/10.24854/jpu22015-41>
- Llenares, I. I., Deocarís, C. C., Espanola, M., & Sario, J. A. (2020). Gratitude moderates the relationship between happiness and resilience. *International Journal of*

- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus*. LPSP3 UI.
- Marettihh, A. K. E., & Wahdani, S. R. (2017). Melatih kesabaran dan wujud rasa syukur sebagai makna coping bagi orang tua yang memiliki anak autisme. *Jurnal Perempuan, Agama dan Jender*, 16(1), 13–31.
- Maulipaksi, D. (2017). Sekolah inklusi dan pembangunan SLB dukung pendidikan inklusi. *Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan*.
- Negeri, C. B. (2013). Subjective well-being pada ibu yang memiliki anak tuna rungu. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(2), 1–16.
- Nida, F. L. K. (2021). Kontribusi muhasabah dalam mengembangkan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(2), 244–262. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i2.1715>
- Pratiwi, D. R., Rahardjo, W., & Indryawati, R. (2023). Kebersyukuran dan resiliensi pada orangtua dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). *Jurnal Psikologi*, 2(3), 130–141.
- Qintari, A. A., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi ibu single parent dengan anak autisme. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 197–211. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41766>
- Rahmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). Seberapa jauh aku bisa bangkit? Sebuah studi mengenai profil resiliensi psikologis remaja panti asuhan. *Jurnal Insight*, 15(2), 232–248. <https://doi.org/10.32528/ins.v15i2.1884>
- Raisa, E., & Annastasia. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di lembaga permasyarakatan kelas IIA wanita Semarang. *Jurnal Empati*, 5(3), 537–542.
- Saichu, A. S., & Listiyandini, R. A. (2018). Pengaruh dukungan keluarga dan pasangan terhadap resiliensi ibu yang memiliki anak dengan spektrum autisme. *Psikodimensia*, 17(1), 1–9.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. N., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2023). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1). <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>
- Sovitriana, R., & Putri, A. (2020). Resiliensi ibu yang memiliki anak down syndrome. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 206–209. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v3i1.118>
- Vieselmeier, J., Holguin, J., & Mezulis, A. (2016). The role of resilience and gratitude in posttraumatic stress and growth following a campus shooting. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 1–8.