

# *Self-Adjustment* Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Dengan Gangguan *Slow Learner* (Studi Fenomenologi)

Oleh:

Jafnah Kamilah 'Aini,  
Ghozali Rusyid Affandi

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

April, 2025

# Pendahuluan

Kehadiran seorang anak dalam sebuah keluarga adalah anugerah terindah dan sumber kebahagiaan. Bahkan, anak sering dianggap memegang peranan penting dalam menjaga stabilitas sebuah pernikahan. Setiap orang tua pasti menginginkan anak yang dilahirkan dalam keadaan sempurna. Para orang tua umumnya berharap memiliki anak yang sehat baik secara fisik maupun psikis. Namun, tidak semua anak lahir dan tumbuh dalam kondisi yang sempurna. Setiap individu anak memiliki keterbatasan baik secara fisik maupun psikis. Hal ini dapat terjadi sejak dalam kandungan atau pada masa tumbuh kembangnya. masa pertumbuhan dan perkembangan. Setiap anak memiliki masa tumbuh kembang sepanjang hidupnya (Nengsih, 2019).

Papalia menyatakan bahwa pertumbuhan anak dapat dikenali melalui aspek fisik yang dapat diukur secara kuantitatif dari satu tahap perkembangan ke tahap perkembangan berikutnya. Sementara itu, perkembangan adalah lebih terlihat dari perubahan kualitas yang dapat diamati dengan membandingkan karakteristik sebelumnya sebelumnya dengan karakteristik yang baru terbentuk. Setiap anak mengalami proses tumbuh kembang yang unik, sehingga sehingga terdapat perbedaan dalam perkembangan setiap individu. Perbedaan ini juga tercermin tercermin pula pada tantangan yang dihadapi anak, yang dapat berbeda satu sama lain. Beberapa masalah yang mungkin Beberapa masalah yang mungkin timbul antara lain gangguan perkembangan fisik, keterlambatan bahasa, gangguan emosi, lamban belajar lambat belajar, bakat istimewa, dan gangguan pada kemampuan sensorik dan motorik, yang dapat dikategorikan sebagai anak berkebutuhan khusus. Sebagai anak berkebutuhan khusus, seperti yang dijelaskan dalam (Uyuun, C, 2018)

Anak berkebutuhan khusus yang terlahir dengan keterbatasan pada dasarnya mengalami pertumbuhan dan perkembangan seperti individu lainnya, termasuk dalam proses belajar. Seiring bertambahnya usia dan bertambahnya pengalaman, mereka memperoleh pengetahuan, memahami konsep, dan mempelajari hal-hal baru. Mereka juga mengalami emosi seperti cinta, kesedihan dan kebahagiaan, berteman, mengenal budaya yang berbeda budaya yang berbeda, mengembangkan keterampilan di berbagai bidang, menciptakan teknologi baru, dan melakukan banyak hal lainnya. Semua Semua itu merupakan bagian dari upaya manusia untuk bertahan hidup dan mengaktualisasikan dirinya di dunia (Nurhidayat, Wahidin. K., Maulana. M.A, 2022).

# Pendahuluan

Untuk menghindari anak merasa kurang percaya diri, mereka perlu diberikan contoh-contoh positif yang dapat dijadikan panutan dalam berperilaku, berpikir, berbicara, berpakaian dan berkomunikasi (Oktavimadiana, Salsabila, & Gregorius Ari Nugrahanta, 2023). Secara naluriah, setiap anak memiliki potensi untuk berkembang secara optimal, sehingga membutuhkan lingkungan yang menyenangkan dan lingkungan yang menyenangkan dan mendukung. Serta memungkinkan mereka untuk terlibat langsung dalam berbagai kegiatan. Kegiatan yang diberikan harus sesuai dengan prinsip-prinsip tumbuh kembang anak, yaitu menyenangkan, mandiri, spontan, dan demokratis. Hal ini sejalan dengan konsep *fun learning*, yaitu proses pembelajaran yang dirancang agar menarik dan tidak membosankan bagi siswa dengan gangguan *slow learner* (Kristiana, D., & Jumadi, J, 2022).

Anak berkebutuhan khusus dengan gangguan *slow learner* umumnya memiliki tingkat kecerdasan (IQ) berkisar antara 70 hingga 90. Secara keseluruhan, karakteristik anak lamban belajar mirip dengan anak-anak pada umumnya. Namun, mereka cenderung mengalami keterlambatan dalam memahami materi pelajaran dan dalam merespon instruksi yang diberikan. Bahkan, anak lamban belajar sering mengalami kesulitan dalam memahami perintah yang kompleks atau terdiri dari beberapa tahap. Karakteristik mereka dapat dikategorikan dalam beberapa aspek, antara lain aspek kognitif, bahasa, fisik, emosi, serta moral dan sosial (Aziz, A. N., Sugiman, S., & Prabowo, 2016).

Pembelajaran efektif yang dapat digunakan oleh anak lamban belajar menggunakan pendekatan yang harus sesuai dengan tahap perkembangan kognitif dan sosial mereka. Menurut Piaget, anak usia sekolah dasar anak usia sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret, yang berarti mereka membutuhkan pengalaman nyata untuk memahami konsep dengan baik. Dalam perkembangan sosialnya, anak-anak ini juga berada dalam *Zone of Proximal Development* (ZPD), di mana mereka mulai belajar bertanggung jawab dan menyelesaikan tugas-tugas secara mandiri, meskipun masih membutuhkan bimbingan dari orang dewasa (Prasanti, T.V.P., & Nugrahanta, G.A., 2022). Hal ini menuntut pengasuhan anak berkebutuhan khusus yang paling bertanggung jawab adalah orang tua mereka. Peran orang tua yang paling utama dalam mendidik anaknya dengan memberikan contoh perbuatan yang baik, perkataan yang baik, karena apa yang dilakukan dan diucapkan orang tua akan menjadi contoh yang kemudian ditiru oleh anak. ditiru oleh anak, oleh karena itu sangat perlu memahami proses pembinaan anak dalam semua rentang usianya (Hikmat R., Rosidin, DN, 2022).

# Pendahuluan

Secara psikologis dan emosional, ibu memiliki posisi pertama dalam hal menyesuaikan diri dan menerima untuk merawat, membimbing, dan mendidik anak berkebutuhan khusus. Ibu memiliki perasaan tanggung jawab terhadap kondisi normal dan tidak normalnya anak. Karena ibu memiliki rasa merawat anak sejak dalam kandungan, melahirkan, hingga tumbuh kembang anak. Adapun reaksi emosional ibu terhadap keberadaan anaknya yang merupakan anak berkebutuhan khusus akan lebih dirasakan lebih, sehingga interaksi ibu dengan anak berlangsung lebih intens dibandingkan anggota keluarga yang lain. anggota keluarga lainnya (Ayuningtyas, D.P, 2020). Mangungso mengungkapkan bahwa orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan kemampuan lambat atau *slow learner* seringkali menghadapi perubahan yang lebih rumit dan berat, baik secara fisik maupun psikologis (Firmansyah, A. N. A, 2022).

Dalam situasi ini, *Self-Adjustment* sangat dibutuhkan. Orang tua perlu menyesuaikan diri secara emosional, secara emosional, sosial, dan praktis untuk menghadapi tantangan-tantangan tersebut. Penyesuaian ini tidak hanya membantu orang tua menghadapi stres, tetapi juga memungkinkan mereka untuk memberikan dukungan terbaik bagi tumbuh kembang anak. seperti yang dijelaskan dalam penelitian (Soraya, N., Mendrofa, N. E., Shalihah, N., Nainggolan, Y. R., & Nasution, A. A. B, 2024). Menurut teori Schneiders dalam psikologi, penyesuaian diri dikenal dengan istilah "adjustment". Penyesuaian diri meliputi tiga bentuk utama, yaitu (1) Adaptasi, (2) Konformitas, dan (3) Upaya Penguasaan. Oleh karena itu, penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai proses yang melibatkan respon mental dan perilaku individu dalam menghadapi berbagai kebutuhan, tekanan, frustrasi, dan konflik internal. Tujuan dari proses ini adalah untuk mencapai keseimbangan antara tuntutan dalam diri individu dengan harapan dari lingkungan eksternal di dimana ia berada (Fanani, Q., & Jainurakhma, J, 2020).

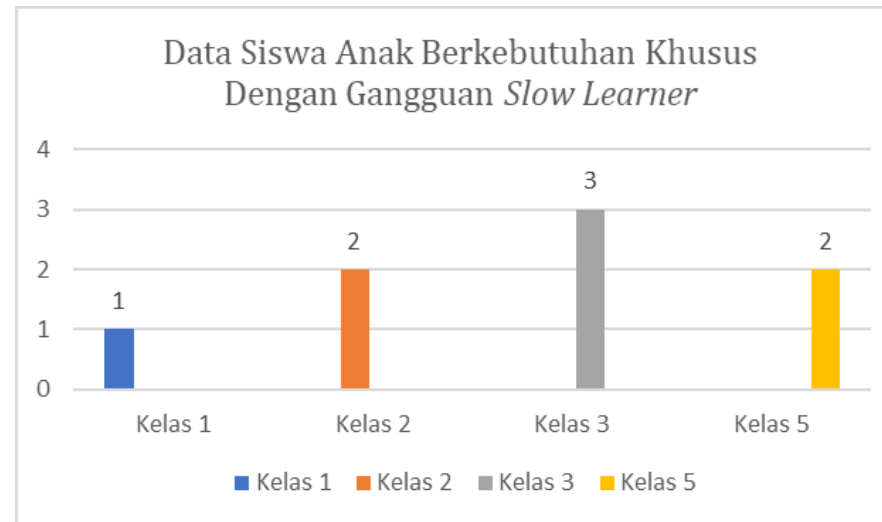
# Pendahuluan

Pendapat tersebut juga sejalan dengan Hollander (Lusiana, A, 2019) yang mengungkapkan bahwa self-adjustment atau penyesuaian diri adalah proses setiap individu belajar untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Hal ini terjadi ketika setiap individu menghadapi situasi baru dan perlu memberikan respon. Penyesuaian diri berperan dalam mempengaruhi pola asuh dan cara orang tua dalam mendidik anak. Orang tua dengan kemampuan penyesuaian diri yang baik cenderung lebih mudah beradaptasi dengan perannya sebagai pengasuh. Sebaliknya, jika orang tua mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri, mereka cenderung sulit mengatur diri, menghadapi tantangan, dan lebih rentan terhadap tekanan dan stres, terutama ketika mendidik anak berkebutuhan khusus. Schneiders menyatakan bahwa Aspek-aspek penyesuaian diri meliputi: (a) kemampuan untuk mengendalikan emosi yang berlebihan, (b) berlebihan, (b) memiliki mekanisme pertahanan diri yang memadai, (c) mampu mengendalikan dengan baik, (d) berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri, (e) mampu belajar dari pengalaman pengalaman dan mengambil manfaat darinya, dan (f) memiliki sikap realistis dan objektif (Rifai, N., & Kumaidi, M. A, 2015).

Penyesuaian diri orang tua dalam menghadapi anak dengan gangguan slow learner tidak hanya terkait dengan kemampuan mereka dalam mengelola stres, tetapi juga bagaimana mereka memanfaatkan dukungan sosial dan lingkungan sosial dan lingkungan sekitar untuk mengatasi berbagai tantangan yang muncul. Penelitian sebelumnya yang dilakukan di wilayah Queensland dan Victoria yang terletak di Australia terkait pola asuh dan penyesuaian diri penyesuaian diri orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas perkembangan, yang melibatkan 914 orang tua dengan melibatkan 914 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 93% orang tua peka terhadap perubahan setelah dikaruniai dikaruniai anak dengan disabilitas perkembangan (Mazzucchelli, T. G., Hodges, J., Kane, R. T., Sofronoff, K., Sanders, M. R., Einfeld, S., Tonge, B., Gray, K. M., & MHYPEDD , 2018). Dilanjutkan dengan studi penelitian oleh (KHAIRUL, I. B, 2015) di daerah Padang yang terletak di Provinsi Sumatera Barat, Indonesia yang memperkuat penelitian sebelumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa selfadjustment atau penyesuaian diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan autism spectrum disorder (ASD) sebesar 66,7% dengan nilai p-value = 0,035 terdapat hubungan yang sangat signifikan. hubungan yang sangat signifikan. Dalam konteks fenomena penyesuaian diri atau penyesuaian diri pada orang tua orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, maka hal tersebut relevan untuk dikaji lebih dalam.

# Pendahuluan

Keaslian penelitian ini terletak pada eksplorasi mendalam terhadap aspek penyesuaian diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner melalui pendekatan fenomenologi. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih umum membahas mengasuh anak dengan gangguan berat, penelitian ini menyoroti aspek emosi, sosial dan aspek psikologis yang mempengaruhi proses adaptasi ibu. Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan baru mengenai tantangan yang dihadapi dan strategi yang digunakan ibu dalam menyesuaikan diri dengan kondisi anak. dengan kondisi anak mereka. Dalam penelitian studi fenomena ini, peneliti melakukan survei awal yang dilakukan selama kegiatan belajar mandiri kampus mandiri (MBKM) Mengajar Pendampingan 2024 selama empat bulan melalui observasi, wawancara dan data mahasiswa penyandang disabilitas tahun ajaran 2024-2025 yang masuk inklusi di salah satu sekolah dasar (SD) swasta di Sidoarjo. Terdapat delapan siswa berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner diantaranya satu siswa di kelas 1 stroberi, satu siswa di kelas 2 kereta api dan satu siswa di kelas 2 bus, satu siswa di kelas 3 bougenville dan dua siswa di kelas 3 edeoulwiss dan dua siswa di kelas 5 sirius.



Bagan 1. Data Siswa dengan Gangguan Slow Learner

# Pendahuluan

Berdasarkan bagan data di atas, penelitian ini berfokus pada penyesuaian diri atau self-adjustment yang dilakukan oleh ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner di salah satu sekolah dasar (SD) swasta di wilayah Sidoarjo. Melalui survei awal yang dilakukan pada saat kegiatan belajar mandiri kampus mandiri (MBKM) Mengajar Mandiri (MBKM) 2024, peneliti menemukan bahwa terdapat delapan siswa berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner yang tersebar di berbagai kelas. Kondisi ini menuntut para ibu untuk dapat beradaptasi baik secara emosional, sosial, dan psikologis yang berguna untuk mendukung anak berkebutuhan khusus di lingkungan sekitarnya, fenomena ini menjadi dasar untuk memahami lebih dalam bagi ibu untuk mengelola tantangan yang dihadapi dan strategi yang digunakan dalam proses penyesuaian diri dalam proses mengasuh dan mendidik anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri atau penyesuaian diri pada orang tua menurut teori Schneiders. Diantaranya disebabkan oleh (1) Faktor fisik dan keturunan, (2) Faktor penentu psikologis, termasuk pengalaman, pembelajaran, pengkondisian, penentuan diri, frustrasi dan konflik, (3) Kondisi lingkungan, (4) Peran budaya dan agama, (5) Perkembangan dan kematangan unsur-unsur kepribadian, terutama kematangan intelektual, sosial, moral, dan kematangan intelektual, sosial, moral, dan kematangan emosional (Sakius, G. G., Minarni, M., & Hayati, S, 2024).

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Penelitian sebelumnya lebih berfokus pada penyesuaian diri orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dengan gangguan ringan seperti Autisme, ADHD, dll. Masih sedikit yang secara khusus membahas mengenai pengalaman ibu yang memiliki anak dengan gangguan slow learner. Sehingga masih ada masih sedikit penelitian lain yang secara khusus membahas pengalaman ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner.

# Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, yang berlangsung secara alamiah dan berdasarkan fakta. Pendekatan ini bertujuan untuk mengungkap dan memahami pengalaman pengalaman partisipan berdasarkan peristiwa yang mereka rasakan. Fenomena yang diteliti meliputi perubahan sikap, perspektif, atau perilaku partisipan (Creswell, 2015). Menurut Creswell desain penelitian desain penelitian kualitatif dalam penelitian ini memiliki sifat alamiah, dimana peneliti tidak berusaha mengubah atau memanipulasi lingkungan penelitian. Sebaliknya, penelitian dilakukan dengan mengamati fenomena dalam konteks aslinya, yaitu di tempat fenomena tersebut terjadi (Winarto, J. T., Hayati, E. N., & Situmorang, N. Z, 2019).

Pemilihan partisipan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode purposive sampling, melibatkan dua partisipan yang memenuhi kriteria sebagai ibu dengan anak berkebutuhan khusus yang mengalami slow learner dan bersekolah di SD swasta X di Sidoarjo, Jawa Timur. Data Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan dilakukan sebagai proses pengumpulan informasi yang bersifat terbuka (Creswell, 2015; Rachmatunisa & Rahmandani, 2023). Rahmandani, 2023). Sebelum peneliti melakukan wawancara, peneliti akan menjabarkan pedoman wawancara. Pedoman wawancara menyesuaikan aspek-aspek penyesuaian diri yang diambil dari Schneiders, yang meliputi: (a) kemampuan mengendalikan emosi yang berlebihan, (b) memiliki mekanisme pertahanan diri yang memadai, (c) yang memadai, (c) mampu mengendalikan frustrasi pribadi dengan baik, (d) berpikir rasional dan mampu rasional dan mampu mengarahkan diri sendiri, (d) individu dapat belajar dan mengambil manfaat dari pengalaman, dan (e) memiliki realistis dan objektif.

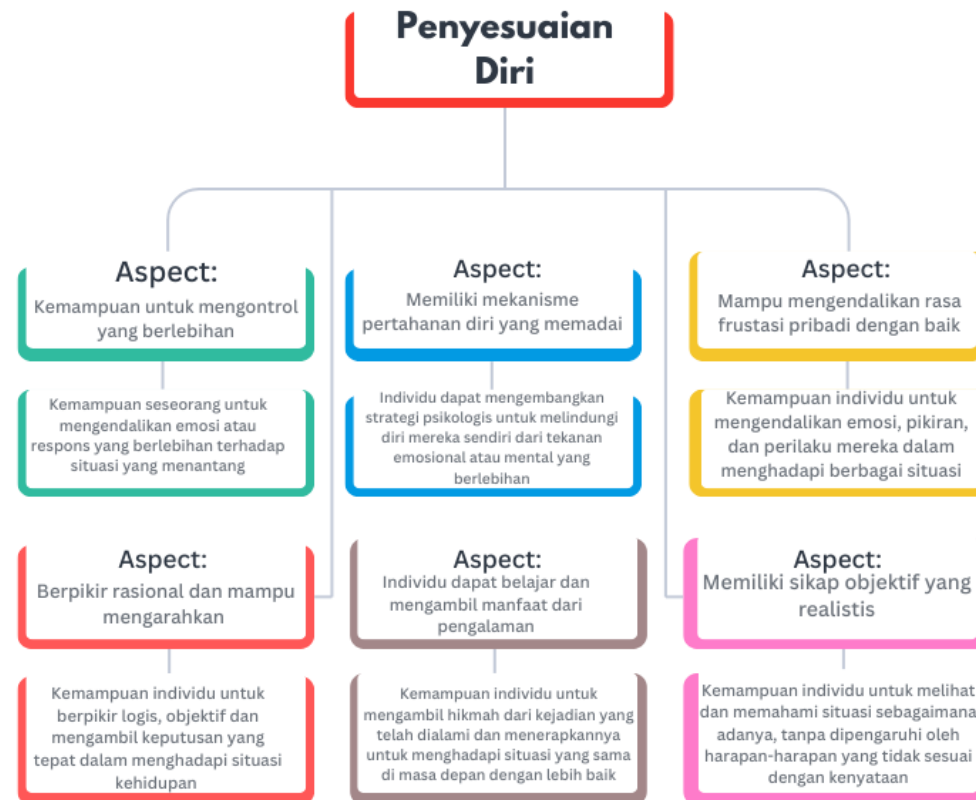
Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis tematik. Menurut Naughton & Hughes, analisis tematik adalah metode analisis data yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan menemukan tema dan kategori dan kategori dari data yang sebelumnya telah diberi kode. Tahapan analisis data dalam penelitian ini meliputi (1) menyiapkan data mentah, (2) pengkodean, (3) Pengodean Aksial dan (4) Pengodean Selektif (Rachman, S. P. D., & Cahyani, I, 2019). Cahyani, I, 2019).

# Metode

Keabsahan data dalam penelitian ini diuji melalui triangulasi data yang melibatkan penggunaan berbagai sumber informasi dari beberapa partisipan. Tujuannya adalah untuk membandingkan dan memperkuat data yang dikumpulkan. Dalam uji kredibilitas, data diperiksa dengan cara memverifikasi informasi yang diperoleh dari berbagai sumber, waktu, dan metode. Dalam penelitian ini, keabsahan data dilakukan dengan cara triangulasi sumber, yaitu dengan cara mengecek data dari beberapa sumber kemudian dilakukan member check untuk member check untuk memastikan bahwa data yang diperoleh sesuai dengan informasi yang diberikan oleh yang diberikan oleh partisipan (Creswell 2015; Gayatri, R. R. P. A., & Rahmasari, D, 2022).

# Hasil

Berdasarkan fenomena penelitian tentang penyesuaian diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan berkebutuhan khusus di Sekolah Dasar Swasta X Sidoarjo, maka dapat disajikan bagan rangkuman hasil penelitian dapat disajikan sebagai berikut:



Gambar 1. Ringkasan Penjelasan Hasil

# Pembahasan

## Aspek kemampuan mengendalikan emosi yang berlebihan

Penyesuaian diri pada ibu tercermin dari kemampuannya mengendalikan emosi yang berlebihan, sehingga berlebihan, sehingga mereka dapat menghadapi berbagai tantangan dalam peran keibuannya dengan lebih tenang dan bijaksana. Dengan adanya pengendalian emosi yang baik Dengan pengendalian emosi yang baik, seorang ibu dapat merespon kebutuhan anak dengan lebih sabar dan penuh perhatian, dan menyesuaikan diri dengan dinamika kehidupan keluarga tanpa mudah terbawa stres atau tekanan. Kemampuan ini tidak hanya mendukung kesejahteraan psikologis ibu, tetapi juga menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan positif bagi perkembangan anak (Palmer Haspel, S., Benyamini, Y., & Ginzburg K, 2020).

“Ketika saya menghadapi situasi dan kondisi anak saya seperti ini, saya ikhlas.” (Kode 2b: SI, 43 Tahun)

“Ooo... kalau saya, ketika anak saya di diagnosa berbeda, saya berpikir bahwa mungkin Tuhan memberikan ini kepada saya untuk lebih sabar. Jadi, saya memilih untuk bersyukur”. (kode 1a: YI, 49 Tahun)

Dari hasil wawancara tersebut, ibu partisipan SI menunjukkan sikap penerimaan terhadap kondisi anaknya dengan pernyataan yang ikhlas dalam menghadapi keadaan tersebut, mencerminkan bentuk penerimaan penerimaan yang lebih bersifat pasrah terhadap keadaan. Sebaliknya, partisipan ibu YI menunjukkan kondisi anaknya sebagai bagian dari takdir Allah SWT yang bertujuan untuk mengajarkan kesabaran dan memilih untuk bersyukur. Dari perbandingan partisipan ibu SI dan partisipan ibu YI memiliki memiliki variasi strategi penyesuaian diri yang berbeda.

# Pembahasan

## Aspek memiliki mekanisme pertahanan diri yang memadai

Seorang ibu mampu menerapkan mekanisme pertahanan diri secara adaptif, sehingga ia dapat menghadapi menghadapi tekanan dan tantangan perannya sebagai seorang ibu tanpa merasa terbebani secara emosional. Dengan Dengan mekanisme pertahanan yang tepat, ibu dapat mengelola stres, mengatasi kekecewaan, dan menjaga keseimbangan psikologisnya (Palmor Haspel, S., Benyamini, Y., & Ginzburg, K, 2020).

“Saya akan berusaha sebaik mungkin untuk menjauhkan diri atau menghindarinya.” (kode: 9h SI, 43 Tahun)

“Omongan tetangga tentang anak saya membuat saya sedih, tapi saya tetap berpikir positif.” (kode: 12a YI, 49 Tahun)

Dari hasil wawancara, ibu partisipan SI cenderung menghindari situasi yang membuatnya tidak nyaman, sedangkan ibu partisipan YI merasa sedih namun berusaha berpikir positif. Perbedaan ini menunjukkan strategi penyesuaian diri yang berbeda, di mana ibu yang satu mengatasi tekanan dengan menghindar, sementara yang lain mencoba menghadapinya dengan pola pikir positif.

## Aspek mampu mengendalikan frustrasi pribadi

Kehadiran anak berkebutuhan khusus memberikan tekanan dan tanggung jawab yang lebih kompleks yang lebih kompleks, membuat orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus mengalami masalah yang lebih besar dibandingkan orang tua yang memiliki anak normal, sehingga berpotensi menimbulkan stres pada orang tua (Amelasasih, 2019).

“Kejadian itu pernah membuat saya drop. karena omongan orang lain yang tidak baik.” (kode: 2a SI, 43 Tahun)

“Saya pernah tidak mengizinkan anak saya keluar rumah untuk memberikan ruang bagi saya dan anak saya saat mencari informasi mengenai terapi yang terbaik untuknya agar bisa sembuh di kemudian hari”. (kode: 5d YI, 49 Tahun)

Dari hasil wawancara tersebut, ibu partisipan SI merasa terpuruk karena perkataan negatif orang negatif dari orang lain, sedangkan ibu partisipan YI memilih untuk membatasi interaksi anaknya untuk sementara waktu untuk mencari solusi terbaik. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan penyesuaian diri, dimana ibu yang satu lebih terpengaruh oleh lingkungan, sedangkan ibu yang lain lebih berfokus pada tindakan proaktif untuk masa depan anaknya.

# Pembahasan

## Aspek berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri sendiri

Orang tua yang memiliki kemampuan berpikir kritis dan manajemen konflik dapat mengatur perilaku dan emosi mereka untuk menyelesaikan masalah, bahkan dalam situasi yang sulit sekalipun. Proses ini membutuhkan waktu sampai mereka dapat menyusun strategi untuk mengoptimalkan perawatan anak dan menghadapi tantangan (Lempang, Sutiaputri & Diana, 2021).

“Saya berdiskusi dengan dokter spesialis saraf dan psikolog apakah anak saya bisa disembuhkan, Alhamdulillah jawabannya ringan. Nanti kalau saya terus terpuruk, anak saya yang jadi korban.” (kode: 8g SI, 43 Tahun)

“kita jalani saja. Jadi saya dan suami berpikir bahwa jika kami harus pergi ke terapi, kami bisa membuatnya lebih baik, lebih mandiri dan seperti anak normal lainnya.” (kode: 8g YI, 49 Tahun)

Dari hasil wawancara tersebut, ibu Partisipan SI menunjukkan penyesuaian diri dengan mencari informasi dari tenaga medis sebelum dapat menerima kondisi anaknya dan bangkit dari keterpurukan. Sementara itu, ibu Partisipan YI melakukan penyesuaian diri dengan lebih berfokus pada tindakan nyata tindakan nyata, seperti terapi, untuk meningkatkan kemandirian anaknya. Perbedaan ini mencerminkan kedua bentuk penyesuaian diri ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, satu ibu membutuhkan eksternal sebelum menyesuaikan diri, sedangkan ibu yang lain langsung berorientasi pada solusi dan secara aktif menerima.

## Aspek yang dapat dipelajari dan diambil manfaatnya oleh individu dari pengalaman tersebut

Manfaat nyata dari pengalaman yang dialami oleh orang tua yang memiliki anak berkebutuhan meningkatkan kepuasan diri, mendorong pola pikir positif, menumbuhkan optimisme, dan menumbuhkan harapan dalam menjalani hidup. Selain itu, pengalaman-pengalaman tersebut membantu orang tua menemukan hal yang baik dari situasi sulit yang mereka hadapi dalam situasi sulit yang mereka hadapi (Hambali, Meiza, & Fahmi, 2015).

# Pembahasan

“Dan karena pengalaman seperti ini, saya sebagai seorang ibu akan terus belajar demi kesuksesan kedua anak saya dan saya akan terus berjuang.” (Kode: 8f SI, 43 Tahun)

“Secara sosial, saya belajar untuk lebih percaya diri dan fokus pada tumbuh kembang anak saya. Saya juga siap berbagi informasi dengan orang tua baru tentang anak berkebutuhan khusus dengan karakter yang sama dengan anak saya. berkebutuhan khusus dengan karakter yang sama dengan anak saya.” (kode: 8f YI, 49 Tahun)

Dari hasil wawancara kedua partisipan, ibu SI menunjukkan penyesuaian diri dengan menjadikan pengalaman yang dialami sebagai motivasi untuk terus belajar dan berjuang untuk kesuksesan anak-anaknya. Sementara itu, YI menekankan pada penguatan diri secara sosial dengan meningkatkan rasa percaya diri, fokus pada perkembangan anak, dan berbagi pengalaman dengan orang tua lainnya. Perbedaan ini mencerminkan strategi penyesuaian diri yang berbeda, di mana salah satu ibu lebih berorientasi pada perjuangan pribadi untuk anak-anaknya, sementara ibu yang lain juga mengembangkan peran sosial dalam mendukung sesama orang tua.

## **Aspek memiliki sikap realistis dan objektif**

Penyesuaian diri orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ditinjau dari sikap realistis dan objektif, dimana beberapa orang tua cenderung memikirkan hal-hal di luar kenyataan. Ketika mereka mengalami kesulitan untuk bersikap realistis, mereka mencoba untuk menerima keadaan dan mencari dukungan. Orang tua lebih baik lebih baik dalam menghadapi situasi ketika mereka melihat perkembangan positif pada anak mereka (Istiadji E., & Wardhani A, 2024). Wardhani A, 2024).

“Saya yakin bahwa anak saya akan berhasil dan tumbuh seperti anak-anak lainnya.” (Kode: 22a SI, 43 Tahun)

“Saya dan suami menerima takdir dengan ikhlas karena AL adalah anak yang kami nantikan. Sebisa mungkin kami berusaha memberikan yang terbaik untuknya. (Kode: 10a YI, 49 Tahun)

# Pembahasan

Dari hasil wawancara kedua partisipan, ibu SI menunjukkan penyesuaian diri dengan keyakinan bahwa anaknya dapat tumbuh dan berhasil seperti anak-anak lainnya. Sementara itu, Ibu partisipan YI melakukan penyesuaian diri dengan menerima kondisi anaknya sebagai bagian dari takdir dan berusaha memberikan yang terbaik. Perbedaan ini mencerminkan dua bentuk penyesuaian diri, di mana salah satu ibu lebih berfokus pada optimisme terhadap masa depan anaknya, sedangkan ibu yang lain menekankan pada penerimaan tanpa syarat dan usaha.

# Temuan Penting Penelitian

- Ibu partisipan S1 memiliki anak-anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner yang disebabkan oleh keterlambatan milestone pada usia 1 tahun - 3 tahun, sehingga anak dari ibu partisipan S1 diharuskan melakukan terapi. Anaknya juga mengalami keterlambatan bicara yang disebabkan oleh kejang-kejang. Tidak hanya itu, anak partisipan hingga usia 9 tahun masih menjalani pengobatan untuk kejang-kejangnya dan masih dalam pemantauan kejang dengan menggunakan obat kejang.
- Ibu partisipan Y1 memiliki anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner dengan latar belakang yang disebabkan ketika anaknya berusia 3 tahun - 4 tahun mengalami keterlambatan bicara dan gangguan perilaku, oleh karena itu anak dari ibu partisipan Y1 melakukan terapi gangguan perilaku kepada ahli profesi psikolog.
- Dari perbedaan latar belakang gangguan slow learner kedua anak partisipan, Self adjustment atau penyesuaian diri pada kedua ibu tersebut memiliki perbedaan. Dan Self adjustment sangat berperan penting kepada ibu dalam hal mendidik dan mengasuh dalam kehidupan sehari-hari.
- Kurangnya self adjustment atau penyesuaian diri pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner dipengaruhi oleh emosi yang negatif yang disebabkan oleh faktor lingkungan.
- Self adjustment atau penyesuaian diri memiliki peran yang sangat penting bagi para ibu dalam mendidik dan mengasuh anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner.

# Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada ilmu psikologi, khususnya dalam kajian tentang self-adjustment atau penyesuaian diri pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dengan gangguan slow learner yang dapat memberikan wawasan, pemahaman, serta strategi penyesuaian diri yang dapat membantu ibu dalam menghadapi tantangan sehari-hari. Dan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang tantangan emosional dan psikologis yang dihadapi ibu dari anak dengan gangguan slow learner . Tidak hanya itu, Meningkatkan kesadaran sosial tentang pentingnya dukungan terhadap orang tua dari anak slow learner.

# Referensi

- Aziz, A. N., Sugiman, S., & Prabowo, A. (2016). Analisis proses pembelajaran matematika pada anak berkebutuhan khusus (ABK) slow learner di kelas inklusif. *Kreano, Jurnal Matematika Kreatif-Inovatif*, 6(2), <https://doi.org/10.15294/kreano.v6i2.4168>
- Amelasasih, P. (2018). Resiliensi orangtua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. *Psikosains: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, 11(2), 72-81. dari <http://dx.doi.org/10.30587/psikosains.v11i2.638>
- Ayuningtyas, D. P. (2020). Kecerdasan Emosional dan Koping Stres Dengan Penyesuaian Diri Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 498-512. dari <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i3.5379>
- Creswell, J. W. (2015). *Revisiting mixed methods and advancing scientific practices*
- Cappe, E., Despax, J., Pedoux, A., Zylberberg, P., Chaste, P., De Gaulmyn, A., & Pommepuy, N. (2024). Keterlibatan dan penyesuaian orangtua selama evaluasi diagnostik gangguan spektrum autisme di dua <https://doi.org/10.1016/j.encep.2024.01.002>
- Fanani, Q., & Jainurakhma, J. (2020). Kemampuan penyesuaian diri mahasiswa terhadap pembelajaran daring di tengah pandemi Covid-19. *Jurnal KomtekInfo*, 7(4), 285-292. dari <https://doi.org/10.35134/komtekinfo.v7i4.90>
- Firmansyah, A. N. A. (2022, September). Interaksi Sosial dalam Pembentukan Self Adjustment Anak Tunanetra. In *International Conference on Islamic Guidance and Counseling (Vol. 2, pp. 221-231)*.
- Gayatri, R. R. P. A., & Rahmasari, D. (2022). Penerimaan diri pada beauty vlogger yang mengalami body shaming. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 46-55. dari <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i1.44711>

# Referensi

- Hambali, A., Meiza, A., & Fahmi, I. (2015). Faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran (gratitude) pada orangtua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi Islam. *Psymphatic: jurnal ilmiah dari: https://doi.org/10.15575/psy.v2i1.450 psikologi*, 2(1), 94-101.
- Hikmat, R., & Rosidin, D. N. (2022). Menanamkan Pendidikan Agama Dalam Menghafal Al Qur'an Untuk Anak Sebagai Jembatan Orang Tua Menuju Surga. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 10(1), 17-32. doi: 10.24269/dpp.v10i1.6219
- Istiadji, E., & Wardhani, A. A. (2024). Penyesuaian Diri pada Orang Tua dengan Anak Down Syndrome. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 3(2), 89-98.
- KHAIRUL, I. B. (2015). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENYESUAIAN DIRI ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK AUTIS DI YAYASAN PENGEMBANGAN POTENSI ANAK (YPPA) PADANG TAHUN 2015 (Doctoral dissertation, UPT. Perpustakaan Unand).
- Kristiana, D., & Jumadi, J. (2022). Menciptakan Joyfull Learning Melalui Loose Part Play Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 10(2), 191-196. doi:10.24269/dpp.v10i2.4794
- Lusiana, A. (2019). HUBUNGAN ANTARA DETERMINASI DIRI DAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VII SMP'SK' JAKARTA BARAT TAHUN AJARAN 2018/2019. *Psiko Edukasi*, 17(1), 1-14.
- Lempang, K. A. P., Sutiaputri, L. F., & Diana, D. (2021). Penyesuaian Diri Orangtua Anak Pengidap Kanker Dalam Proses Pengobatan Anak: Studi Di Yayasan Rumah Cinta Anak Kanker Bandung. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial (Rehsos)*, 3(1), 71-91.

# Referensi

- Hambali, A., Meiza, A., & Fahmi, I. (2015). Faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran (gratitude) pada orangtua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi Islam. *Psymphatic: jurnal ilmiah dari: https://doi.org/10.15575/psy.v2i1.450 psikologi*, 2(1), 94-101.
- Hikmat, R., & Rosidin, D. N. (2022). Menanamkan Pendidikan Agama Dalam Menghafal Al Qur'an Untuk Anak Sebagai Jembatan Orang Tua Menuju Surga. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 10(1), 17-32. doi: 10.24269/dpp.v10i1.6219
- Istiadji, E., & Wardhani, A. A. (2024). Penyesuaian Diri pada Orang Tua dengan Anak Down Syndrome. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 3(2), 89-98.
- KHAIRUL, I. B. (2015). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENYESUAIAN DIRI ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK AUTIS DI YAYASAN PENGEMBANGAN POTENSI ANAK (YPPA) PADANG TAHUN 2015 (Doctoral dissertation, UPT. Perpustakaan Unand).
- Kristiana, D., & Jumadi, J. (2022). Menciptakan Joyfull Learning Melalui Loose Part Play Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 10(2), 191-196. doi:10.24269/dpp.v10i2.4794
- Lusiana, A. (2019). HUBUNGAN ANTARA DETERMINASI DIRI DAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VII SMP'SK' JAKARTA BARAT TAHUN AJARAN 2018/2019. *Psiko Edukasi*, 17(1), 1-14.
- Lempang, K. A. P., Sutiaputri, L. F., & Diana, D. (2021). Penyesuaian Diri Orangtua Anak Pengidap Kanker Dalam Proses Pengobatan Anak: Studi Di Yayasan Rumah Cinta Anak Kanker Bandung. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial (Rehsos)*, 3(1), 71-91.

# Referensi

- Mazzucchelli, T. G., Hodges, J., Kane, R. T., Sofronoff, K., Sanders, M. R., Einfeld, S., Tonge, B., Gray, K. M., & MHYPEDD Project Team (2018). Parenting and family adjustment scales (PAFAS): validation of a brief parent-report measure for use with families who have a child with a developmental disability. *Research in developmental disabilities, 72*, 140–151. dari <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2017.10.011>
- Nengsih, N. (2019). Hubungan Penyesuaian Diri Orangtua Terhadap Perilaku Temper Tantrum Anak Autis. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 2(1)*, 9-17. dari <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i1.1214>
- Nurhidayat, N., Wahidin, K., & Maulana, M. A. (2022). Paradigma Islam Dalam Kewajiban Menuntut Ilmu Bagi Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran, 10(1)*, 1-16. dari <https://dx.doi.org/10.24269/dpp.v10i1.6218>
- Oktavimadiana, S., & Nugrahanta, G. A. (2022). Membina Karakter Leadership Anak Usia 7-9 Tahun Dengan Permainan Tradisional. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran, 10(1)*, 185-201 dari <http://dx.doi.org/10.24269/dpp.v10i1.6325>
- Palmor Haspel, S., Benyamini, Y., & Ginzburg, K. (2020). Transactional model of parental adjustment and caregiving burden following a children's acquired disability. *Journal of Pediatric Psychology, 45(10)*, 1177-1187. doi: 10.1093/jpepsy/jsaa075
- Prasanti, F. T. V., & Nugrahanta, G. A. (2022). Kontribusi Buku Pedoman Karakter Senang Belajar Berbasis Permainan Tradisional Untuk Anak Usia 10-12 Tahun. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran, 10(1)*, <http://dx.doi.org/10.24269/dpp.v10i1.6175> 84-101
- Rifai, N., & Kumaidi, M. A. (2015). Penyesuaian diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan (Study kasus pada remaja yang tinggal di panti asuhan yatim piatu muhammadiyah klaten) (Doctoral dissertation, Universitas <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/37823> Muhammadiyah Surakarta)

# Referensi

Rachman, S. P. D., & Cahyani, I. (2019). Perkembangan keterampilan sosial anak usia dini. JAPRA (Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal), 2(1), 52-65.

Rachmatunisa, N. R., & Rahmandani, A. (2023). Apakah Aku Masih Memiliki Harapan? Studi Kualitatif Fenomenologi Pengalaman Ibu Korban KDRT Hingga Memutuskan Bercerai. Jurnal EMPATI, 13(1), <https://doi.org/10.14710/empati.2024.27699> 63-69.

Sakius, G. G., Minarni, M., & Hayati, S. (2024). Gambaran Penyesuaian Diri Pada Taruna Politik Ilmu Pelayaran. Jurnal Psikologi <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i1.3734> Karakter, 4(1), 288-292.

Soraya, N., Mendrofa, N. E., Shalihah, N., Nainggolan, Y. R., & Nasution, A. A. B. (2024). Peran Hubungan Orang Tua dan Anak Slow Learner dalam Mendukung Proses Pendidikan. Jurnal Humaniora dan <https://humaniorasains.id/jhss/article/view/47>

