

# ***Hardiness* pada Ibu dengan Anak Autism Spectrum Disorder**

**Abidatuz Zakiyah, Ulfa masfufah\***

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: ulfa.masfufah.fpsi@um.ac.id

## **Abstract**

Parenting a child with Autism Spectrum Disorder (ASD) poses significant emotional and practical challenges for mothers as primary caregivers. This study aims to describe *hardiness* in mothers who have children with ASD and explain the contribution of *hardiness* to coping strategies used in facing parenting challenges. The study used a phenomenological approach with three mothers as subjects, selected through a purposive sampling technique. Data were obtained through in-depth interviews and analyzed using the Creswell technique. The results showed that the three aspects of *hardiness*—commitment, control, and challenge—play an important role in shaping mothers' coping strategies. Mothers with high *hardiness* tend to use a combination of problem-focused coping and emotion-focused coping strategies adaptively. *Hardiness* also enables mothers to manage their emotions, remain empowered in decision-making, and view challenges as opportunities for growth. The coping strategies formed are not only situational, but also develop along with the mother's experience in parenting her child. Thus, *hardiness* plays a role as a psychological foundation that supports mothers' resilience in the long term. The practical implications can be used as a basis for developing psychological assistance programs based on strengthening *hardiness* so that mothers can undergo parenting in a more resilient and meaningful way.

**Keywords:** autism spectrum disorder (ASD); coping strategy; *hardiness*

## **Abstrak**

Mengasuh anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) menimbulkan tantangan emosional dan praktis yang signifikan bagi ibu sebagai pengasuh utama. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan *hardiness* pada ibu yang memiliki anak dengan ASD serta menjelaskan kontribusi *hardiness* terhadap strategi coping yang digunakan dalam menghadapi tantangan pengasuhan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dengan tiga orang ibu sebagai subjek, yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan teknik Creswell. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga aspek *hardiness*—komitmen, kontrol, dan tantangan—berperan penting dalam membentuk strategi coping ibu. Ibu dengan *hardiness* tinggi cenderung menggunakan kombinasi strategi problem-focused coping dan emotion-focused coping secara adaptif. *Hardiness* juga memungkinkan ibu untuk mengelola emosi, tetap berdaya dalam mengambil keputusan, serta melihat tantangan sebagai peluang untuk bertumbuh. Strategi coping yang terbentuk tidak hanya bersifat situasional, tetapi berkembang seiring pengalaman ibu dalam mengasuh anaknya. Dengan demikian, *hardiness* berperan sebagai fondasi psikologis yang mendukung ketahanan ibu dalam jangka panjang. Implikasi praktisnya dapat dijadikan dasar dalam pengembangan program pendampingan psikologis berbasis penguatan *hardiness* agar ibu dapat menjalani pengasuhan secara lebih resilien dan bermakna.

**Kata kunci:** autism spectrum disorder (ASD); coping strategy; *hardiness*

## **1. Pendahuluan**

Autism Spectrum Disorder dalam DSM V, adalah suatu gangguan yang ditandai dengan defisit yang terus menerus dalam komunikasi sosial dan interaksi sosial, pola perilaku, minat, serta aktivitas yang terbatas dan berulang, sehingga gangguan-gangguan tersebut dapat mengganggu pada fungsi-fungsi kehidupan. Gangguan ASD pertama kali ditemukan oleh Kanner pada 1943 yang dideskripsikan sebagai ketidakmampuan individu dalam berinteraksi

dengan orang lain karena adanya gangguan bahasa, adanya aktivitas yang meniru dan berulang, keinginan yang kuat, serta adanya keinginan obsesif dalam mempertahankan rutinitas pada lingkungannya (Kristiana & Widayanti, 2016). Gangguan-gangguan yang dimiliki anak autis tersebut membuat anak akan sulit beradaptasi dan memiliki pola perkembangan yang sangat berbeda dari anak pada umumnya.

Kelahiran seorang anak dengan berkebutuhan khusus dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis orang tua (Astiti & Valentina, 2024). Dibandingkan ayah, ibu lebih sering merasa bersalah atas kelahiran anaknya yang berkebutuhan khusus. Hal ini karena adanya kedekatan emosional antara ibu dengan anak (Indiarti & Rahayu, 2020). Orang tua, khususnya ibu yang melahirkan akan mengalami perasaan campur aduk antara sedih, khawatir, cemas, kecewa, dan marah ketika mengetahui diagnosis yang diberikan (Ningsih, 2018). Kondisi anak yang tidak normal dan tidak sesuai harapan membuat ibu merasa malu dan takut dihina oleh orang lain (Faradina, 2016). Selain itu, kondisi anak yang berbeda dengan anak normal pada umumnya dapat membuat orang tua terutama ibu stres dalam pengasuhan. Hal ini berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Schieve dkk (2007) bahwa tingkat stres yang dialami orang tua yang memiliki anak autis 55% lebih tinggi daripada orang tua yang memiliki anak normal pada umumnya. Stres yang dialami ibu dapat dikurangi, salah satunya dengan cara memiliki karakteristik *hardiness*.

Fungsi dari *hardiness* adalah salah satunya membantu individu dalam beradaptasi. Tingginya *hardiness* sangat membantu dalam beradaptasi dengan hal baru dan tidak menimbulkan banyak stres (Ulamsari & Mardiawan, 2016). Ibu dapat menerima keadaan anak dengan baik apabila dapat mengembangkan kemampuan beradaptasi dengan cara menemukan strategi dalam mengatasi stres, mengembangkan perilaku positif terhadap lingkungan dan emosi positif yang menetralkan dampak negatif stres, sehingga ibu dapat mencari berbagai cara agar mudah menerima keadaan anak serta mencari preferensi penyembuhan untuk anaknya. Ibu yang memiliki anak autis dengan *hardiness* yang kuat, akan melihat masalah dan situasi stres, dalam hal ini membesarkan anak autis, sebagai tantangan dan peluang untuk berkembang dalam situasi tersebut. Para ibu juga melibatkan diri dalam menghadapi berbagai situasi pengasuhan anak tanpa lari darinya, dan mengambil tanggung jawab terhadap setiap situasi pengasuhan anak (Fitriani & Ambarini, 2013).

Merujuk pada perkataan Maddi (2013) *hardiness* adalah bentuk kepribadian dari sikap dan strategi yang membantu orang mengubah keadaan hidup yang penuh tekanan dari kemungkinan bencana menjadi peluang untuk berkembang. Kobasa (1979) mengatakan individu-individu yang tangguh (*hardy*) ketika menghadapi kehidupan yang penuh tekanan adalah dengan mencari cara bagaimana mereka mengevaluasi ancaman yang ditimbulkan oleh peristiwa tersebut dan mengatasinya. Konsep *hardiness* mulai ditemukan pada tahun 1970-an melalui penelitian longitudinal kepada para manajer di IBT yang dilakukan oleh Maddi dan tim peneliti Universitas Chicago (dalam Maddi, 2002). Ada tiga aspek utama dalam konsep *hardiness* yang biasa disebut 3C yakni *commitment*, *control*, dan *challenge* (Maddi, 2013). Komponen-komponen dari *hardiness* ini berkontribusi dalam mengarahkan dan menjaga kesehatan mental individu, terutama ibu sebagai pengasuh utama anaknya yang berkebutuhan khusus. Komitmen, kontrol, dan tantangan akan membantu ibu dalam mengatur strategi pengasuhan maupun penerimaan dan membantu dalam mengurangi dampak stres berlebihan yang didapatkan dari peristiwa-peristiwa yang penuh tekanan.

Beberapa penelitian yang pernah dilakukan menunjukkan bahwa *hardiness* dapat membantu ibu dalam proses penerimaan maupun proses pengasuhan yang dapat menimbulkan stres. Penelitian yang dilakukan oleh Ulamsari dan Mardiwawan (2016) pada ibu yang memiliki anak autisme memberikan hasil bahwa ibu yang memiliki *hardiness* rendah, maka memiliki penerimaan yang rendah pula. Penerimaan ibu yang buruk mempengaruhi cara ibu mengatasi tantangan yang dihadapinya. Ibu dengan penerimaan rendah tidak mengetahui solusi apa yang harus dicari ketika menghadapi permasalahan lingkungan atau dalam mengasuh anaknya (Ulamsari & Mardiwawan, 2016). *Hardiness* juga membantu ibu mengatasi stres dalam pengasuhan yang dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Olianda & Rizal (2020) serta Maysa & Khairiyah (2019) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, bahwa semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki ibu, maka semakin rendah pula kecenderungan ibu mengalami stres pengasuhan.

Selain itu, *hardiness* juga dapat memengaruhi subjective well-being dan psychological well-being pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (Urrochmah, 2018; Kusuma, 2017). Desiningrum & Kurniawati (2023) pada penelitiannya memaparkan bahwa self-efficacy dan *hardiness* dalam mengasuh anak berperan mengurangi tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang mungkin timbul akibat mengasuh anak autisme, serta membantu orang tua beradaptasi dan merasa percaya diri dalam menghadapi tantangan dalam mengasuh anak. Penelitian lain juga dilakukan oleh Devina & Penny (2016); Daulay dkk (2018); Fitriana & Triyono (2023) yang dalam artikelnya memaparkan bahwa dalam prosesnya, pembentukan kepribadian *hardiness* pada setiap ibu berbeda-beda karena karakteristik disabilitas anak yang juga berbeda-beda. Dari penjelasan tersebut, diketahui bahwa ibu yang menjadi pengasuh utama anak autisme menghadapi beberapa permasalahan yang dapat memicu stres sehingga *hardiness* dibutuhkan oleh seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus untuk meminimalisir dampak stres yang didapatkan dari kejadian-kejadian yang penuh tekanan baik dalam proses penerimaan maupun pengasuhan. Maka dari itu, fokus penelitian ini adalah mengetahui bagaimana gambaran *hardiness* pada ibu yang memiliki anak dengan autisme spectrum disorder serta bagaimana strategi ibu dalam menghadapi tantangan yang muncul dalam mengasuh anak dengan gangguan spektrum autisme. Eksplorasi tentang gambaran *hardiness* dan strategi ibu dalam menghadapi tantangan yang muncul diharapkan dapat memberikan wawasan baru dalam pengembangan program dukungan dan intervensi bagi ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dapat ditelaah mulai dari penelitian yang dilakukan oleh Fitriana & Triyono (2023) memaparkan gambaran *hardiness* pada subjeknya melalui aspek, ciri-ciri, tahapan, dan faktor pembentukan *hardiness*. Lalu data dianalisis menggunakan penjadwalan pola, pembuatan eksplanasi, dan analisis deret waktu. Adapun yang membedakan adalah subjek dan teknik analisis data yang digunakan. Pada penelitian ini subjek merupakan ibu yang memiliki anak autisme. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan mengacu pada teknik analisis data milik Creswell (2020) yakni data dianalisis mulai dari menyiapkan dan mengorganisasikan data dalam bentuk teks yaitu transkrip wawancara/verbatim, kemudian mereduksi data menjadi tema melalui pengkodean dan peringkasan kode, dan terakhir menyajikan data dalam bentuk bagan, tabel, atau pembahasan.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Devina & Penny (2016). Dalam artikel tersebut menjelaskan *hardiness* pada subjek melalui dimensi 3C yaitu commitment, control, dan

challenge. Kemudian uji kredibilitas data menggunakan metode triangulasi data dengan cara melengkapi hasil data utama dengan hasil data pendukung lainnya. Kesamaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian yang dilakukan oleh Devina & Penny (2016) adalah membahas tentang *hardiness* seorang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Adapun yang membedakan adalah subjek dan metode uji kredibilitas yang digunakan, dalam penelitian ini subjek yang digunakan adalah ibu yang memiliki anak autisme dan uji kredibilitas akan menggunakan metode member check.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Daulay (2016) hasilnya memaparkan gambaran profil ketangguhan pada ibu melalui aspek-aspek ketangguhan (*hardiness*) yang diukur dengan menggunakan alat ukur berupa skala Ketangguhan (Dispositional Resilience Scale/DRS-15). Kemudian data diolah dan dianalisis untuk melihat tingkat *hardiness* yang dimiliki oleh para subjek. Kesamaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian yang dilakukan oleh Daulay (2016) adalah membahas tentang *hardiness* seorang ibu yang memiliki anak autisme spectrum disorder. Adapun yang membedakan adalah metode penelitian yang digunakan oleh Daulay (2016) yang menggunakan metode kuantitatif, sedangkan metode yang peneliti gunakan ialah metode kualitatif yang diharapkan mampu menjelaskan dengan mendalam seperti apa gambaran *hardiness* pada ibu yang memiliki anak autisme dan juga strategi yang digunakan dalam menghadapi tantangan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam bagaimana gambaran *hardiness* pada ibu yang memiliki anak dengan autisme spectrum disorder, serta mengidentifikasi strategi-strategi yang digunakan oleh para ibu dalam menghadapi berbagai tantangan dalam pengasuhan. Dengan fokus pada aspek-aspek utama *hardiness* yaitu commitment, control, dan challenge, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam pengembangan program intervensi psikologis dan dukungan sosial bagi ibu yang memiliki anak dengan ASD.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan pendeskripsian fenomena-fenomena yang dialami oleh subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, sikap, dan sebagainya, ditulis dalam bentuk kata-kata dan bahasa secara holistik pada konteks alamiah tertentu dengan menggunakan berbagai metode alamiah (Moleong, 2019). Kemudian pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi fenomenologis transdental yang berfokus pada deskripsi tentang pengalaman dari para subjek dalam penelitian ini (Moustakes dalam Creswell, 2020). Deskripsi dikembangkan dengan menggabungkan esensi makna dari pengalaman semua subjek. Deskripsi ini terdiri dari “apa” yang mereka alami dan “bagaimana” mereka mengalaminya (Moustakes dalam Creswell, 2020). Sehingga metode ini tepat digunakan pada penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan *hardiness* pada ibu yang memiliki anak autisme spectrum disorder dan strategi coping yang digunakan dalam menghadapi tantangan berdasarkan dari pengalaman para subjek selama pengasuhan.

Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yakni teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu (Sugiyono, 2010). Purposive sampling atau pengambilan sampel purposif adalah teknik pengambilan sampel non-probabilitas berdasarkan karakteristik subjek yang dipilih, karena karakteristik tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yang dilakukan. Strategi sampling dalam teknik purposive

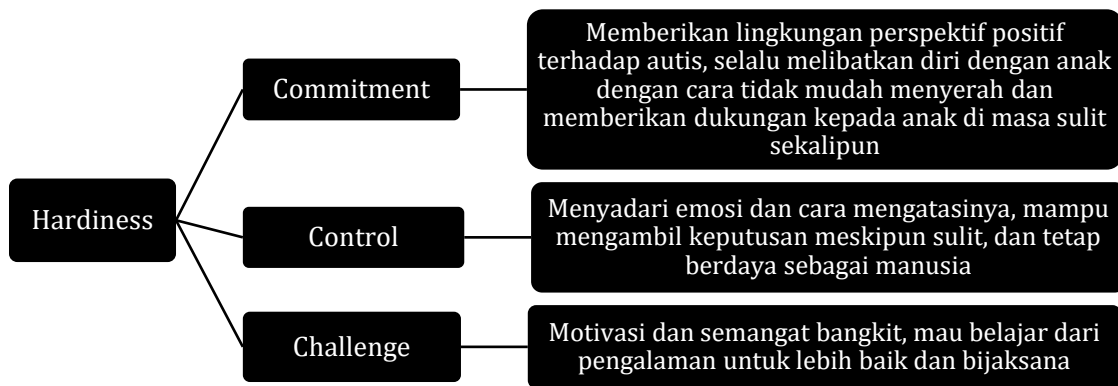
sampling yang dipilih dalam penelitian ini adalah strategi sampling kriteria yang berfungsi ketika semua individu yang dipelajari mewakili masyarakat yang telah mengalami fenomena tersebut (Creswell, 2020). Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak kandung autisme dan menjadi pengasuh utama anak tersebut. Jumlah sampel yang akan diambil adalah 3 orang. Dukes (dalam Creswell, 2020) menyarankan untuk mempelajari 3 sampai 10 subjek dalam penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Para subjek dalam penelitian ini diambil dari ibu-ibu yang tergabung dalam komunitas Mom of Rare Disease (MORE) Community dan dipilih sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan.

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah observasi, wawancara, dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah milik Creswell (2014). Data dianalisis mulai dari menyiapkan dan mengorganisasikan data dalam bentuk teks yaitu transkrip wawancara/ verbatim, kemudian mereduksi data menjadi tema melalui pengkodean dan peringkasan kode, dan terakhir menyajikan data dalam bentuk bagan, tabel, atau pembahasan. Uji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik member check. Member check adalah suatu prosedur dalam penelitian kualitatif yang pada prosesnya peneliti memberikan hasil analisis atau temuan kepada para subjek untuk dilakukan revisi, verifikasi, atau diberikan komentar terhadap penafsiran yang peneliti sudah lakukan (Thomas, 2016). Tujuan dari dilakukannya member check adalah untuk memastikan bahwa penafsiran terhadap pengalaman dan sudut pandang subjek dalam penelitian sudah benar dan sesuai dengan apa yang dimaksudkan oleh subjek sehingga teknik ini tepat digunakan dalam penelitian ini. Proses member check dalam penelitian ini adalah dengan cara menyajikan hasil interpretasi yang telah dilakukan oleh peneliti dan selanjutnya para subjek diminta untuk memberikan tanggapan dari hasil interpretasi tersebut

### 3. Hasil dan Pembahasan

Kehidupan ketiga subjek dalam mengasuh anak autisme terasa lebih berat karena karakteristik anak autisme yang sangat kompleks dan berbeda dengan anak tipikal lainnya. Mereka yang sebelumnya tidak pernah menyangka akan memiliki anak berkebutuhan khusus kini harus berjuang lebih keras untuk terus melanjutkan hidup. Tidak mudah menerima kondisi anak yang demikian, namun ketiga subjek telah melewati masa-masa kelam atas kesedihan yang menimpa anak mereka. Butuh waktu yang cukup lama agar para subjek bisa beradaptasi dengan kondisi anak yang menderita autisme. Dukungan dari orang-orang terdekat juga berperan penting bagi para subjek dalam proses beradaptasi. Karakteristik *hardiness* yang dimiliki para subjek terbentuk melalui pengalaman-pengalaman yang panjang dan sulit untuk bisa mencapai titik saat ini.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada ketiga subjek, didapatkan gambaran *hardiness* secara umum. *Hardiness* ketiga subjek tersebut digambarkan melalui aspek commitment, control, dan challenge, secara singkatnya dapat dilihat pada tabel berikut.



Gambar 1. Gambaran *Hardiness* Ketiga Subjek

### *Commitment*

*Commitment* dalam Bahasa Indonesia yang berarti komitmen mengandung keyakinan bahwa penting untuk tetap terlibat dalam situasi apa pun yang terjadi, daripada terpuruk ke dalam sikap abai dan keterasingan. Individu dengan komitmen yang tinggi tidak akan putus asa dan tetap terlibat dengan apapun yang terjadi (Maddi, 2013). Ketiga ibu dalam subjek penelitian tetap memberikan dukungan kepada anaknya meskipun banyak kesulitan yang dihadapi karena kondisi anaknya yang berkebutuhan khusus. Ibu DD memberikan dukungan berupa mencukupi kebutuhan stimulasi anaknya agar bisa tumbuh optimal, meskipun Ibu DD seorang pekerja, Ibu DD tetap mengusahakan stimulasi yang cukup pada anaknya melalui pendidikan formal di sekolah dan berbagai terapi yang dibutuhkan anak,

*...terus pengasuhannya saya yang bertanggung jawab untuk terapi dan sekolahnya, ayahnya yang bertanggung jawab untuk mengantar jemput, seperti itu. Dan ketika saya pulang ke rumah, lelah, ayahnya yang mengurus, nanti setelah bangun tidur, gantian saya yang mengurus. Terus pengasuhannya juga dia terapi seminggu dia 3x terapi, terapinya itu okupasi, sensori, sama wicara. (DD.W1.300524.60)*

Begitupun pada Ibu MG yang berusaha mencarikan lingkungan sekolah dan terapi yang nyaman serta bisa mendukung tumbuh kembang anaknya secara optimal. Berbeda dengan Ibu DD dan Ibu MG, Ibu NK tidak hanya memberikan dukungan berupa sekolah dan terapi, Ibu NK juga memberikan dukungan pada kebiasaan anaknya yang selalu ingin menaiki angkot setiap hari, dengan harapan aktivitas tersebut bisa membantu anak dalam menumbuhkan sikap antri dan sabar, “*Tapi aku merasa dia dengan naik angkot tuh jadi cenderung lebih sabar, dia kan soalnya nunggu angkot di pinggir jalan sini tunggu angkotnya datang, nanti di terminal kan masih ngetamp lagi 20 menit sebelum balik kesini*”, (NK.W3.040624.054) Dukungan-dukungan tersebut dilakukan karena anak berkebutuhan khusus dapat berkembang lebih baik sesuai kemampuannya dengan dukungan orang tua dan orang disekitarnya (Sipahutar & Agustin, 2016).

Dukungan-dukungan tersebut dilakukan karena anak berkebutuhan khusus dapat berkembang lebih baik sesuai kemampuannya dengan dukungan orang tua dan orang di sekitarnya (Sipahutar & Agustin, 2016). Salah satu bentuk nyata dari dukungan tersebut tercermin dalam komitmen yang kuat dari para ibu dalam menghadapi berbagai tantangan

pengasuhan. Komitmen ini tidak hanya tercermin dari keberanian mereka menghadapi kenyataan, tetapi juga dari keteguhan untuk tidak mudah menyerah dalam menjalani proses pengasuhan anak dengan autisme.

Misalnya, Ibu DD menunjukkan bentuk komitmennya melalui upaya aktif dalam memahami kondisi anaknya. Setelah mengetahui diagnosis autisme, ia mengikuti kelas edukasi yang diselenggarakan oleh seorang terapis. Meski pada awalnya merasa kesulitan memahami materi yang disampaikan, Ibu DD tetap memilih untuk kembali mengikuti kelas kedua kalinya. Ketekunannya tersebut akhirnya membuahkan hasil, ia mulai memahami tentang autisme secara lebih mendalam, *“Dari situ saya mulai daftar kelasnya, mengikuti kelasnya, awalnya ga ngerti sama sekali “apa ini, apa” terus lama-lama ikut lagi, kedua baru paham kayak gitu,”* (DD.W1.300524.14). Sikap pantang menyerah ini juga terlihat pada Ibu MG, yang menghadapi tantangan saat anaknya sering tantrum saat mengenakan pakaian. Ia melakukan berbagai percobaan untuk menemukan penyebab perilaku tersebut hingga akhirnya bisa memahaminya (MG.W2.310524.56). Upaya orang tua untuk memahami perilaku anak merupakan langkah penting dalam membangun penerimaan dan keterampilan pengasuhan yang sesuai, sebagaimana disampaikan oleh Kurniawan dkk. (2018), bahwa pemahaman terhadap perilaku anak akan membantu orang tua dalam menerima kondisi dan menyesuaikan cara pengasuhan mereka.

Sementara itu, Ibu NK juga menunjukkan komitmen melalui responnya terhadap perilaku tutup mulut (GTM) yang dialami anak saat makan. Meskipun awalnya tidak terlalu aktif mencari solusi, akhirnya Ibu NK memutuskan untuk menghadapi tantangan tersebut dengan serius dan berusaha mencari cara agar anaknya tetap terpenuhi kebutuhannya,

*saya udah sampai nangis, sampai gimana ini gak mau makan sama sekali sehari-hari kaya gitu, ya sudahlah yang penting mama sudah usaha ya to terserah kamu deh mau bagaimana, terus kayak muncul perasaan, gak bisa, gak bisa ini dibiarkan anaknya soalnya,* (NK.W3.040624.034).

Ketiga ibu ini memperlihatkan bahwa komitmen bukan hanya tentang keteguhan hati, tetapi juga tentang kesediaan untuk terus belajar dan beradaptasi.

Selain itu, komitmen mereka juga tampak dalam usaha untuk menciptakan pandangan positif di lingkungan sosial terhadap anak-anak mereka yang memiliki autisme. Proses penerimaan terhadap kondisi anak memang bukan hal yang mudah, namun para subjek tidak hanya berupaya berdamai dengan kenyataan, tetapi juga berperan aktif dalam membentuk lingkungan sosial yang lebih inklusif dan suportif. Misalnya, Ibu DD secara rutin mengunggah konten-konten tentang keseharian serta capaian kecil anaknya di media sosial sebagai bentuk edukasi publik dan upaya menyebarkan kesadaran tentang autisme, *“Saya itu sering upload konten-konten keseharian anak atau capaian progres kecil si anak itu sekalian buat mengedukasi begitu,”* (DD.W1.300524.34). Ibu MG pun melakukan pendekatan kepada para wali murid di sekolah anaknya, memberikan penjelasan agar tidak timbul prasangka atau stigma terhadap perilaku anak yang tidak sesuai dengan anak tipikal, *“jadi kita menjelaskan sebisa mungkin supaya menenangkan bahwa kita juga orang tua sama dengan mereka gitu,”* (MG.W2.310524.44). Demikian pula dengan Ibu NK, yang berusaha menjelaskan bahwa autisme bukanlah sesuatu yang negatif, melainkan sebuah diagnosis ilmiah yang seharusnya dipahami secara objektif seperti halnya penyakit atau kondisi medis lainnya

(NK.W3.040624.016). Menurut Wijaksono (2016), dukungan lingkungan yang positif dapat membantu orang tua menerima kondisi anak dengan lebih baik.

Di tengah berbagai kesulitan dan proses adaptasi yang menantang, para ibu ini tetap menunjukkan komitmen yang konsisten terhadap peran mereka sebagai orang tua. Mereka tidak pernah abai terhadap kebutuhan anak-anaknya. Ibu DD, misalnya, secara aktif memantau aktivitas anak, berusaha menjalin komunikasi dengan lingkungan sekolah anak, dan menjaga interaksi yang mendukung perkembangan sosial anak (DD.W1.300524.68; DD.W1.300524.62). Ibu MG pun secara proaktif menjalin koordinasi dengan pihak-pihak yang dapat membantu mengoptimalkan tumbuh kembang anaknya (MG.W2.310524.26). Komitmen yang mereka tunjukkan mencerminkan kesadaran mendalam bahwa pengasuhan anak berkebutuhan khusus bukan hanya soal menerima, tetapi juga tentang terus bertumbuh bersama anak dalam situasi yang penuh tantangan dan dinamika.

### **Control**

Menurut Maddi (2013), control adalah keyakinan individu bahwa dalam situasi sulit sekalipun, mereka tetap dapat berusaha mengubah stres menjadi peluang untuk berkembang. Individu dengan control tinggi tidak menyerah pada rasa tidak berdaya. Dalam konteks ibu dengan anak autisme, proses diagnosis yang panjang memengaruhi respons emosional mereka secara berbeda. Seperti Ibu NK merasa lega saat diagnosis ditegakkan karena menjadi tahu langkah yang harus diambil ke depan, *“Akhirnya waktu umur 4 tahun itu, saya ke psikolog klinis anak itu baru orangnya “ya udah jelas semua tanda-tandanya udah semua emang autisme”, jadi perasaannya itu kayak lega, kayak dapet jawaban begitu”*, (NK.W3.040624.012), sementara yang lain seperti Ibu DD membutuhkan waktu hingga tiga bulan untuk bangkit dari depresi (DD.W1.300524.12). Hal ini sejalan dengan temuan Navot (2015) bahwa ibu anak autisme mengalami emosi kompleks seperti sedih, bersalah, takut, hingga depresi.

Untuk mengatasi stres, para ibu memilih cara yang berbeda. Ibu DD, misalnya, menjauh dari lingkungan yang tidak mendukung dan menyadari bahwa ia tidak dapat mengontrol sikap orang lain, namun bisa membatasi pengaruh negatif dalam hidupnya,

*Saya sudah membatasi sirkel. Saya sudah gak butuh banyak sirkel, khususnya kepada masyarakat yang tidak bisa menerima anak saya, saya sudah berani remove kontakannya di whatsapp, meng-unfollow instagramnya. Saya mengecilkan sirkel yang menurut saya lebih terfokus, supaya energi saya gak banyak habis* (DD.W1.300524.50).

Rendahannya penerimaan sosial terhadap anak autisme juga menjadi faktor stres emosional (Chodidjah & Kusumasari, 2018). Di sisi lain, Ibu MG mengelola emosinya melalui yoga dan bahkan mengambil sertifikasi instruktur yoga untuk anak autisme sebagai bentuk penerimaan dan rasa syukur (MG.W2.310524.30).

Para ibu dalam subjek penelitian ini memilih untuk menjadi lebih berdaya sebagai seorang perempuan alih-alih terus terpuruk dalam kesedihan sebagai ibu yang memiliki anak autisme. Para ibu memilih untuk bangkit dan terus melanjutkan kehidupannya, bukan hanya sebagai seorang ibu yang memiliki anak autisme melainkan juga sebagai perempuan dengan banyak peran lainnya. Seperti misalnya Ibu DD yang melanjutkan profesinya sebagai dosen, Ibu MG yang melanjutkan bisnisnya ditambah dengan menjadi instruktur yoga anak autisme, dan

Ibu NK yang menjadi ketua komunitas yang berisi ibu-ibu dengan anak disabilitas lainnya. Ibu NK dan teman-temannya melalui komunitas tersebut menjadi pendukung bagi ibu-ibu yang bernasib serupa untuk bangkit dan terus menjalani hidup. Dapat disimpulkan, para ibu dalam penelitian ini memilih untuk bangkit dan menjalani hidup secara lebih berdaya. Mereka tidak hanya menjalankan peran sebagai ibu dari anak autisme, tetapi juga melanjutkan peran profesional dan sosial lainnya.

### **Challenge**

*Challenge* atau tantangan merupakan kemampuan individu untuk memaknai perubahan hidup sebagai peluang untuk tumbuh dalam kebijaksanaan dan keterampilan. Menurut Maddi (2013), individu dengan aspek tantangan yang tinggi meyakini bahwa kegagalan maupun kesuksesan adalah sarana pembelajaran, dan bahwa kepuasan hidup dapat dicapai dengan mengubah stres menjadi peluang untuk berkembang.

Dalam konteks menjadi orang tua dari anak dengan autisme, tantangan dan kesulitan memang lebih sering muncul. Namun, apabila seseorang mampu melihat kehidupan secara lebih bijaksana, maka sisi-sisi positif pun dapat ditemukan. Misalnya, terdapat banyak pelajaran berharga yang hanya akan dialami oleh orang tua dari anak berkebutuhan khusus, namun sejatinya pelajaran tersebut bermanfaat bagi semua orang. Salah satu contohnya adalah pengetahuan tentang tahapan perkembangan anak (*milestone development*), yang seharusnya dipahami bukan hanya oleh orang tua dari anak dengan kebutuhan khusus, melainkan oleh setiap individu, karena setiap manusia mengalami proses perkembangan sebagaimana yang disampaikan oleh subjek MG, *“tetapi saya ambil positifnya adalah saya banyak belajar sesuatu yang orang tua lain nggak belajar, tapi sesuatu hal itu bermanfaat untuk semua anak, jadi nggak cuma untuk special needs”*, (MG.W2.310524.30).

Sisi positif lainnya adalah meningkatnya kesadaran (*awareness*) para ibu terhadap kondisi anak mereka. Kesadaran ini membantu ibu untuk lebih mampu menerima dan memaknai kekurangan yang dimiliki anak secara lebih positif, *“Kayaknya jadi lebih tau juga si mbak tentang autisme dan dunia anak kebutuhan khusus, karena sebelumnya kan gak tau sama sekali,”* (NK.W3.040624.024). Hal ini sejalan dengan temuan Daulay dkk. (2018), yang menyatakan bahwa semakin banyak informasi yang diterima ibu mengenai autisme dan penanganannya, maka akan semakin kuat pula kapasitas ibu dalam menjalankan peran pengasuhan terhadap anaknya.

Kemampuan untuk memaknai tantangan secara positif juga berkaitan erat dengan proses individu dalam bangkit dari kesedihan dan keterpurukan emosional. Tantangan yang dihadapi oleh ibu dari anak dengan autisme tidak hanya berkaitan dengan aspek teknis pengasuhan, tetapi juga menyentuh sisi emosional yang mendalam. Bangkit dari kesedihan akibat diagnosis anak bukanlah hal yang mudah. Dibutuhkan motivasi yang kuat serta semangat berkelanjutan agar seseorang dapat pulih dan menerima kondisi tersebut secara utuh.

Hal ini dialami oleh ketiga subjek penelitian. Pada awalnya, mereka tidak langsung menerima diagnosis autisme yang diberikan kepada anak mereka. Proses penerimaan membutuhkan waktu, serta dorongan yang bersumber dari dalam diri (*motivasi intrinsik*) maupun dari lingkungan sekitar (*motivasi ekstrinsik*). Wilujeng (2017) menjelaskan bahwa motivasi orang tua dalam menghadapi anak berkebutuhan khusus memang muncul dari dua

arah tersebut: motivasi intrinsik berasal dari kekuatan pribadi, sedangkan motivasi ekstrinsik muncul karena dukungan atau dorongan orang lain.

Contoh dari motivasi ekstrinsik terlihat pada Ibu DD dan Ibu NK. Ibu DD mengaku termotivasi setelah melihat sosok-sosok lain yang memiliki beban hidup lebih berat namun tetap mampu menjalani kehidupan dengan penuh ketangguhan dan ketenangan. Ia merasa dirinya masih terlalu lemah dan mulai terdorong untuk menjadi pribadi yang lebih kuat dan bersyukur, *“Oh ternyata selama ini saya pikir saya yang paling menderita ternyata ada yang lebih parah. Ada yang lebih berat cobaannya, tapi lebih tangguh, lebih elegan. Oh ternyata saya masih lemah. Jadi di situ termotivasi untuk lebih kuat dan bersyukur,”* (DD.W1.300524.30). Motivasi tersebut membuat komitmen Ibu DD untuk bangkit semakin kuat, yang kemudian tercermin dalam konsistensinya untuk tidak pernah mengabaikan anaknya (DD.W1.300524.48). Hal serupa juga dirasakan oleh Ibu NK yang mengaku terinspirasi oleh semangat ibu-ibu lain yang membagikan kisah tentang anak mereka di media sosial tanpa rasa malu, dan justru menunjukkan kekuatan mereka dalam menjalani peran sebagai orang tua

*ini mbak salah satunya sih liatin IG ibu-ibu yang anaknya ABK, kayak begitu, jadi tau oh ternyata aku gak sendirian dan mereka tuh gak malu sharing tentang anaknya di media sosial mereka, kan mereka sharing-nya dari down terus gimana bangkit kayak gitu, jadi merasa oh iya ini harus bangkit, saya pasti bisa kayak mereka.* (NK.W3.040624.084)

Proses bangkit dari kesedihan tidak hanya berhenti pada penerimaan, tetapi juga mengarah pada upaya menemukan makna dari setiap peristiwa yang dialami. Setelah melalui tahapan emosional yang berat, para subjek dalam penelitian ini mulai menunjukkan kemampuan untuk merefleksikan pengalaman mereka secara lebih mendalam. Mereka tidak hanya mampu bangkit, tetapi juga belajar memaknai tantangan yang hadir sebagai bagian penting dalam kehidupan yang membawa pembelajaran serta pertumbuhan pribadi.

Motivasi internal yang kuat terlihat secara nyata pada Ibu MG. Ia menyatakan bahwa berbagai tantangan yang ia hadapi bersama anaknya justru membuat hidup terasa lebih hidup dan bermakna. Pengalaman tersebut memperkaya batinnya, membentuk pribadi yang lebih resilien dan matang, *“yang saya rasain semua tantangannya itu ya tetep membuat saya harus lebih hidup dan saya merasa saya lebih berisi dengan semua yang saya sudah lewati gitu Abida, dan kita bangga,”* (MG.W2.310524.74). Kemampuan untuk menemukan makna hidup dari peristiwa, baik yang bersifat positif maupun negatif, sangat tergantung pada cara individu memaknainya. Menurut Puspasari dan Alfian (2012), seseorang dapat menemukan makna dari sebuah peristiwa jika ia mampu melihat hikmah di balik kejadian tersebut, termasuk dari kesulitan yang dihadapi.

Hal ini juga tercermin dalam pengalaman para subjek lainnya. Mereka tidak hanya memandang kesulitan sebagai beban, tetapi juga sebagai peluang untuk mengembangkan diri. Misalnya, Ibu DD menuturkan bahwa tantangan dalam mengasuh anak dengan autisme menuntutnya untuk menjadi pribadi yang lebih sabar, tenang, pandai mengatur waktu, dan selektif dalam memilih lingkungan sosial yang mendukung, *“Perubahan yang dirasakan setelah memiliki anak autis, saya merasa menjadi pribadi yang lebih harus pandai mengatur waktu, harus lebih sabar, harus lebih tenang, dan lebih selektif dalam memilih komunitas yang mendukung dalam bergaul,”* (DD.W1.300524.36). Sementara itu, Ibu MG mengaku belajar banyak hal dari pengalaman bersama anaknya, seperti menghargai hal-hal kecil dalam hidup

serta memahami pentingnya memberikan apa yang dibutuhkan anak, bukan sekadar memenuhi keinginan pribadi (MG.W2.310524.26).

Para ibu dalam penelitian ini juga menunjukkan sikap bijaksana dalam memaknai kesuksesan dan kegagalan. Kegagalan tidak dipandang sebagai akhir dari segalanya, melainkan sebagai sarana pembelajaran dan refleksi diri. Ibu MG menyebut bahwa setiap kegagalan memberikan ilmu baru, *“Misalnya di kantor gitu ya, saya punya project misalnya gagal, setidaknya saya punya ilmu untuk saya belajar kenapa saya gagal, salah saya ada dimana, dan kalau itu bisa diulang atau misalnya dicoba kembali itu akan saya coba lagi,”* (MG.W2.310524.78), sedangkan Ibu DD melihat kegagalan sebagai bentuk evaluasi yang dapat mendorongnya naik ke jenjang kehidupan berikutnya,

*Kegagalan itu alat evaluasi paling efektif, karena dari kegagalan kita tahu “oh ternyata ini kemarin tidak berhasil” sehingga selanjutnya saya harus lebih baik lagi, saya harus mencari pintu mana lagi yang terbuka. Jadi seperti anak tangga, kegagalan itu sudah membawa kita ke level tertentu hingga naik lagi begitu* (DD.W1.300524.86).

Ibu NK bahkan memandang kegagalan sebagai cara Tuhan untuk menyelamatkan seseorang dari jalan hidup yang mungkin kurang tepat baginya, *“Nggak selalu kegagalan itu keberhasilan tertunda, tapi mungkin kegagalan itu adalah salah satu caranya Allah untuk menyelamatkan kita,”* (NK.W3.040624.090).

Demikian pula dalam memaknai kesuksesan, para subjek tidak mengaitkannya semata-mata dengan pencapaian materi. Bagi mereka, kesuksesan bersifat subjektif dan bergantung pada bagaimana seseorang memandang serta mensyukuri proses dan hasil dari perjuangannya. Pandangan ini menunjukkan tingkat kedewasaan dan kebijaksanaan yang terbentuk dari proses panjang dalam menghadapi tantangan sebagai orang tua dari anak dengan kebutuhan khusus.

### **Strategi Coping Ibu dalam Menghadapi Tantangan**

Dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama mengasuh anak dengan autisme, para ibu yang menjadi subjek penelitian menunjukkan beragam respons adaptif yang dapat dikategorikan dalam dua jenis strategi coping, yakni problem-focused coping dan emotion-focused coping (Folkman & Lazarus, 1984). Strategi coping ini tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan merupakan hasil dari interaksi antara stresor dan karakteristik kepribadian ibu, salah satunya adalah *hardiness*. *Hardiness* merujuk pada sifat kepribadian tangguh yang terdiri dari tiga komponen utama: komitmen, kontrol, dan tantangan (commitment, control, and challenge), yang memainkan peran penting dalam memodulasi respons terhadap stres (Nemati, et.al. 2024).

Pada emotion-focused coping, para ibu berupaya mengelola tekanan emosional yang timbul akibat kondisi anak yang tidak sesuai dengan harapan awal mereka. Pola ini tampak dari bagaimana mereka berusaha mengubah cara pandang terhadap anak autis, dari yang awalnya mengalami penolakan menjadi penerimaan. Proses reinterpretasi ini menunjukkan adanya komponen kontrol dalam *hardiness*, yakni keyakinan bahwa individu memiliki kontrol atas makna dan respons terhadap stresor. Ibu mulai melihat anak bukan sebagai “masalah”, tetapi sebagai pribadi unik yang tetap bisa membawa kebahagiaan dalam kehidupan mereka.

Hal ini didukung oleh studi dari (Saif & Al-Khatib, 2025; Maddi, 2006) yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat *hardiness* tinggi cenderung memilih strategi coping yang lebih positif, termasuk dengan mengubah cara berpikir terhadap sumber stres. Misalnya, seperti ditunjukkan dalam pernyataan NK dan MG, perubahan sudut pandang terhadap anak dan situasi yang dihadapi menjadi salah satu cara mereka mereduksi tekanan emosional.

Selain itu, bentuk emotion-focused coping juga terwujud melalui aktivitas yang menyeimbangkan kebutuhan psikologis dan biologis, seperti olahraga, istirahat, menangis, berbincang dengan orang yang positif, hingga aktivitas keagamaan. Strategi ini mencerminkan adanya komitmen terhadap diri sendiri dan kehidupan, yaitu dengan tetap menjaga keseimbangan emosional demi keberlangsungan fungsi peran sebagai ibu. Ibu-ibu ini tidak menyerah pada tekanan, tetapi memilih tetap terlibat aktif dalam proses adaptasi secara emosional. Penelitian oleh Sheard & Golby (2006) menyatakan bahwa individu dengan *hardiness* tinggi lebih mampu mengatur tekanan internal melalui aktivitas-aktivitas yang bersifat self-care dan spiritual, karena mereka memiliki kelekatan terhadap nilai-nilai hidup yang diyakini penting. Ini memperkuat temuan bahwa para ibu yang mampu menjaga aspek psikologis dan spiritual menunjukkan bentuk coping yang tidak terlepas dari kontribusi *hardiness* sebagai buffer stres.

Pada sisi lain, problem-focused coping dilakukan dengan berbagai cara yang lebih langsung menangani sumber masalah. Misalnya, berbicara dengan pasangan untuk memvalidasi perasaan dan mencari solusi, hingga membangun lingkungan sosial yang suportif di sekolah anak maupun komunitas sesama orang tua dari anak berkebutuhan khusus. Strategi ini mencerminkan aspek challenge dalam *hardiness*, di mana stres dipandang bukan sebagai ancaman, melainkan sebagai peluang untuk berkembang dan mencari solusi konstruktif. Studi oleh Hystad et al. (2009) memperkuat hal ini, bahwa individu dengan *hardiness* tinggi cenderung memilih strategi coping yang aktif dan berorientasi solusi saat menghadapi tantangan yang kompleks. Dalam konteks ini, ibu-ibu menunjukkan inisiatif dalam membangun jaringan dukungan sosial yang akhirnya memperkuat kemampuan adaptif mereka.

Strategi coping yang digunakan oleh para ibu bersifat dinamis, seiring dengan bertambahnya pengalaman dan perubahan situasi dalam pengasuhan anak autisme. Hal ini menunjukkan bahwa *hardiness* tidak hanya membantu dalam memilih strategi coping yang tepat, tetapi juga memfasilitasi fleksibilitas adaptif dalam jangka panjang. Kemampuan untuk tetap berkomitmen dalam peran keibuan, mempertahankan kontrol dalam pengambilan keputusan, serta memandang tantangan sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh, semuanya merupakan fondasi dari *hardiness* yang kemudian terwujud dalam pola coping yang konstruktif. Penelitian dari Ebrahimi et al. (2016) menyimpulkan bahwa *hardiness* tidak hanya berkorelasi dengan penurunan tingkat stres, tetapi juga menjadi prediktor kuat terhadap pemilihan strategi coping yang sehat dan berkelanjutan pada ibu dari anak berkebutuhan khusus.

#### 4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* pada ibu yang memiliki anak dengan Autism Spectrum Disorder terbentuk melalui proses yang tidak instan dan melibatkan pengalaman emosional yang kompleks. Tiga aspek utama *hardiness*—commitment, control, dan challenge—saling berpengaruh dan mendukung satu sama lain.

Komitmen yang kuat mendorong ibu untuk tetap bertahan dan terlibat dalam pengasuhan anak meski dalam kondisi sulit, yang pada gilirannya membentuk cara pandang yang lebih positif terhadap tantangan (challenge) dan meningkatkan kemampuan ibu dalam mengelola emosi serta membuat keputusan secara sadar (control).

Selain itu, strategi pengasuhan dan pengelolaan stres yang dilakukan oleh para ibu terbagi dalam dua pendekatan, yaitu problem-focused coping dan emotion-focused coping. Problem-focused coping ditunjukkan melalui upaya mencari solusi konkret seperti berdiskusi dengan pasangan atau komunitas, sedangkan emotion-focused coping dilakukan dengan mencari dukungan emosional, melakukan aktivitas menyenangkan, serta membentuk pola pikir yang lebih positif terhadap kondisi anak. Kedua strategi ini memperlihatkan bagaimana hardiness membantu ibu untuk tetap berdaya dan adaptif dalam menghadapi tekanan pengasuhan anak autis.

### Daftar Rujukan

- Angayasti, A. R. (2012). Analisis Gambar Anak Berkebutuhan Khusus (Autis) SD Plus Al-Ghifari Tahun Ajaran 2010-2011 Kota Bandung (*Doctoral dissertation*, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Aprilia, T., Yuliati, N., & Saputri, S. W. D. (2021). Analisis Karakteristik Perkembangan Kognitif Anak Autis Usia 5-6 Tahun. *Journal Of Early Childhood Education And Research*, 2(2), 37-45.
- Astiti, I. G. A. A. S. L. C., & Valentina, T. D. (2024). Kesejahteraan psikologis orang tua dengan anak berkebutuhan khusus: Literature Review. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 8214-8228.
- Chodidjah, S., & Kusumasari, A. P. (2018). Pengalaman ibu merawat anak usia sekolah dengan autis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 94-100.
- Creswell, J. W. (2020). *Penelitian kualitatif dan desain riset*. Pustaka Pelajar.
- Daulay, N. (2016). Gambaran ketangguhan ibu dalam mengasuh anak autis. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 49-74.
- Daulay, N., Ramdhani, N., & Hadjam, N. R. (2018). Proses menjadi tangguh bagi ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autis. *Humanitas*, 15(2), 96.
- Desiningrum, D. R., & Kurniawati, K. (2023). Parenting Self-Efficacy, Hardiness and Psychological Well-Being of Parents of Children with ASD. In *Proceedings of International Conference on Psychological Studies (ICPsyche)*, Vol. 4, 328-340.
- Devina, G., & Penny, H. (2016). Gambaran hardiness pada ibu pengasuh utama anak cerebral palsy. *Indonesian Journal Of Disability Studies (IJDS)*, 3(1), 26-33.
- Faradina, N. (2016). Penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo: jurnal ilmiah psikologi*, 4(1).
- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2013). Hubungan antara hardiness dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(2), 34-40.
- Hapsari, R. D., Putri, A. M., & Fitriani, D., (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Orang Tua Dengan Anak Penderita Autisme. *Psyche*, 1(2), 74-84. doi:[10.36269/psyche.v1i2.101](https://doi.org/10.36269/psyche.v1i2.101).
- Indiarti, P. T., & Rahayu, P. P. (2020). Penerimaan ibu yang memiliki anak autis. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 5(1), 34.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, 37(1), 1-11.
- Kristiana, I. F., & Widayanti, C. G. (2016). *Buku ajar psikologi anak berkebutuhan khusus*. UNDIP Press.
- Kurniawan, A. S., Supraptiningsih, E., & Hamdan, S. R. (2018). Pengasuhan Pada Anak Autis: Telaah Pada Ibu Dengan Anak Autis Parenting On Autism Children: A Study Of Mothers With Autism Children. *Prosiding Nasional Psikologi*, 2.
- Kusuma, P. W. (2017). Pengaruh Hardiness Terhadap Psychological Well-Being pada Ibu Dari Anak Dengan Gangguan Spektrum Autisme. (*Doctoral dissertation*, Universitas Airlangga).

- Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting psychology journal: practice and research*, 54(3), 173-185.
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168.
- Maddi, S. R. (2013). Hardiness: Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth. *SpringerBriefs in Psychology*.
- Maysa, P., & Khairiyah, U. (2019). Hardiness dan stres pengsuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(1), 88-101.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya Bandung
- Navot, N., Jorgenson, A. G., Stoep, A. Vander, Toth, K., & Webb, S. J. (2015). Family planning and family vision in mothers after diagnosis of a child with autism spectrum disorder. *Autism*, 1–11. <http://doi.org/10.1177/1362361315602134>
- Nemati S, Shojaeian N, Bardel M, Deetjen-Ruiz R, Khani Z, McHugh L. Exploring the Variables of the Psychological Well-Being of Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder Through Self-Compassion and Psychological Hardiness. *J Autism Dev Disord*. 2024 Oct;54(10):3739-3744. doi: 10.1007/s10803-023-06077-5. Epub 2023 Sep 8. PMID: 37682408.
- Ningsih, A. F. (2018). Pengaruh Hardiness Terhadap Penerimaan Diri Ibu yang Memiliki Anak Autism Spectrum Disorder (ASD) [Bachelor's thesis, Universitas Sumatera Utara]. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/13950>
- Olianda, R. A., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Antara Hardiness dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Tunagrahita. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 4(2), 69-79.
- Puspasari, D., & Alfian, I. N. (2012). Makna hidup penyandang cacat fisik postnatal karena kecelakaan. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental*, 1(2), 151-157.
- Thomas, D. R., (2016). Feedback from research participants: are member checks useful in qualitative research?. *Qualitative Research in Psychology*
- Schieve, L. A., Blumberg, S. J., Rice, C., Visser, S. N., & Boyle, C. (2007). The Relationship Between Autism and Parenting Stress. *Pediatrics*. DOI: 10.1542/peds.2006-2089Q
- Sipahutar, I. E., & Agustin, N. P. M. E. (2016). Dukungan Keluarga dalam Merawat Anak Autis. *Jurnal Gema Keperawatan*, 9(2), 156-161.
- Sugiyono. (2010). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Susanto, S. E. (2018). Penerimaan Orang tua terhadap Kondisi Anaknya yang Menyandang Autisme di Rumah Terapis Little Star. *Psikosains: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, 9(2), 140-152.
- Ulamsari, D. K., & Mardawan, O. (2016). Hubungan antara Hardiness dengan Penerimaan Ibu yang memiliki Anak Autis di Rumah Autis Bandung. *Prosiding Psikologi*, 2(2), 829-833.
- Urrochmah, R. A. (2018). Pengaruh Hardiness Terhadap Subjective Well-Being pada Ibu yang Memiliki Anak Retardasi Mental Sedang (*Doctoral dissertation*, Universitas Airlangga).
- Wijaksono, R. (2016). Studi kasus tentang pengaruh dukungan sosial dalam membangun penerimaan orangtua terhadap anaknya yang autis. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 5(6).
- Wilujeng, C. P. (2017). Penerimaan Diri Dan Motivasi Orang Tua yang Memiliki Anak Tunarungu yang Bersekolah Di SLB PSM Cilongok. (*Doctoral dissertation*, IAIN)
- Saif, B. I. A. A., & Al-Khatib, J. M. (2025). Psychological Hardiness of Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder in Jordan and Its Relationship to the Social Support they receive. *Jordanian Educational Journal*, 10(2), 302-326.
- Sheard, M., & Golby, J. (2006). The efficacy of a hardiness intervention for rugby players. *British Journal of Health Psychology*, 11(3), 401–412.
- Hystad, S. W., Eid, J., Laberg, J. C., & Bartone, P. T. (2009). Psychological hardiness predicts admission into Norwegian military officer schools. *Military Psychology*, 21(3), 251–264.
- Ebrahimi, A., Ghasemi, H., & Malekpour, M. (2016). The relationship between hardiness and coping strategies with stress in mothers of children with autism spectrum disorder. *International Journal of Pediatrics*, 4(12), 4053–4060.