



Dukungan Sosial dengan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

**Starry Kireida Kusnadi¹, Ressay Mardiyanti², Sekaring Ayumeida Kusnadi³,
Lisa Latul Dwi Maisaroh⁴, Eli Elisnawati⁵**

Universitas Wijaya Putra

email: starrykusnadi@uwp.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Seperti diketahui bersama anak berkebutuhan khusus adalah anak yang dalam proses pertumbuhan atau perkembangan mengalami kelainan atau penyimpangan fisik, mental, intelektual, sosial atau emosional dibandingkan anak-anak lain seusianya, sehingga mereka memerlukan pelayanan khusus. Metode pengumpulan data menggunakan kuisioner *Parental Stress Scale* (PSS) milik Berry & Jones (1995). Teknik analisis menggunakan teknik uji korelasi *Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan nilai Sig. (2-tailed) 0,001 yang artinya bila dukungan sosial yang diterima ibu tinggi, maka stres pengasuhan akan rendah. Sebaliknya bila dukungan sosial yang diterima ibu rendah, maka stres pengasuhannya akan tinggi.

Kata Kunci: *Dukungan Sosial, Stres Pengasuhan, Anak Berkebutuhan Khusus*

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between social support and parenting stress in mothers who have children with special needs. As is well known, children with special needs are children who are in the process of growth or development experiencing physical, mental, intellectual, social or emotional abnormalities or deviations compared to other children of their age, so they need special services. Methods of data collection using the Parental Stress Scale (PSS) questionnaire belonging to Berry & Jones (1995). The analysis technique uses the Pearson correlation test technique. The results showed that there was a significant relationship between social support and parenting stress in mothers who have children with special needs with a Sig. (2-tailed) 0.001, which means that if the social support received by the mother is high, then parenting stress will be low. Conversely, if the social support received by the mother is low, then the parenting stress will be high.

Keywords: *Social Support, Parenting Stress, Children With Special Needs*

PENDAHULUAN

Anak adalah karunia bagi setiap pasangan suami istri, kehadiran anak tentu membawa berbagai harapan diantaranya adalah kebahagiaan bagi setiap keluarga dan sebagai penerus yang akan membawa kebaikan bagi keluarganya (Auliya, 2014). Anak merupakan anugerah terbesar bagi orang tua karena anak melambangkan cinta kasih kedua orang tua (Khorini'mah & Kamala, 2020).

Anak yang terlahir sempurna merupakan harapan semua orang tua. Orang tua mendambakan memiliki anak yang sehat, secara jasmani maupun rohani. Harapan tersebut tidak selalu dapat terwujud, sebab hanya ada dua kemungkinan yang akan terjadi anak terlahir dalam kondisi yang sempurna dan kondisi kurang sempurna. Kenyataannya menunjukkan bahwa ada sebagian keluarga yang memiliki anak yang tidak sama dengan anak-anak lain pada umumnya, seperti halnya tunarungu, tunawicara, tunagrahita yang sering disebut dengan anak berkebutuhan khusus (Nirmala, 2013). Apabila anak yang dilahirkan terdapat kekurangan atau cacat maka orang tua harus sudah siap dalam membesarkan anak tersebut (Khorini'mah & Kamala, 2020).

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang dalam proses pertumbuhan atau perkembangan mengalami kelainan atau penyimpangan fisik, mental, intelektual, social atau emosional dibandingkan anak-anak lain seusianya, sehingga mereka memerlukan pelayanan khusus (Sari et al., 2017).

Banyak pemberitahuan tentang gangguan yang dialami anak pada masa pertumbuhan dan perkembangan sangat menarik perhatian masyarakat khususnya ibu. Ibu merupakan orang pertama yang menjadi landasan pembelajaran kehidupan bagi anak. Ibu juga dapat dikatakan sebagai ujung tombak dari tanggungjawab mendidik dan merawat anak-anaknya. Ibu berperan sebagai perawat utama bagi anaknya. Baik dan buruk perilaku seorang anak dipengaruhi oleh kepribadian ibunya dalam merawat anak. Pengaruh yang besar dari dalam diri ibu menuntut ibu untuk berperan aktif dalam merawat anak, terutama pada anak reterdasi mental (Yuliana, Mike Saeli and Hartati, 2017).

Mengasuh anak berkebutuhan khusus, umumnya akan muncul kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh ibu, seperti terjadinya kebingungan anak mereka tidak berkembang sebagaimana mestinya, ibu juga merasa kesulitan mencari informasi tentang kondisi anaknya, ibu juga tertekan dan malu dengan kondisi anaknya dan juga kesulitan membagi perhatian (Azni & Nugraha, 2019), selain itu pertumbuhan anak berkebutuhan khusus di Indonesia dewasa ini sangat cepat, sehingga pelayanan pendidikan yang diharapkan oleh orang tua belum bisa terpenuhi dengan baik (Ulva & Amalia, 2020).

Keterbatasan yang dimiliki anak membuat ibu mengalami kesulitan dalam mengelolah emosi negatif yang dirasakan oleh ibu. Jika orang tua tidak mampu mengendalikan emosional-emosionalnya maka seorang ibu dapat lebih mudah mengalami gejala depresi, kecemasan, kekhawatiran, perasaan putus asa dan stres. Memberikan definisi stres sebagai suatu keadaan tertekan, baik secara fisik maupun psikologis (Astianto & Suprihadi, 2014).

Menurut Abidin (Fitriani & Ambarini, 2013) stres pengasuhan adalah suatu kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas secara khusus berhubungan dengan peran orang tua dan interaksi antara orang tua dengan anaknya. Pengasuhan adalah sebuah proses kompleks yang melibatkan serangkaian tanggung jawab pengasuhan anak, termasuk pengasuhan atau pemeliharaan dasar, sosialisasi, pengajaran dan melindungi anak serta penyembuhan sesuai dengan kebutuhan anak (Holditch Davis & Miles dalam Fitriani & Ambarini, 2013). Stres pengasuhan adalah suatu keadaan yang meliputi *aversive psychological* dan reaksi fisiologis yang muncul dari usaha untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan tuntutan yang ada dalam pengasuhan dimana stres pengasuhan ini meliputi serangkaian proses (Deater-Deckard dalam Fitriani & Ambarini, 2013).

Berry & Jones (1995 dalam Larasati, 2020) mengungkapkan bahwa stres pengasuhan memiliki empat aspek, yaitu: a) Penghargaan Orang Tua (*Parental Reward*). Berfokus terhadap sejauh mana anak dipandang berharga dan kedekatan bersama orang tua yang dapat memunculkan perasaan positif dalam diri; b) Pemicu Stres Orang Tua (*Parental Stressors*). Menunjukkan sejauh mana orang tua menganggap anak sebagai beban atau sumber yang dapat menimbulkan stres; c) Kekurangan Kendali (*Lack of Control*). Merupakan bagaimana individu merasa berat atas tanggung jawab sebagai orang tua dan merasa anak sebagai sumber atas kurangnya kendali dalam hidup; dan d) Kepuasan Orang Tua (*Parental Satisfaction*). Rendahnya kepuasan yang dirasakan oleh orang tua berdasarkan pada perilaku yang ditunjukkan oleh anak.

Deater-Deckard (2004 dalam Larasati, 2020) mengungkapkan bahwa terdapat tiga tingkatan faktor dalam stres pengasuhan, yaitu: 1) Individu. Stres dapat bersumber dari orang tua yang berkaitan dengan masalah dalam kesehatan mental dan fungsi orang tua sendiri (depresi, kecemasan). Lalu, pada anak yang sering mengalami masalah emosional dan kesulitan perilaku, hal ini akan meningkatkan stres dalam diri orang tua; 2) Keluarga. Masalah keuangan dan struktur keluarga dapat berpengaruh dalam mendorong timbulnya stres pengasuhan. Aspek keuangan dapat berupa penghasilan keluarga yang rendah dan dihadapkan pada kebutuhan keluarga yang tinggi. Lalu pada aspek struktur keluarga dapat berupa jumlah anggota keluarga yang banyak dan juga hubungan keluarga yang penuh dengan konflik akan menimbulkan stres pengasuhan; 3) Situasi lingkungan. Hal ini dikarenakan kondisi stres dapat berlangsung dalam jangka pendek,

situasional atau aksidental. Akan tetapi, bila tidak dapat dikelola dengan baik, hal tersebut dapat berlangsung dalam jangka panjang.

Rendahnya kepuasan yang dirasakan oleh orang tua berdasarkan pada perilaku yang ditunjukkan oleh anak. Abidin (Ahern, 2005) mengungkapkan aspek lainnya yang mengacu pada *Parenting Stress Index* (PSI). Terdapat tiga aspek yang diungkapkan oleh Abidin, yaitu: a) Stres pada Orang Tua (*Parent Distress*). Merupakan stres yang dirasakan oleh orang tua mengenai peran sebagai pengasuh anak dan juga stres yang berkaitan dengan diri pribadi orang tua; b) Anak yang Sulit (*Difficult Child*). Menunjukkan perilaku anak yang sering muncul memungkinkan pengasuhan menjadi lebih mudah atau bahkan lebih sulit; c) Disfungsi Interaksi antara Orang Tua-Anak (*Parent-Child Dysfunctional Interaction*).

Menurut Deater-Deckard (2004 dalam Kurniawan & Uyun, 2013) stres pengasuhan berhubungan dengan menurunnya kualitas dan efektivitas perilaku pengasuhan seperti berkurangnya ungkapan-ungkapan kehangatan afeksi, konsistensi perilaku pengasuhan berkurang. Stres pengasuhan memiliki pengaruh negatif terhadap perilaku pengasuhan dan keberfungsian keluarga.

Hal ini didukung dengan beberapa hasil penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa ibu mengalami stres pengasuhan yang lebih banyak dibandingkan ayah (Ostberg & Hagekull, 2000; Jackson, Ternedest, Magnuson, & Schollin, dalam Widarsson et al., 2013, dalam Gani & Kumalasari, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Yousefia et al., (2011) mengenai stres pengasuhan dan pola pengasuhan pada Ibu dari anak ADHD menunjukkan hasil bahwa ibu dari anak ADHD memiliki prosentase yang lebih tinggi pada seluruh domain stres pengasuhan jika dibandingkan dengan Ibu dari anak normal (Yousefia et al., 2011).

Penelitian lainnya dilakukan oleh Narmada & Khadi (2016) mengenai perbandingan stres pengasuhan pada anak normal dengan anak yang mengalami gangguan mental dan gangguan pendengaran. Hasil menunjukkan bahwa, orang tua yang memiliki anak dengan gangguan mental ataupun pendengaran, memiliki tingkat stres yang tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian, 60.00-66.67% orang tua yang memiliki anak dengan gangguan mental dan pendengaran masuk dalam kategori *clinically significant* (sangat parah). Melihat dampak yang terjadi, ibu perlu mengurangi stres yang diakibatkan oleh proses pengasuhan tersebut. Salah satu aspek yang terlibat dalam mempengaruhi stres adalah kemampuan individu menghadapi stressor yang terjadi atau dapat dikenal dengan istilah *coping skills* (Johnston et al., 2003 dalam Isfiyanti, 2018). Coping yang dipilih dalam penelitian adalah mengenai penerimaan dukungan sosial. Sarafino & Smith (2014 dalam Pratiwi, 2021) menyatakan bahwa dukungan sosial yaitu berupa kepedulian, kenyamanan penghargaan, ataupun bantuan yang ada untuk seseorang dari orang lain. Dukungan bisa bersumber dari

keluarga/kerabat, pasangan, teman, maupun organisasi masyarakat. Individu dengan dukungan sosial percaya bahwa dirinya dihargai, dicintai, serta merupakan bagian dari kelompok sosial, misalnya keluarga ataupun organisasi masyarakat.

Ketika membesarkan, mendampingi serta mengasuh anak dengan berkebutuhan khusus, orang tua membutuhkan dukungan sosial untuk menghadapi situasi yang dialaminya (Hidayati et al., 2011 dalam Isfiyanti, 2018). Orang tua yang saling membantu, yang mendapatkan bantuan dari anggota keluarga lainnya, dari teman-teman, dan dari orang lain dapat membuat orang tua dapat menanggulangi stresnya dalam membesarkan anak dengan berkebutuhan khusus.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Pemilihan subjek menggunakan teknik purposive sampling. Subjek dalam penelitian ini adalah 40 ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Surabaya. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan kuisisioner. Kuisisioner yang digunakan adalah Parental Stress Scale (PSS) milik Berry & Jones (1995) yang terdiri dari 18 item dengan alternatif jawaban menggunakan skala likert yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju, dan Sangat Setuju (SS). Kuisisioner dukungan sosial yang diadaptasi dari penelitian Maya Ainun Nuzula (2018) yang terdiri dari 27 item dengan alternatif jawaban menggunakan skala likert yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Cukup (C), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis uji korelasi Pearson.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini terdapat dua data kuantitatif yang dihasilkan, yaitu skor skala dukungan sosial dan skor stres pengasuhan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Usia	f	%
49	1	3%
47	2	5%
44	4	10%
42	4	10%
41	2	5%
38	4	10%
35	4	10%
34	4	10%
33	5	13%
31	2	5%
29	2	5%
28	3	8%

27	3	8%
Total	40	100%

Hasil analisis data tabel distribusi frekuensi berdasarkan usia menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yang paling banyak yaitu usia 27 tahun sebanyak 3 responden (8%), usia 28 tahun sebanyak 3 responden (8%), usia 29 tahun sebanyak 2 responden (5%), usia 31 sebanyak 2 responden (5%), usia 33 sebanyak 5 responden (13%), usia 34 sebanyak 4 responden (10%), usia 35 sebanyak 4 responden (10%), usia 38 sebanyak 4 responden (10%), usia 41 sebanyak 2 responden (5%), 42 sebanyak 4 responden (10%), 44 sebanyak 4 responden (10%), 47 sebanyak 2 responden (5%), dan 49 sebanyak 1 responden (3%) dari total 40 responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah Subjek	Presentase (%)
Wiraswasta	5	13%
Pedagang	4	10%
Karyawan Swasta	8	20%
Guru	3	8%
Ibu Rumah Tangga	20	50%
Total	40	100%

Hasil analisis data tabel distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan ibu menunjukkan bahwa karakteristik responden pekerjaan ibu yang paling banyak yaitu ibu rumah tangga sebanyak 20 responden (50%), karyawan swasta sebanyak 8 responden (20%), guru sebanyak 3 responden (8%), pedagang sebanyak 4 responden (10%), dan wiraswasta sebanyak 5 responden (13%) dari total 40 responden.

Tabel 3. Gambaran Data Hipotetik Variabel Dukungan Sosial

Nilai Max	Nilai Min	Mean	SD
135	27	81	18

Tabel 4. Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

Kategori	Range	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 54$	0	0%
Rendah	$54 < X \leq 72$	0	0%
Sedang	$72 < X \leq 90$	0	0%
Tinggi	$90 < X \leq 108$	22	55%
Sangat Tinggi	$X > 108$	18	45%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus bergerak pada kategori sangat tinggi sebanyak 18 responden (45%), dan kategori tinggi sebanyak 22 responden (55%).

Tabel 5. Gambaran Data Hipotetik Variabel Stres Pengasuhan

Nilai Max	Nilai Min	Mean	SD
70	14	42	9,3

Tabel 6. Kategorisasi Variabel Stres Pengasuhan

Kategori	Range	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 28,05$	23	57,5%
Rendah	$28,05 < X \leq 37,35$	17	42,5%
Sedang	$37,35 < X \leq 46,65$	0	0%
Tinggi	$46,65 < X \leq 55,95$	0	0%
Sangat Tinggi	$X > 55,95$	0	0%
Jumlah		40	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas menunjukkan bahwa variabel stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus bergerak pada kategori sangat rendah sebanyak 23 responden (57,5%), dan kategori rendah sebanyak 17 responden (42,5%).

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi Pearson

		Dukungan Sosial	Stres Pengasuhan
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	,497**
	Sig. (2-tailed)		,001
	N	40	40
Stres Pengasuhan	Pearson Correlation	,497**	1
	Sig. (2-tailed)	,001	
	N	40	40
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan uji korelasi *Pearson* menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) 0,001 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hal ini mengartikan bahwa bila dukungan sosial yang diterima ibu tinggi, maka stres pengasuhan akan rendah. Sebaliknya bila dukungan sosial yang diterima ibu rendah, maka stres pengasuhannya akan tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat dijelaskan bahwa terdapat 40 ibu yang memiliki dukungan sosial yang bergerak dari tinggi menuju sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang berasal dari keluarga dekat maupun lingkungan sekitar akan mampu memberikan pengaruh yang positif pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Ketika membesarkan, mendampingi serta mengasuh anak dengan berkebutuhan khusus, orang tua membutuhkan dukungan sosial untuk menghadapi situasi yang dialaminya (Hidayati et al., 2011 dalam Isfiyanti, 2018). Orang tua yang saling membantu, yang mendapatkan bantuan dari anggota keluarga lainnya, dari teman-teman,

dan dari orang lain dapat membuat orang tua dapat menanggulangi kecemasannya dalam membesarkan anak dengan berkebutuhan khusus.

Dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan kepada seseorang dari orang lain atau dari grup (Uchino dalam Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya.

Selain dukungan sosial, skor stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus bergerak pada kategori rendah menuju sangat rendah. Stres pengasuhan adalah suatu kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas secara khusus berhubungan dengan peran orang tua dan interaksi antara orang tua dengan anaknya. Pengasuhan adalah sebuah proses kompleks yang melibatkan serangkaian tanggung jawab pengasuhan anak, termasuk pengasuhan atau pemeliharaan dasar, sosialisasi, pengajaran dan melindungi anak serta penyembuhan sesuai dengan kebutuhan anak (Holditch Davis & Miles dalam Fitriani & Ambarini, 2013). Stres pengasuhan adalah suatu keadaan yang meliputi *aversive psychological* dan reaksi fisiologis yang muncul dari usaha untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan tuntutan yang ada dalam pengasuhan dimana stres pengasuhan ini meliputi serangkaian proses (Deater-Deckard, 2004 dalam Fitriani & Ambarini, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian dapat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan uji korelasi *Pearson* menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) 0,001 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hal ini mengartikan bahwa bila dukungan sosial yang diterima ibu tinggi, maka stres pengasuhan akan rendah. Sebaliknya bila dukungan sosial yang diterima ibu rendah, maka stres pengasuhannya akan tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian yang telah dijelaskan sebelumnya, dimana bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Bila dukungan sosial yang diterima ibu tinggi, maka stres pengasuhan akan rendah. Sebaliknya bila dukungan sosial yang diterima ibu rendah, maka stres pengasuhannya akan tinggi.

Bagi peneliti lain apabila tertarik untuk mengembangkan penelitian ini hendaknya dapat menggunakan teknik observasi dan wawancara secara langsung agar data yang didapat lebih banyak dan akurat, memfokuskan subjek ibu dengan anak berkebutuhan khusus dengan kekhususan tertentu, agar lebih banyak subjek yang didapat peneliti dapat memfokuskan tempat penelitian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang banyak membantu di dalam proses penyelesaian penelitian ini, terutama kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Wijaya Putra yang telah mendanai penelitian ini, Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengajukan penelitian ini, dan kepada para ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahern, L. S. (2005). *Psychometric properties of the parenting stress index-short form*.
- Astianto, A., & Suprihhadi, H. (2014). Pengaruh stres kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan PDAM Surabaya. *Jurnal Ilmu & Riset Manajemen*, 3(7), 1–17.
- Auliya, I. A. D. (2014). Hubungan antara kepribadian hardiness dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak cerebral palsy. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 2(3).
- Azni, H. N. P., & Nugraha, S. (2019). *Hubungan social support dengan parenting stress pada ibu dengan anak tunagrahita di SLB-C Z Bandung*.
- Deater-Deckard, K. (2004). Parenting Stress. *Scientific Research An Academic Publisher*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.12987/yale/9780300103939.001.0001>
- 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.
- Gani, I. A., & Kumalasari, D. (2019). Be mindful, less stress: Studi tentang mindful parenting dan stres pengasuhan pada Ibu dari anak usia middle childhood di Jakarta. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 98–107.
- Hidayati, F., Kaloeti, D. V. S., & Karyono, K. (2011). *Peran ayah dalam pengasuhan anak*.
- Isfiyanti, C. (2018). *PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES PENGASUHAN PADA IBU DENGAN ANAK DOWN SYNDROME*. Universitas Airlangga.
- Johnston, C., Hessel, D., Blasey, C., Eliez, S., Erba, H., Dyer-Friedman, J., Glaser, B., & Reiss, A. L. (2003). Factors associated with parenting stress in mothers of children with fragile X syndrome. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 24(4), 267–275.

- Khorini'mah, S. M., & Kamala, I. (2020). PERAN ORANG TUA DALAM MELATIH DISIPLIN PADA ANAK TUNAGRAHITA. *Journal on Teacher Education*, 2(1), 59–65.
- Kurniawan, I. N., & Uyun, Q. (2013). Penurunan stres pengasuhan orang tua dan difungsi interaksi orang tua-anak melalui pendidikan pengasuhan versi pendekatan spiritual (PP-VPS). *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 5(1), 111–130.
- Larasati, E. S. (2020). *Hubungan antara Dukungan Suami dan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*.
- Narmada, H., & Khadi, P. B. (2016). Comparison of parenting stress among normal and developmentally challenged children. *Asian Journal of Home Science*, 11(1), 8–14.
- Nirmala, A. P. (2013). Tingkat kebermaknaan hidup dan optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. *Developmental and Clinical Psychology*, 2(2).
- Nuzula, M. A. (2018). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*. Universitas Brawijaya.
- Pratiwi, N. I. (2021). *Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Ditinjau Dari Tingkat Pendidikan Orang Tua* [Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya]. <http://repository.untag-sby.ac.id/9490/>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, S. F. M., BINAHAYATI, B., & TAFTAZANI, B. M. (2017). Pendidikan bagi anak tuna grahita (Studi kasus tunagrahita sedang di SLB N Purwakarta). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2).
- Ulva, M., & Amalia, R. (2020). Proses Pembelajaran Matematika Pada Anak Berkebutuhan Khusus (Autisme) di Sekolah Inklusif. *Journal on Teacher Education*, 1(2), 9–19.
- Widarsson, M., Engström, G., Rosenblad, A., Kerstis, B., Edlund, B., & Lundberg, P. (2013). Parental stress in early parenthood among mothers and fathers in Sweden. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 27(4), 839–847.
- Yousefia, S., Far, A. S., & Abdolahian, E. (2011). Parenting stress and parenting styles in mothers of ADHD with mothers of normal children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 1666–1671.
- Yuliana, Mike Saeli and Hartati, E. (2017). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN SELF EFFICACY DENGAN STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK RETARDASI MENTAL DI SLB NEGERI SEMARANG* [Universitas Diponegoro]. <http://eprints.undip.ac.id/55200/>