

Peran *Problem-Focused Coping* dan *Family Protective Factors* dalam Membangun Resiliensi Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus

Menik Tetha Agustina¹, Benedicta Audrey Putri Trisnadewi², Ervina Kumalasari³

^{1,2,3}Universitas Nasional Karangturi Semarang

e-mail: *¹agustinatatha@gmail.com, ²dictaudrey@gmail.com, ³ervinakumalasari.ek@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history

Received: May 2025

Revised: February 2026

Accepted: October 2025

Abstract. Parents of children with special needs face ongoing challenges, including high caregiving demands, prolonged stress, and the need to adjust parenting expectations. This study examines the role of problem-focused coping and family protective factors in predicting parental resilience. Participants were 83 parents of children with physical or psychological developmental disorders receiving services at YPAC Semarang, selected through purposive sampling. Data were collected using the Inventory of Family Protective Factors (IFPP), Brief-Coping Orientation to Problems Experienced Inventory (Brief-COPE), and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Pearson correlation analysis showed that problem-focused coping and family protective factors were positively associated with resilience ($r = .317$ and $r = .153$). Multiple regression analysis indicated that both variables significantly predicted parental resilience simultaneously ($R = .371$, $p < .01$), contributing 13.8% of the variance ($R^2 = .138$). The findings suggest that parental resilience is a multidimensional construct influenced by coping strategies, family strengths, and other psychological and contextual factors. Strengthening problem-focused coping and enhancing family protective factors may therefore support resilience development among parents of children with special needs.

Keywords: Family Protective Factors, Parenting, Problem-Focused Coping, Resilience, Special Needs Children

Abstrak. Orang tua anak berkebutuhan khusus menghadapi tuntutan pengasuhan yang tinggi, stres berkepanjangan, serta penyesuaian strategi pengasuhan. Penelitian ini bertujuan menganalisis peran koping berfokus masalah dan faktor perlindungan keluarga terhadap resiliensi orangtua. Subjek penelitian berjumlah 83 orang tua anak dengan gangguan perkembangan fisik atau psikologis di YPAC Semarang yang dipilih melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan IFPP, Brief-COPE, dan CD-RISC. Hasil analisis korelasi menunjukkan hubungan positif antara koping berfokus masalah dan faktor perlindungan keluarga dengan resiliensi ($r = .317$; $r = .153$). Analisis regresi berganda menunjukkan kedua variabel secara simultan memprediksi resiliensi secara signifikan ($R = .371$; $p < 0,01$) dengan kontribusi sebesar 13,8% ($R^2 = .138$). Hasil penelitian menegaskan bahwa resiliensi orangtua merupakan konstruk multidimensional yang dipengaruhi oleh strategi koping, kekuatan keluarga, dan faktor psikososial lainnya. Oleh karena itu, penguatan koping adaptif dan faktor perlindungan keluarga penting dalam meningkatkan resiliensi orangtua anak berkebutuhan khusus.

Kata kunci: Faktor Pelindung Keluarga, Koping Berfokus Masalah, Orang Tua ABK, Pengasuhan, Resiliensi

Secara global, lebih dari 291 juta anak dan remaja di bawah usia 20 tahun hidup dengan cacat perkembangan dan kebutuhan pendidikan khusus, mencakup disabilitas intelektual, epilepsi, gangguan pendengaran atau penglihatan, serta autisme (Olusanya et al., 2022). Anak-anak berkebutuhan khusus (ABK) menghadapi tantangan perkembangan yang kompleks dan memerlukan dukungan berkelanjutan melalui intervensi, layanan pendampingan, serta lingkungan belajar yang adaptif. Ragam kebutuhan mereka menuntut perhatian yang lebih intensif agar perkembangan sosial, emosional, dan kognitif dapat terlaksana secara optimal.

Di sisi lain, orang tua yang mengasuh ABK seringkali menghadapi tekanan emosional dan beban praktis yang lebih berat dibandingkan orang tua anak dengan perkembangan tipikal. Berbagai studi menunjukkan bahwa mereka lebih rentan mengalami stres berkepanjangan, kecemasan, gangguan tidur, serta rasa frustrasi terkait tuntutan pengasuhan sehari-hari dan perilaku anak (Beckers et al., 2021; Duncan et al., 2009). Tantangan ini semakin meningkat di lingkungan dengan keterbatasan akses terhadap sumber daya pendukung, sehingga berdampak pada fungsi keluarga, dinamika hubungan, dan kesejahteraan seluruh anggota keluarga (Cheng & Lai, 2023; Valicenti-Mcdermott et al., 2015; Mak & Cheung, 2008).

Dalam menghadapi tantangan yang muncul dalam proses pengasuhan, perlu dilakukan eksplorasi pada faktor protektif bagi proses perawatan dan pengasuhan ABK, dalam hal ini menekankan pada pentingnya resiliensi yang dimiliki orangtua. Resiliensi, yaitu kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit kembali dari kesulitan yang sedang dihadapi, merupakan kunci untuk mempertahankan kesejahteraan orang tua dalam menghadapi tantangan ini (Rajan & John, 2017). Resiliensi dalam konteks keluarga menyoroti penyesuaian positif keluarga dalam konteks kondisi kehidupan yang menantang. Dari perspektif perkembangan, resiliensi menunjukkan penguasaan keluarga terhadap tugas-tugas perkembangan yang penting dalam tahap-tahap perkembangan meskipun dalam keadaan yang sulit. Memiliki keterampilan resiliensi tidak berarti individu kebal terhadap situasi sulit. Situasi sulit tetap menantang, namun individu tersebut mengetahui cara menyikapi, menangani, dan mengatasinya. Resiliensi secara signifikan dapat mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesehatan mental orang tua (Gardiner et al., 2019; Suzuki et al., 2018), termasuk mengurangi kecenderungan gejala depresi, meningkatkan kesejahteraan psikologis, dan meningkatkan kepuasan hidup (Flores-Buils & Andrés-Roqueta, 2022).

Kurangnya strategi koping yang tepat, terutama yang diperlukan untuk meregulasi diri kaitannya dengan regulasi emosi, berdampak pada resiliensi yang dimiliki orang tua. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa resiliensi yang rendah pada orang tua ABK berkaitan dengan meningkatnya stres pengasuhan, penurunan kesejahteraan psikologis, dan terganggunya kualitas hubungan dalam keluarga (Sari & Mariyati, 2023). Sebaliknya orang tua yang resilien akan mampu memperoleh pandangan positif dari setiap permasalahannya dan bangkit kembali untuk melakukan kegiatan dalam hidup yang lebih baik (Sari & Mariyati, 2023). Resiliensi yang dimiliki orang tua akan dapat membantu meningkatkan perkembangan hidup anak secara lebih optimal, sehingga mampu hidup mandiri di kemudian hari (Dewi & Widiasavitri, 2019). Oleh karena itu, diperlukan evaluasi terhadap jenis strategi koping yang digunakan keluarga agar mereka mampu mengelola stres secara lebih adaptif. Koping stres dipahami sebagai proses perubahan kognitif dan pola perilaku yang dilakukan individu untuk menghadapi tuntutan eksternal maupun internal yang dipersepsikan sebagai beban atau melebihi kapasitas sumber daya yang dimiliki. Secara umum, terdapat dua bentuk strategi koping, yaitu koping berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*) dan koping berfokus pada masalah (*problem-focused coping*). *Emotion-focused coping* muncul ketika individu menilai bahwa situasi yang dihadapi sulit atau tidak mungkin diubah, sehingga strategi yang dilakukan diarahkan pada pengelolaan emosi negatif akibat tekanan tersebut. Sebaliknya, *problem-focused coping* mencakup berbagai upaya perilaku yang bertujuan untuk mengendalikan serta mengubah kondisi yang menimbulkan stres (Lazarus & Folkman, 1984).

Problem-focused coping, merupakan cara untuk menghadapi masalah secara langsung dengan mencari solusi dan mengubah situasi, telah terbukti efektif dalam mengelola stres di berbagai konteks. Namun, bagaimana strategi ini berfungsi dalam konteks orang tua anak berkebutuhan khusus dan bagaimana strategi ini berkontribusi terhadap resiliensi mereka masih belum sepenuhnya dipahami. *Problem-focused coping* merupakan faktor protektif dari resiliensi.

Penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi beberapa *protective factors* (yaitu, lebih sedikit pemicu stres, penilaian adaptif, dukungan sosial, dan pengalaman keberhasilan menghadapi kesulitan di masa lalu) yang berkontribusi pada tingkat resiliensi orang tua yang lebih tinggi. Faktor pertama, lebih sedikit pemicu stres, dapat didefinisikan sebagai sejauh mana sebuah keluarga memiliki lebih banyak pengalaman positif daripada masalah dalam kesehatan, keuangan, keluarga dan teman, dan pekerjaan atau sekolah. Keluarga dengan lebih sedikit stres dapat mengoptimalkan tingkat fungsi dan adaptasi sehingga menunjukkan resiliensi yang lebih tinggi

dalam mengatasi kesulitan. Kedua, penilaian adaptif (yaitu keyakinan yang mencakup harga diri yang tinggi, optimisme, kreativitas, dan sumber daya) terkait dengan bagaimana keluarga dapat melihat dan mendekati situasi yang merugikan dan meningkatkan upaya keluarga untuk menemukan solusi. Faktor ketiga, dukungan sosial, adalah pengalaman keluarga dalam memiliki setidaknya satu hubungan yang mendukung, peduli, dan saling percaya. Ketersediaan dukungan sosial terkait dengan tingkat kesehatan psikologis yang lebih tinggi, kesejahteraan emosional orang tua, dan kemampuan untuk menyeimbangkan kejadian-kejadian hidup yang merugikan. Faktor protektif keempat adalah pengalaman keberhasilan keluarga di masa lalu dalam menghadapi kesulitan maupun tantangan (Gardner et al., 2008). Faktor-faktor ini dapat membantu orang tua mengembangkan keterampilan coping yang lebih baik dan membangun resiliensi yang kuat. Namun, hubungan spesifik antara faktor-faktor pelindung keluarga dan *strategi coping* dalam meningkatkan resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus belum banyak diteliti.

Penelitian ini bertujuan untuk menjembatani kesenjangan pengetahuan ini dengan mengeksplorasi bagaimana *problem-focused coping* dan *family protective factors* berkontribusi pada pengembangan resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini akan memberikan kontribusi pada literatur tentang psikologi keluarga dan coping, serta menawarkan dasar yang kuat untuk praktik klinis dan kebijakan yang mendukung keluarga dengan anak berkebutuhan khusus. Selain itu, dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang mekanisme ini, diharapkan dapat dikembangkan intervensi yang lebih efektif untuk mendukung kesejahteraan orang tua dan meningkatkan kualitas hidup mereka serta anak-anak mereka.

Metode

Identifikasi Variabel

Variabel pada penelitian ini adalah *problem-focused coping* dan *family protective factors* merupakan variabel independen dan resiliensi sebagai variabel dependen.

Instrumen Penelitian

Problem-focused coping diukur dengan menggunakan The Brief-COPE khususnya pada dimensi *problem-focused*, yang merupakan skala *self-report* berisi 8 pernyataan masing-masing dengan empat pilihan jawaban, yaitu belum pernah; jarang; kadang-kadang; dan sering. Dimensi *problem-focused* dalam The Brief-COPE disusun oleh Carver (1997) dengan ditandai dengan aspek-aspek penanganan aktif, penggunaan dukungan informasi, perencanaan, dan pembimbingan

ulang yang positif. Skor yang tinggi menunjukkan strategi pemecahan yang ditujukan untuk mengubah situasi yang penuh tekanan. Skor yang tinggi menunjukkan kekuatan psikologis, ketabahan, pendekatan praktis untuk memecahkan masalah dan merupakan prediksi hasil yang positif.

Family protective factors diukur menggunakan *The Inventory of Family Protective Factors* (IFPP), yang dikembangkan oleh Gardner et al., (2008). IFPP terdiri dari 15 item, yang dikelompokkan ke dalam empat subskala dengan koefisien reliabilitas yang memuaskan untuk setiap subskala. (1) lebih sedikit stresor (3 item; contoh: “Terdapat lebih banyak pengalaman positif dibandingkan dengan masalah dalam pekerjaan/sekolah dalam tiga bulan terakhir.”; Cronbach's alpha = 0,76). (2) penilaian adaptif (4 item; contoh: “Keluarga kami optimis dan berkonsentrasi pada hal-hal positif dalam sebagian besar situasi”; Cronbach's alpha = 0,71). (3) penilaian adaptif (4 item; contoh “Keluarga kami optimis dan berkonsentrasi pada hal-hal positif di sebagian besar situasi.”; Cronbach's alpha=0.71). (4) dukungan sosial (4 item; contoh, ‘Keluarga kami memiliki hubungan yang baik dengan setidaknya satu orang yang suportif.’; Cronbach's alpha=0.77). (5) pengalaman yang mengkompensasi (4 item; misalnya, “Keluarga kami telah mengalami satu atau lebih faktor yang meringankan dalam hidup kami.”; Cronbach's alpha=0.72).

Resiliensi diukur menggunakan Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) yang dikembangkan oleh Connor dan Davidson (2003). Skala ini terdiri dari 25 aitem yang dirancang untuk mengukur konstruk resiliensi. Pengujian reliabilitas instrumen dilakukan dengan metode Cronbach's Alpha, yang menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar 0,87, sehingga menunjukkan tingkat konsistensi internal yang baik. Seluruh aitem pada skala tersebut dinyatakan valid. Beberapa pernyataan dalam CD-RISC diantaranya adalah “Saya mampu beradaptasi ketika terjadi perubahan”; “Saya berupaya melakukan yang terbaik di dalam segala hal”; dan “Saya yakin bisa mencapai tujuan saya, meskipun ada hambatan”.

Tabel 1
Data Demografi Responden

Data	Frekuensi	%
Usia Orang Tua		
30 – 40 tahun	16	19.28
41 – 50 tahun	47	56.63
51 – 60 tahun	4	4.82
61 – 71 tahun	6	7.23

Data	Frekuensi	%
Usia anak		
6 – 15 tahun	56	67.47
16 – 25 tahun	27	32.53

Partisipan

Penelitian ini melibatkan 83 orangtua dengan ABK yang dilayani di Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Kota Semarang yang terdiri dari 23 orang laki-laki (27.71%) dan 60 orang wanita (72.29%). Partisipan dalam penelitian ini berusia mulai dari 30 hingga 71 tahun. Pemilihan partisipan menggunakan metode *purposive sampling*. Kriteria partisipan yang telah ditetapkan adalah orang tua yang memiliki minimal satu anak yang telah didiagnosis mengalami gangguan perkembangan fisik maupun psikologis dan dilayani di Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Semarang. Pengumpulan data dilakukan di Aula YPAC Semarang dengan menggunakan media cetak. Detil partisipan penelitian dapat dilihat dalam tabel 1.

Teknik Analisis

Data yang diperoleh dianalisis secara statistik dengan menggunakan teknik regresi berganda. Regresi berganda adalah teknik untuk menguji hubungan antara satu variabel terikat dengan dua atau lebih variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah resiliensi, sedangkan variabel bebasnya adalah *problem-focused coping* dan *family protective factors*. Sebelum melakukan analisis regresi, perlu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan linieritas. Uji normalitas dilakukan dengan melihat nilai Kolmogorov-Smirnov dan ditemukan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Uji linieritas telah dilakukan dan menunjukkan hasil bahwa *problem focus coping* dengan resiliensi memiliki hubungan linier dengan $F_{\text{linier}} = 12,312$ dengan $p = 0,001$ ($P < 0,05$). Pada variabel *family protective factors* dengan resiliensi diperoleh nilai $F_{\text{linier}} = 1,997$ dengan $p = 0,001$ ($P < 0,05$).

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk melihat peran *problem-focused coping* dan *family protective factors* dalam membangun resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini dilakukan pada 83 orang tua siswa ABK Yayasan Pembinaan Anak Cacat di Kota Semarang.

Tabel 2
Hasil Uji Normalitas

		problem focus coping	family protective factors	resiliensi
N		83	83	83
Normal Parameters a.b	Mean	40,19	36,23	72,51
	Std.Deviation	5,605	7,785	8,626
Most Extreme Differences	Absolute	0,083	0,118	0,117
	Positive	0,083	0,118	0,079
	Negative	-0,065	-0,074	-0,117
Test Statistic		0,083	0,118	0,117
Asymp. Sig. (2-tailed)		0,200a.b	0,200a.b	0,200a.b

- Test distribution is Normal.
- Calculated from data.
- Lilliefors Significance Correction.
- This is a lower bound of the true significance.

Hasil pengolahan data dilakukan dengan melakukan uji normalitas, uji linieritas dan uji korelasi. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov Z, sebaran data ketiga variabel normal. Hasil uji normalitas pada variabel *problem focus coping* nilai K-SZ= 0,083 dengan $p = 0,200a.b$ ($p > 0,05$), uji normalitas pada variabel *family protective factors* nilai K-SZ= 0,118 dengan $p = 0,200a.b$ ($p > 0,05$), uji normalitas pada variabel resiliensi nilai K-SZ= 0,117 dengan $p = 0,200a.b$ ($p > 0,05$). Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 2.

Setelah melakukan uji normalitas hal selanjutnya yang dilakukan adalah menguji linieritas hubungan. Uji linieritas dilakukan dengan melihat apakah ada hubungan antara variabel *problem-focused coping* dengan resiliensi dan variabel *family protective factors* dengan resiliensi. Hasil menunjukkan bahwa hubungan antara variabel bersifat linier. Dimana *problem-focused coping* dengan resiliensi diperoleh nilai $F_{linier} = 12,312$ dengan $p = 0,001$ ($P < 0,05$). Sedangkan variabel *family protective factors* dengan resiliensi diperoleh nilai $F_{linier} = 1,997$ dengan $p = 0,001$ ($P < 0,05$). Hasil uji linieritas dapat dilihat pada Tabel 3 dan Tabel 4.

Tabel 3
Hasil Uji Linieritas Problem-focused Coping dengan Resiliensi

			Sum of Squares	Mean Square	F	Sig.
y * x1	Between Groups	(Combined)	2426.121	93.312	1.284	.000
		Linearity	894.686	894.686	12.312	.001
		Deviation from Linearity	1531.435	61.257	.843	.674
	Within Groups		4069.349	72.667		
	Total		6495.470			

Tabel 4
Hasil Uji Linieritas Family Protective Factors dengan Resiliensi

			Sum of Squares	Mean Square	F	Sig.
y * x2	Between Groups	(Combined)	1648.515	91.584	1.209	.000
		Linearity	151.211	151.211	1.997	.001
		Deviation from Linearity	1497.304	88.077	1.163	.320
	Within Groups		4846.955	75.734		
	Total		6495.470			

Pengujian terakhir yang dilakukan adalah dengan melihat hasil uji hipotesis pada variabel yang diamati. Dalam penelitian ini terdapat dua hipotesis yang diajukan yaitu hipotesis mayor dan hipotesis minor. Pada hipotesis mayor dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS dengan teknik Analisis Regresi Dua Prediktor. Hasil menunjukkan bahwa koefisien korelasi dari ketiga variabel $R_{x1,2y} = 0,371$ dengan $F = 6,394$ dan $p = 0,003$ ($P < 0,01$) hal ini berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara *problem-focused coping*, *family protective factors* dengan resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus. Dengan demikian hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Sedangkan pada uji hipotesis minor menunjukkan bahwa pada variabel *problem-focused coping* dengan resiliensi diperoleh $R_{x1y} = 0,371$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *problem-focused coping* dengan resiliensi, dimana semakin tinggi *problem focus coping* semakin tinggi resiliensi, begitu sebaliknya. Kemudian pada hipotesis minor lainnya menunjukkan bahwa pada variabel *family protective factors* dengan resiliensi diperoleh $R_{x2y} = 0,153$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *family protective factors* dengan resiliensi, dimana semakin tinggi *family protective factors* maka semakin tinggi resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus, begitu pula sebaliknya. Hasil uji hipotesis minor pada variabel yang diteliti menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada Tabel 5 dan Tabel 6.

Tabel 5
Hasil Uji Hipotesis Mayor

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	F	Sig.
1	.371a	.138	.116	8.367	6,394	0,003

a. Predictors: (Constant), x2, x1

b. Dependent Variable: y

Tabel 6
Hasil Uji Hipotesis Minor

Correlations				
Pearson Correlation		y	x1	x2
	y	1.000	.371	.153
	x1	.371	1.000	.389
	x2	.153	.389	1.000
Sig. (1-tailed)	y	.	.000	.084
	x1	.000	.	.000
	x2	.000	.000	.
N	y	83	83	83
	x1	83	83	83
	x2	83	83	83

Diskusi

Analisis regresi dua prediktor mengungkapkan bahwa *problem focused coping* dan *family protective factors* secara bersama-sama memprediksi resiliensi pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Temuan ini diperkuat dengan hasil analisis antara *problem focused coping* dengan resiliensi dan *family protective factors* dengan resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif yang sangat signifikan antara *problem focused coping* dengan resiliensi, sehingga hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima. Data ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *problem focused coping* yang dimiliki individu maka semakin tinggi pula resiliensi, demikian pula sebaliknya. Hubungan serupa juga terjadi pada *family protective factors* dengan resiliensi. Hasil penelitian ini memberikan *insight* terkait dengan intervensi potensial untuk mempromosikan resiliensi bagi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Kecilnya kontribusi ini dapat dijelaskan oleh sifat resiliensi yang merupakan konstruksi psikologis kompleks dan multidimensional. Banyak penelitian sebelumnya menegaskan bahwa resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti stres pengasuhan, kondisi psikologis individu (misalnya depresi, kecemasan, *self-efficacy*), dukungan sosial eksternal, kualitas hubungan keluarga, akses terhadap layanan profesional, strategi regulasi emosi, serta faktor kontekstual seperti kondisi ekonomi dan tuntutan peran ganda. Tidak diikutsertakannya faktor-faktor tersebut kemungkinan menyebabkan proporsi kontribusi dua variabel yang diteliti tampak kecil.

Pemilihan variabel *problem-focused coping* dan *family protective factors* dalam penelitian ini didasarkan pada bukti teoretis bahwa kedua variabel tersebut berperan penting dalam

membantu orang tua mengelola tekanan pengasuhan secara adaptif. *Problem-focused coping* dipilih karena mencerminkan upaya langsung dan konkret untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi orang tua dalam situasi penuh tekanan, sementara faktor perlindungan keluarga dipilih karena mencerminkan kekuatan internal sistem keluarga yang diyakini dapat memperkuat daya lenting orang tua. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya menyoroti dua aspek tersebut tanpa mengintegrasikan variabel psikososial lain yang juga berpengaruh kuat terhadap resiliensi. Oleh karena itu, penelitian lanjutan perlu mempertimbangkan model yang lebih komprehensif dengan menggabungkan faktor individu, keluarga, sosial, dan lingkungan agar dapat memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai determinan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus.

Melalui penelitian ini ditemukan bahwa strategi *problem focused coping* berhubungan secara signifikan dengan resiliensi. Temuan tersebut diperkuat dengan adanya penelitian terdahulu yaitu studi komparasi yang dilakukan oleh Bayraklı dan Kaner, (2012) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan dan tanpa disabilitas intelektual menunjukkan bahwa *problem focused coping* merupakan variabel yang paling signifikan berkontribusi terhadap resiliensi pada orang tua, baik yang memiliki anak berkebutuhan khusus maupun tidak. *Problem focused coping* meliputi penilaian positif terkait kesulitan yang sedang dihadapi dan upaya perilaku untuk mengubah dan mengelola masalah tersebut. Upaya untuk mengubah atau mengendalikan situasi yang penuh tekanan membuat para orang tua menjadi lebih tahan terhadap stres dan lebih tangguh. Selain itu, *problem focused coping* sebagai upaya orangtua untuk mengatasi situasi yang sulit karena mengasuh anak berkebutuhan khusus dapat mempengaruhi pada tingkat stres pengasuhan yang rendah yang dapat meningkatkan perkembangan resiliensi di kalangan orang tua (Zhao et al., 2021).

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *family protective factors* dapat memprediksi resiliensi pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus sejalan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Widyawati et al. (2023); Lawhorn (2019); dan Hendriani, (2017). *Family protective factors* didefinisikan sebagai karakteristik keluarga dan lingkungan yang lebih luas yang mengurangi dampak negatif dari kesulitan yang dihadapi oleh keluarga (Adriance & Shaw, 2013). *Family protective factors* melibatkan hal-hal yang menguatkan individu dan keluarga dalam menghadapi kesulitan, diantaranya adalah lebih sedikit stresor, penilaian adaptif, dukungan sosial, dan pengalaman yang mengkompensasi (Gardner et al., 2008). Secara lebih

spesifik, *family protective factors* memberi orang tua dorongan untuk menghadapi tantangan dan mengatasi masalah dengan adaptif. *Family protective factors* membantu orang tua dalam mengatasi tantangan situasi yang sedang dihadapi sehingga individu dapat mengatasinya secara efektif (Pfeffer, 2014). Orangtua yang mengembangkan faktor protektif dapat mengajarkan keterampilan yang sama dan teknik mengatasi masalah yang positif kepada anak-anaknya, yang mengarah ke keluarga yang lebih sehat dan lebih percaya diri. Mengembangkan *family protective factors* menargetkan akarnya dengan menyediakan sumber daya dan diperlukan orang tua untuk mengelola berbagai tekanan dengan lebih baik.

Berdasarkan sudut pandang budaya, keterkaitan antara *family protective factors* dengan resiliensi pada orang tua dalam budaya dan masyarakat Indonesia mungkin berbeda dengan budaya barat. Sebagai contoh, kemampuan orang tua Indonesia untuk mengatasi situasi yang penuh tekanan meningkat secara signifikan dengan adanya dukungan sosial dari pasangan dan anggota keluarga lainnya (Asa et al., 2021).

Memiliki anak berkebutuhan khusus dapat menjadi stresor bagi orang tua, namun dengan adanya *family protective factors* dan *problem focused coping*, maka adaptasi yang sehat dapat dicapai. Pada titik ini, krisis, salah satu konsep yang berkaitan dengan resiliensi, memiliki arti sebagai ancaman dan peluang. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya menyoroti dua aspek tersebut tanpa mengintegrasikan variabel psikososial lain yang juga berpengaruh kuat terhadap resiliensi. Oleh karena itu, penelitian lanjutan perlu mempertimbangkan model yang lebih komprehensif dengan menggabungkan faktor individu, keluarga, sosial, dan lingkungan agar dapat memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai determinan resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus.

Kesimpulan

Penelitian ini mengkaji peran *problem-focused coping* dan *family protective factors* dalam membangun resiliensi pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut dengan resiliensi orang tua, ditunjukkan oleh nilai korelasi ($R_{x,1,2y}$) sebesar 0,371. Analisis regresi menghasilkan nilai F sebesar 6,394 dengan $p=0,003$, yang menunjukkan bahwa hasil ini signifikan secara statistik ($P<0,001$). Ini berarti bahwa *problem-focused coping* dan *family protective factors* secara

bersama-sama berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan resiliensi orang tua anak berkebutuhan khusus.

Saran

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah jumlah responden yang dilibatkan dalam penelitian agar mendapatkan hasil yang lebih bisa digeneralisasi. Selain itu, peneliti selanjutnya juga bisa melakukan pengambilan data mendalam mengenai *problem-focused coping* dan *family protective factors* dengan pendekatan kualitatif agar mendapatkan pemahaman mengenai strategi koping berfokus masalah yang digunakan dan faktor protektif keluarga apa yang paling umum ditemui pada orang tua ABK.

Daftar Pustaka

- Adriance, E. V., & Shaw, D. S. (2013). Protective factors and the development of resilience in the context of neighborhood disadvantage. *bone*, 23(1), 1–24. <https://doi.org/10.1007/s10802-008-9220-1.Protective>
- Asa, G. A., Fauk, N. K., Ward, P. R., Hawke, K., Crutzen, R., & Mwanri, L. (2021). Psychological, sociocultural and economic coping strategies of mothers or female caregivers of children with a disability in Belu district, Indonesia. *PLoS ONE*, 16(5 May), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251274>
- Bayraklı, H., & Kaner, S. (2012). Investigating the factors affecting resiliency in mothers of children with and without intellectual disability. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 936–943. <http://0-search.ebscohost.com.library.ucc.ie/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=2013-21023-019&site=ehost-live%5Cnhbayrakli@yahoo.com>
- Beckers, L. W. M. E., Smeets, R. J. E. M., & van der Burg, J. J. W. (2021). Therapy-related stress in parents of children with a physical disability: A specific concept within the construct of parental stress. *Disability and Rehabilitation*, 43(8), 1185–1192. <https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1646815>
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92–100.
- Cheng, A. W. Y., & Lai, C. Y. Y. (2023). Parental stress in families of children with special educational needs: A systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 14(3). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1198302>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.

<https://doi.org/10.1002/da.10113>

- Dewi, C. P. D. C., & Widiyasavitri, P. N. (2019). Resiliensi ibu dengan anak autisme. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 193–206. 6(01):193. [10.24843/JPU.2019.v06.i01.p19](https://doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i01.p19)
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009). A Model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 12(3), 255–270. <https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>
- Flores-Buils, R., & Andrés-Roqueta, C. (2022). Factors influencing resilience of parents with children with neurodevelopmental disorders: The role of structural language, Social Cognition, and Social support. *Frontiers in Psychiatry*, 13(DId). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.886590>
- Gardiner, E., Mâsse, L. C., & Iarocci, G. (2019). A psychometric study of the family resilience assessment scale among families of children with autism spectrum disorder. *Health and Quality of Life Outcomes*, 17(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12955-019-1117-x>
- Gardner, D. L., Huber, C. H., Steiner, R., Vazquez, L. A., & Savage, T. A. (2008). The development and validation of the inventory of family protective Factors: A brief assessment for family counseling. *The Family Journal*, 16(2), 107–117. <https://doi.org/10.1177/1066480708314259>
- Hendriani, W. (2017). Family protective factors as the basis for helping children with special needs increasing resilience. *IJDS Indonesian Journal of Disability Studies*, 4(2), 146–152. <https://doi.org/10.21776/ub.ijds.2017.4.2.7>
- Lawhorn, J. C. (2019). *Exploring parental resilience and the autism spectrum disorder using the 2011 national survey of children's health*. December.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Mak, W. W. S., & Cheung, R. Y. M. (2008). Affiliate stigma among caregivers of people with intellectual disability or mental illness. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 21(6), 532–545. <https://doi.org/10.1111/j.1468-3148.2008.00426.x>
- Olusanya, B. O., Boo, N. Y., Nair, M. K. C., Samms-Vaughan, M. E., Hadders-Algra, M., Wright, S. M., Breinbauer, C., Almasri, N. A., Moreno-Angarita, M., Arabloo, J., Arora, N. K., Block, S. S., Berman, B. D., Burchell, G., de Camargo, O. K., Carr, G., del Castillo-Hegyí, C., Cheung, V. G., Halpern, R., ... Newton, C. R. J. (2022). Accelerating progress on early childhood development for children under 5 years with disabilities by 2030. *The Lancet Global Health*, 10(3), e438–e444. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(21\)00488-5](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(21)00488-5)
- Pfeffer, R. (2014). Risk and protective factors for the safety of children with autism: A qualitative study of caregivers' perspectives. *Journal of Family Strengths*, 14(1). <https://doi.org/10.58464/2168-670x.1252>

- Rajan, A. M., & John, R. (2017). Resilience and impact of children's intellectual disability on indian parents. *Journal of Intellectual Disabilities*, 21(4), 315–324. <https://doi.org/10.1177/1744629516654588>
- Sari, D. K., & Mariyati, I. (2023). Resiliensi orang tua dengan autism spectrum disorder (ASD) di SLB Aisyiyah Tulangan Sidoarjo. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 2(3), 1–7. <https://doi.org/10.47134/researchjet.v2i3.5>
- Suzuki, K., Hiratani, M., Mizukoshi, N., Hayashi, T., & Inagaki, M. (2018). Family resilience elements alleviate the relationship between maternal psychological distress and the severity of children's developmental disorders. *Research in Developmental Disabilities*, 83(August), 91–98. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2018.08.006>
- Valicenti-Mcdermott, M., Lawson, K., Hottinger, K., Seijo, R., Schechtman, M., Shulman, L., & Shinnar, S. (2015). parental stress in families of children with autism and other developmental disabilities. *Journal of Child Neurology*, 30(13), 1728–1735. <https://doi.org/10.1177/0883073815579705>
- Widyawati, Y., Scholte, R. H. J., Kleemans, T., & Otten, R. (2023). Parental resilience and quality of life in children with developmental disabilities in Indonesia: The role of protective factors. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 35(5), 743–758. <https://doi.org/10.1007/s10882-022-09878-1>
- Zhao, M., Fu, W., & Ai, J. (2021). The mediating role of social support in the relationship between parenting stress and resilience among chinese parents of children with disability. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(10), 3412–3422. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04806-8>