

HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK *INTELLECTUAL DISABILITY* DI KOTA PADANG

Bunga Elza Ulandari^{1*}, Rahayu Hardianti Utami²

^{1,2} Departemen Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

E-mail: bungaulandari2002@gmail.com

ABSTRAK

Orangtua yang mempunyai anak *intellectual disability* kerap kali menghadapi tekanan psikologis yang lebih besar terutama ibu. Oleh karena itu, perlu dilakukan penyesuaian diri untuk mengatasi stres yang dirasakan pada ibu dengan anak *intellectual disability*. Studi ini bermaksud guna mengidentifikasi hubungan antara penyesuaian diri dengan *psychological well-being* pada ibu dengan anak *intellectual disability* di Kota Padang. Studi ini memakai strategi penelitian kuantitatif berdasarkan metodologi korelasional. Sebanyak 37 sampel diambil dari populasi ibu-ibu berdomisili di Kota Padang yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Sampel diambil dengan memakai strategi *purposive sampling*. Teknik *Product Moment Correlation* dipakai guna menganalisis data. Temuan studi memperlihatkan bahwasanya H_a diterima dan H_0 ditolak, dengan koefisien korelasi sebesar 0,812 dan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$. Ini berarti adanya hubungan positif dan signifikan antara variabel penyesuaian diri dengan variabel *psychological well-being* pada ibu yang punya anak *intellectual disability* di kota Padang. Selain itu penyesuaian diri memiliki sumbangan afektif sebesar 65,9% dalam terciptanya *psychological well-being* pada ibu dengan anak *intellectual disability* di kota padang.

Kata kunci: *penyesuaian diri, psychological well-being, ibu yang memiliki anak intellectual disability,*

PENDAHULUAN

Dalam hubungan pernikahan, kelahiran seorang anak dianggap sebagai salah satu sumber kebahagiaan bagi sebuah keluarga. Anak dianggap sebagai sebuah amanah serta anugerah dari Allah SWT yang melengkapi kebahagiaan keluarga. Setiap pasangan yang telah menikah pastinya mendambakan hadirnya anak yang lahir dalam kondisi sehat dan normal. Namun, dalam kenyataannya, beberapa orang tua diberi amanah berupa anak yang lahir dengan keistimewaan. Anak-anak yang dilahirkan dengan keistimewaan ini umumnya dikenal sebagai anak berkebutuhan khusus (Ginting, 2023)

Anak berkebutuhan khusus sendiri punya berbagai jenis salah satunya adalah anak *intellectual disability* (ID). Berlandaskan *Individuals with Disabilities Education Act* (IDEA), ID adalah kondisi di mana fungsi intelektual umum seseorang jauh di bawah rata-rata, dan mereka sulit untuk berperilaku adaptif. Perilaku ini muncul selama masa perkembangan dan berdampak buruk pada hasil pendidikan mereka (Heward, 2013).

Kumar (2008) melakukan penelitian yang menunjukkan bahwasanya tidak semua orang tua mengalami *psychological well-being* yang memuaskan saat mengetahui bahwasanya anak mereka memiliki ID. Harapan yang mereka miliki sebelumnya seringkali berubah menjadi kekecewaan. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa orang tua dengan anak berkebutuhan khusus cenderung menghadapi tekanan psikologis lebih besar daripada mereka yang memiliki anak tanpa kebutuhan khusus. Stress tersebut ditimbulkan oleh beban yang dialami orangtua secara fisik, psikis, dan sosial. Kondisi seperti ini bisa memengaruhi *psychological well-being* orangtua, terutama ibu. Studi Cramm dan Nieboer (2011) sejalan dengan pendapat tersebut, dengan temuan bahwasanya *psychological well-being* ibu, yang secara emosional paling dekat dengan anak, secara signifikan dipengaruhi oleh beban emosional yang dihadapi oleh orang tua dengan anak ID.

Berdasarkan wawancara awal yang telah dilaksanakan pada tanggal 15-16 Januari 2024 pada dua orang ibu dengan anak ID di salah satu SLB di kota Padang. Mereka mengakui bahwasanya diawal kelahiran anak ID, para ibu berjuang untuk menerima kenyataan bahwasanya anak-anak mereka berbeda dari kebanyakan anak-anak. Rasa sedih dan kecewa muncul terutama ketika

menyadari bahwasanya anaknya memiliki gangguan ID. Menurut pengakuan salah seorang ibu, mulanya dia mengeluh dan merasa marah kepada Tuhan, bertanya-tanya mengapa hal tersebut harus menimpa mereka. Mereka terkadang juga merasa ingin menyerah ketika merawat anaknya. Ibu-ibu bahkan mengalami perasaan malu ketika anaknya menjadi bahan pembicaraan. Hubungan ibu dengan tetangga atau lingkungan sekitarnya terganggu akibat emosi ini, yang akhirnya mengakibatkan isolasi sosial antara ibu dan lingkungannya. Kondisi ini membuat ibu merasa stress, terutama ketika menghadapi kesulitan berkomunikasi dengan anak ID.

Ryff (1995) menyatakan bahwasanya *psychological well-being* seseorang ditandai oleh persepsi positif pada diri sendiri maupun orang lain. Sikap positif ini terlihat dari kemampuan individu dalam membuat keputusan dan mengatur perilaku mereka secara mandiri. Individu yang mengalami *psychological well-being* juga mampu membangun dan mengawasi lingkungan sesuai kebutuhannya, menumbuhkan rasa tujuan hidup, dan berusaha meningkatkan makna hidup mereka.

Stress, kecemasan, dan perasaan tidak bahagia sering kali menjadi hambatan dalam kehidupan seseorang. Oleh karena itu, untuk mengatasi stress oleh ibu dengan anak ID secara efektif, penting untuk dilakukan penyesuaian diri. Hal itu sesuai pendapat Susanandari (2009) yang menjelaskan bahwasanya seseorang baru bisa mengatasi stress saat mereka berhasil melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapinya.

Menurut Runyon dan Haber (1984), penyesuaian diri merupakan suatu proses yang dinamis yang ditujukan untuk mengubah tingkah laku individu, sehingga perubahan ini akan menciptakan keadaan yang lebih harmonis antara individu dan lingkungannya. Proses ini melibatkan upaya individu untuk menyesuaikan perilakunya sesuai tuntutan dan tekanan hidup, baik yang bersumber dari internal maupun eksternal individu.

Ibu yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan berbagai masalah atau tuntutan dalam merawat anak ID cenderung akan mengalami stress. Pada akhirnya, ketidakmampuan ibu untuk menyesuaikan diri dengan kondisi memiliki anak ID bisa mengganggu *psychological well-being*-nya. Dampak ini bisa melibatkan gangguan emosional, ketegangan mental, dan pengaruh negatif terhadap *psychological well-being*-nya secara keseluruhan. Dengan demikian, penting sekali bagi ibu untuk mendapatkan dukungan dan perawatan yang tepat agar bisa mengelola ketegangan secara efektif dan menjaga *psychological well-being* nya (Ayuningtyas, 2020).

Berlandaskan permasalahan sebelumnya, penelitian lebih lanjut yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dan *psychological well-being* ibu dalam konteks memiliki anak ID dianggap sebagai langkah penelitian yang relevan dan penting.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai teknik kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Ibu-ibu yang berdomisili di Kota Padang dan dengan anak berkebutuhan khusus termasuk populasi yang diteliti dalam studi ini. Dalam studi ini sampel mencakup 37 ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan karakteristik yaitu, ibu yang punya anak *intellectual disability* sedang, ibu yang memiliki anak *intellectual disability* berusia 6-18 tahun, ibu dalam rentang usia dewasa muda hingga madya berusia 35-60 tahun, serta memiliki pendidikan terakhir minimal SMA/SMK.

Penelitian ini menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel bebas (X) serta *psychological well-being* sebagai variabel terikat (Y). Peneliti akan mengumpulkan informasi untuk penelitian ini dengan menggunakan model skala Likert. Variabel *Psychological Well-being* diukur memakai skala yang telah dimodifikasi oleh Nurarini (2016). Skala ini didasarkan pada instrument yang dibuat oleh Ryff (1989), yakni *Ryff's Psychological Well-being Scale* (RPWB). Skala tersebut terdiri dari 17 item valid dengan reliabilitas sebesar 0,729. Selanjutnya, variabel penyesuaian diri dalam penelitian ini sesuai alat ukur yang pakai pada penelitian Wigunawati (2022). Skala tersebut didasarkan pada alat ukur oleh dikembangkan oleh Haber dan Runyon (1984). Skala tersebut terdiri dari 14 item valid dengan reliabilitas sebesar 0,848.

Pada penelitian ini, metode yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah Korelasi *Pearson's Product moment*. Selain itu, peneliti juga akan melakukan uji asumsi mencakup uji normalitas serta uji linearitas (Sugiyono, 2013). Proses analisis data dilaksanakan dengan dukungan *software SPSS 20.0 For Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan penyesuaian diri dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak *intellectual disability* di kota Padang. Subjek pada studi ini mencakup ibu yang memiliki anak dengan *intellectual disability* di Kota Padang. Pada penelitian ini, subjek sebanyak 37 ibu yang memenuhi semua persyaratan penelitian. Peneliti menyebarkan skala secara langsung kepada seluruh sampel penelitian. Deskripsi data penelitian dilakukan melalui analisis statistik guna membandingkan nilai rata-rata (*Mean*) pada setiap skala yang dipakai dalam studi ini. Berikut ini termasuk tabel analisis deskriptif pada kedua variabel tersebut:

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Min	max	Mean	SD	N
<i>psychological well-being</i>	38	56	47,4	6,9	37
Penyesuaian diri	28	51	37,8	6,3	37

Bersarkan data diatas dapat dilihat bahwa nilai minimum variabel *psychological well-being* adalah 38, nilai maximum 56, nilai mean 47,4, dan nilai standar deviasi 6,9. Selanjutnya nilai minimum variabel penyesuaian diri adalah 28, nilai maximum 51, nilai mean 37,8, dan nilai standar deviasi 6,3.

Tabel 2. Kategorisasi Data Variabel *Psychological Well-being*

Kategorisasi <i>Psychological Well-being</i>	Subjek	
	F (Σ)	Persentase (%)
Rendah	14	38%
Sedang	13	35%
Tinggi	10	27%
Total	37	100%

Berdasarkan tabel diatas, secara keseluruhan subjek dalam studi ini mengalami *psychological well-being* dalam kategori rendah yakni, sejumlah 14 orang (38%); sedang sejumlah 13 orang (35%) dan tinggi sejumlah 10 orang (27%).

Tabel 3. Kategorisasi Data Variabel Penyesuaian Diri

Kategorisasi Penyesuaian Diri	Subjek	
	F (Σ)	Persentase (%)
Rendah	9	24%
Sedang	19	52%
Tinggi	9	24%
Total	37	100%

Dari data pada tabel, sejumlah 52% (19 orang) partisipan studi ini termasuk kelompok penyesuaian diri sedang, 24% (9 orang) tergolong kelompok penyesuaian diri rendah, dan 24% (9 orang) kelompok penyesuaian diri tinggi.

Uji Normalitas

Tabel 4. Uji Normalitas

<i>Kolmogrov-Smirnof</i>	<i>Asymp. Sig</i>	Kriteria	Keterangan
0,861	0,448	>0,05	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel dapat melihat bahwasanya nilai p adalah 0,448 (sig. >0,05) pada tabel di atas. Akibatnya, nilai residual variabel mengikuti distribusi normal.

Uji Linearitas

Tabel 5. Uji Linearitas

	Kriteria	Sig	Keterangan
<i>deviation from linearity</i>	>0,05	0,156	Linear

Nilai signifikansi yang dihasilkan adalah 0,156 (sig.>0,05), seperti yang diuraikan dalam tabel di atas. Dengan demikian, hubungan antara kedua variabel, dependen dan independen, bersifat linier.

Uji Hipotesis

Tabel 6. Uji Hipotesis

<i>Pearson Correlation</i>	Kriteria	Sig	Keterangan
0,812	< 0,05	0,000	Berkorelasi

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (sig.<0,05), yang mengindikasikan adanya korelasi antar kedua variabel dalam penelitian ini. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis (H_a) diterima dalam penelitian ini, sedangkan (H_0) ditolak. Lebih lanjut, nilai korelasi pearson antara variabel *psychological well-being* dan variabel penyesuaian diri adalah sebesar 0,812, sebagaimana dibuktikan oleh tabel di atas. Hal ini menandakan bahwa adanya hubungan yang kuat dengan arah korelasi positif.

PEMBAHASAN.

Melalui uji hipotesis yang dilakukan menggunakan analisis *pearson correlation product moment*, ditemukan adanya hubungan yang positif dan signifikan pada variabel penyesuaian diri dengan variabel *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak ID di Kota Padang. Ini mengindikasikan bahwa semakin baik penyesuaian diri ibu, maka semakin baik pula tingkat *psychological well-being* mereka. Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Wulandari (2016), yang juga menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara *psychological well-being* dan kemampuan penyesuaian diri. Penelitian tersebut menunjukkan bahwasanya semakin baik kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri, maka *psychological well-being* orang tersebut-pun akan semakin meningkat.

Pada penelitian ini, skor *psychological well-being* dikelompokkan kedalam tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Hasilnya menunjukkan bahwasanya sebanyak 14 orang (38%) masuk kedalam kategori rendah, sebanyak 13 orang (35%) dalam kategori sedang, dan sebanyak 10 orang (27%) dalam kategori tinggi. Dari hasil tersebut, secara keseluruhan *psychological well-being* responden berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwasanya ibu yang memiliki anak ID di Kota Padang memiliki *psychological well-being* rendah. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Nurarini (2016), yang menunjukkan bahwa ibu dengan anak berkebutuhan khusus cenderung mengalami tingkat *psychological well-being* yang lebih rendah.

Salah satu penyebab yang mungkin berpotensi mempengaruhi rendahnya *psychological well-being* ibu pada temuan ini adalah karena mayoritas dari mereka berperan sebagai ibu rumah tangga (IRT). Data penunjang dalam temuan ini menunjukkan bahwa terdapat 27 ibu (73%) berstatus IRT, 8 ibu (22 %) bekerja di sektor swasta, dan hanya 2 ibu (5%) berstatus pegawai negeri sipil (PNS). Pekerjaan memiliki dampak yang signifikan pada *psychological well-being* seseorang, terutama bagi ibu yang memiliki anak ID. Hal tersebut dikarenakan pekerjaan bukan hanya memberi dukungan finansial tetapi juga dukungan sosial yang lebih besar, rasa identitas diri, kemampuan mengatasi stress dan kesempatan untuk mendapatkan waktu pribadi untuk menjaga keseimbangan mental dan emosional (Cinamon & Rich, 2002). IRT yang sebagian besar waktunya dihabiskan dirumah merawat anak ID, mungkin memiliki keterbatasan dalam akses sosial dan dukungan emosional dari teman sebayanya. Hal ini didukung dengan data penunjang dalam penelitian ini yaitu, sebanyak 27 ibu (46%) menghabiskan waktu antara 6-12 jam per hari untuk merawat anak ID, 11

ibu (30%) menghabiskan waktu untuk merawat anak ID lebih dari 12 jam, dan hanya sebanyak 9 ibu (24%) yang menghabiskan waktu untuk merawat anak ID selama kurang dari 6 jam. Selain itu mayoritas ibu dalam penelitian ini mengasuh anak nya sendiri yaitu sebanyak 20 orang (54%) dan hanya sebanyak 17 orang (46%) yang dibantu oleh orang lain dalam mengasuh anak ID.

Psychological well-being ibu yang rendah dalam temuan ini mungkin juga disebabkan karena kondisi dan perilaku anak mereka. Berdasarkan data penunjang yang diperoleh, sebanyak 13% anak memiliki gangguan sensorik, 35% anak memiliki gangguan motorik, 3% anak dengan kondisi medis lain dan 49% anak tidak memiliki kondisi khusus. Dari segi perilaku sebanyak 36% kadang-kadang agresif, 10% anak sering menunjukkan perilaku agresif, 24% menarik diri, dan 30% tidak menunjukkan perilaku agresif. Selain itu, terkait dengan kemampuan anak-anak mereka berpartisipasi dalam kegiatan tertentu sebanyak 44% anak bisa melakukannya dengan bantuan, 20% anak tidak mampu, 18% anak mampu sepenuhnya, dan 18% anak belum dicoba. Penelitian oleh Hastings (2002) mengungkapkan bahwasanya perilaku bermasalah pada anak ID, seperti agresivitas atau kecenderungan menarik diri, termasuk salah satu penyebab yang mempengaruhi *psychological well-being* orang tua, khususnya ibu. Semakin sering anak menunjukkan perilaku yang sulit diatur, semakin tinggi tingkat stress yang dialami ibu, sehingga pada akhirnya akan berdampak negatif pada *psychological well-being* mereka.

Selanjutnya *psychological well-being* ibu dalam temuan ini rendah, karena ibu tidak mampu menyesuaikan diri nya ketika memiliki anak ID. Hal ini dibuktikan dengan kategorisasi penyesuaian diri ibu dalam penelitian ini pun tidak menunjukkan kategori yang baik yaitu sebanyak 19 orang (52%) ibu berada pada kategori sedang. Ibu yang kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan berbagai masalah atau tuntutan dalam merawat anak ID cenderung akan mengalami stress. Pernyataan ini sejalan dengan pendapat Rahayu dan Arianti (2020) yang menyebutkan bahwasanya individu dengan kemampuan menyesuaikan diri yang rendah cenderung mengalami berbagai masalah seperti stress, kesulitan berinteraksi dengan orang, dan merasa kesepian. Pada akhirnya, ketidakmampuan ibu untuk menyesuaikan diri dengan kondisi memiliki anak ID bisa mengganggu *psychological well-being*-nya (Ayuningtyas, 2020)

Dalam penelitian ini, variabel penyesuaian diri memberikan kontribusi sebesar 65,9% terhadap terbentuknya *psychological well-being*, sementara faktor lainnya dipengaruhi oleh aspek-aspek diluar lingkup penelitian ini, seperti rasa syukur dan kepribadian, seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Nurarini (2016). Menurut Ryff (1989), penyesuaian diri termasuk salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* individu. Ini disebabkan oleh pentingnya penyesuaian diri yang menjadi faktor utama dalam mempengaruhi *psychological well-being* seseorang. Artinya, kemampuan seseorang dalam beradaptasi dengan lingkungan maupun setiap perubahan yang terjadi sepanjang hidupnya bisa berfungsi sebagai prediktor yang kuat dalam menentukan tingkat *psychological well-being* yang dirasakan oleh seseorang (Hasrullah, 2023).

Ibu yang kesulitan menyesuaikan diri disebabkan oleh berbagai faktor mulai dari rasa terkejut, sedih, maupun marah, hingga merasa bersalah terhadap kondisi yang dialami anak. Hal ini pun didukung dari data penunjang dalam penelitian ini, yaitu sebanyak 17 orang (43%) sering merasa sedih atau tertekan selama sebulan terakhir dan sebanyak 17 orang (46%) pula yang merasa cukup jarang merasa bahagia dalam sebulan terakhir. Ketika ibu mengalami tekanan yang menyebabkan stress, kemampuan mereka dalam mengasuh anak menjadi menurun, dan mereka cenderung akan panik saat menghadapi situasi yang tidak diinginkan, sehingga pada akhirnya ibu yang memiliki anak ID akan kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut (Witt, 2005).

Selanjutnya usia ibu juga bisa mempengaruhi cara berpikir dan kemampuan berpikir seorang ibu yang memiliki anak ID. Seiring bertambahnya usia ibu, pengalaman dan kemampuannya dalam menyesuaikan diri dengan tantangan yang muncul selama pengasuhan anak ID cenderung semakin baik dan terkendali (Hawari, 2016). Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa usia termasuk salah satu penyebab yang memiliki pengaruh terhadap kemampuan individu dalam penyesuaian diri. Dengan bertambah nya usia seseorang, aspek intelektual, sosial, moral, dan emosionalnya pun akan semakin berkembang. Hal tersebut akan mempengaruhi cara mereka menyesuaikan diri. Dalam penelitian ini, usia ibu paling banyak ditemukan berada pada rentang 35-40 tahun (41%). Kelompok ini termasuk kelompok usia terendah dalam penelitian ini, hal tersebut bisa menjadi salah satu alasan mengapa penyesuaian diri ibu dalam penelitian ini tidak berada pada kategori yang baik. Usia ibu

yang relatif lebih muda dalam kelompok penelitian ini mungkin berarti bahwasanya ibu masih dalam proses belajar menyesuaikan diri dengan tantangan merawat anak ID, dibandingkan dengan ibu yang lebih tua dan memiliki pengalaman yang lebih luas

Selain itu tingkat pendidikan ibu juga termasuk hal yang penting dalam ibu menyesuaikan diri. Penelitian yang dilakukan oleh Dunst (2007) menunjukkan bahwasanya ibu dengan latar belakang pendidikan yang lebih tinggi cenderung menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik karena mereka lebih terinformasi, memiliki keterampilan pemecahan masalah yang lebih baik dan cenderung lebih terbuka terhadap saran profesional. Berdasarkan data penunjang dalam penelitian ini, ibu yang berada pada jenjang pendidikan terakhir D1 hanya sebanyak 1 orang (3%), pendidikan terakhir D3 4 orang (11%), dan pendidikan S1 hanya sebanyak 6 orang (16%). Sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah ibu yang berada jenjang pendidikan terakhir SMA/SMK sebanyak 26 orang (70%). bisa dilihat bahwasanya pendidikan terakhir ibu yang didominasi oleh SMA/SMK memungkinkan menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kemampuan penyesuaian diri ibu dalam penelitian ini tergolong sedang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Menurut hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan positif antara penyesuaian diri dengan *psychological well-being* ibu yang memiliki anak *intellectual disability* di kota Padang. *Psychological well-being* ibu yang memiliki anak ID yang rendah disebabkan karena faktor lain seperti pekerjaan dan kondisi atau tingkat keparahan anak ID mungkin bisa saja terjadi. Namun penelitian ini memiliki keterbatasan mengenai penjelasan lebih rinci mengenai hal tersebut. Selain itu keterbatasan penelitian ini adalah pada subjek penelitian, dimana subjek dalam penelitian ini hanya berfokus pada ibu yang memiliki anak *intellectual disability* sedang saja, serta jumlah subjek yang hanya sebanyak 37 orang juga menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Sehingga kepada peneliti selanjutnya disarankan agar bisa meneliti pada sampel lainnya, seperti ibu yang memiliki anak tunanetra, tunadaksa, maupun anak disabilitas lainnya. sehingga diharapkan bisa mendapatkan informasi-informasi lainnya terkait *psychological well-being* ibu yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus yang beragam. Pada penelitian berikutnya, diharapkan agar jumlah sampel penelitian dapat ditambah untuk mendapatkan hasil yang lebih valid dan mampu mewakili keseluruhan populasi yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, D. P. (2020). Kecerdasan Emosional dan Koping Stres Dengan Penyesuaian Diri Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 498–512.
- Cinamon, R. G., & Rich, Y. (2002). *Profiles of attribution of importance to life roles and their implications for the work–family conflict*. *Journal of Counseling Psychology*, 49(2), 212.
- Cramm, J. M., & Nieboer, A. (2011). *Psychological well-being of caregivers of children with intellectual disabilities: Using parental stress as a mediating factor*. *Journal of Intellectual Disabilities*, 15(2), 101–113.
- Dunst, C. J., Trivette, C. M., & Hamby, D. W. (2007). *Meta-analysis of family-centered helping practices research*. *Mental retardation and developmental disabilities research reviews*, 13(4), 370–378.
- Ginting, A. S. (2023). Faktor-Faktor *Psychological Well-Being* Pada Orangtua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa.
- Hasrullah, D. M., Khumas, A., & Jafar, E. S. (2023). Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Penyesuaian Diri Pada Istri Yang Tinggal Bersama Mertua. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2(4), 636–645.
- Hastings, R. P. (2002). *Parental stress and behaviour problems of children with developmental disability*. *Journal of intellectual and developmental disability*, 27(3), 149–160

- Heward, W.L. (2013). *Exceptional children: An introduction to special education (10th edition)*. United States: Pearson.
- Kumar, G. V. (2008). *Psychological stress and coping strategies of the parents of mentally challenged children*. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(2), 227–231.
- Nuraini, F. (2016). Pengaruh Rasa Syukur Dan Kepribadian Terhadap *Psychological Well-Being* Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan khusus (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Psikologi, 2016).
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi: Studi pada mahasiswa fakultas psikologi uksw. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73-84. <http://journal.unpad.ac.id/jpsp/article/viewFile/26681/14030>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719. Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Alfabeta.
- Runyon, R.P., & Haber, A. (1984). *Psychology of adjustment*. Illinois : The Dorsey Press Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support. *Journal Of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.
- Schneiders, A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rineheart, & Winston.
- Wigunawati, E., Deliviana, E., Lase, F. J., & Jovani, A. (2022). Penyusunan skala penyesuaian diri perempuan pekerja (SPDPP). *Jurnal Inada*, 5(1), 1-15
- Witt, K. (2005): *The role of parental irrationality and child autism characteristics on parental stress level*. *Journal of school psychology*, 1, 1-75.
- Wulandari, S. W. (2016). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri siswa kelas X SMK Santa Maria Jakarta. *Psiko Edukasi*, 14(2), 94-100.