



RESILIENSI IBU TUNGGAL DALAM MEMBIMBING KEMANDIRIAN ANAK TUNAGRAHITA UNTUK MENJAGA KETAHANAN KELUARGA: STUDI KASUS IBU TUNGGAL DI KELURAHAN MANGLI JEMBER

¹Rihadatul 'Aisy, ²Muhamad Ridwan Arif

¹Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember,

²Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember

rihadatulaisy25932@gmail.com, ridwan@uinkhas.ac.id

Abstract:

Single mothers with children with intellectual disabilities face complex psychological, social, economic, and spiritual parenting challenges, requiring strong resilience to maintain family resilience. This study aims to describe the factors that shape single mothers resilience in guiding the independence of children with intellectual disabilities and strategies for maintaining family resilience. The method used is a qualitative approach with case studies through interviews, observation, and documentation, as well as data reduction analysis, presentation, and verification with triangulation of sources and methods. The results show that maternal resilience is more dominant in the I Am and I Can aspects, such as acceptance, patience, responsibility, and the ability to manage emotions and guide children gradually, while the I Have aspect is relatively weak due to minimal social support. Family resilience strategies are reflected in aspects of belief systems, family organizational flexibility, and adaptive communication.

Keywords: *resilience, single mother, guiding the independence of child with intellectual disability, family resilience*

Abstrak:

Ibu tunggal yang memiliki anak tunagrahitamenghadapi tantangan pengasuhan yang kompleks secara psikologis, sosial, ekonomi, dan spiritual sehingga menuntut resiliensi kuat agar keluarga tetap adaptif. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan faktor pembentuk resiliensi ibu tunggal dalam membimbing kemandirian anak tunagrahita serta strategi mempertahankan ketahanan keluarga. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan studi kasus melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, serta analisis reduksi, penyajian, dan verifikasi data dengan triangulasi sumber dan metode. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi ibu lebih dominan pada aspek *I AM* dan *I Can*, seperti penerimaan, kesabaran, tanggung jawab, serta kemampuan mengelola emosi dan membimbing anak secara bertahap, sementara aspek *I Have* relative lemah karena minimnya dukungan sosial. Strategi ketahanan keluarga tercermin melalui aspek sistem keyakinan, fleksibilitas organisasi keluarga, dan komunikasi yang adaptif.

Kata kunci : Resiliensi, Ibu tunggal, Membimbing kemandirian anak tunagrahita, Ketahanan keluarga.

A. Pendahuluan

Ibu tunggal di Indonesia merupakan wujud dari kemiskinan yang minim mendapatkan perhatian institusional maupun sosial. Berdasarkan hasil pengolahan data yang bersumber dari Badan Pusat Statistik periode 2024 – 2025, struktur rumah tangga yang dipimpin perempuan pada proporsi rumah tangga dengan jumlah anggota 2 – 3 orang, mengalami kenaikan signifikan sebesar 2, 70 poin persentase, dari 48, 34% pada tahun 2024 menjadi 51, 04% pada tahun 2025. Peningkatan ini menempatkan kategori rumah tangga kecil sebagai kelompok dominan yang mencakup lebih dari separuh total kepala keluarga perempuan di Indonesia. Sebaliknya, kategori rumah tangga tunggal (1 orang anggota) justru menunjukkan penurunan sebesar 2, 20 poin persentase, dari angka 22, 65% menjadi 20, 45% dalam kurun waktu satu tahun. Disisi lain, rumah tangga dengan jumlah anggota 4 – 5 orang, cenderung mengalami peningkatan yang sangat tipis sebesar 0,003 poin persentase, yakni dari 23, 05% menjadi 23, 08%. Dan rumah tangga dengan jumlah anggota 6 orang lebih mengalami penurunan yang signifikan sebesar 0, 54 poin persentase, dari 5, 96% menjadi 5, 42%.¹

Secara keseluruhan, struktur rumah tangga yang dipimpin perempuan di Indonesia pada tahun 2025 mengalami pemusatan pada unit keluarga skala kecil beranggotakan 2 -3 orang. Disisi lain jumlah perceraian di Indonesia sebanyak 438.168, dan Jawa Timur menduduki peringkat kedua setelah Jawa Barat dengan jumlah perceraian 83.208.² Sedangkan pada tingkat kabupaten di Jember sebanyak 6.050 perceraian.³ Peningkatan jumlah ibu tunggal di Indonesia ini dipengaruhi oleh berbagai faktor sosial dan demografis yang saling berkaitan. Salah satu faktor

¹ Badan Pusat Statistik Indonesia, “Persentase Rumah Tangga menurut Provinsi, Jenis Kelamin Kepala Rumah Tangga, dan Banyaknya Anggota Rumah Tangga, 2009-2025,” Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur (Badan Pusat Statistik, 2025), <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MTYwMyMx/persentase-rumah-tangga-menurut-provinsi--jenis-kelamin-kepala-rumah-tangga--dan-banyaknya-anggota-rumah-tangga--2009-2024.html>.

² Badan Pusat Statistik Indonesia, “Nikah dan Cerai Menurut Provinsi (kejadian), 2025,” Badan Pusat Statistik Indonesia, n.d., <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmq2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-provinsi.html?year=2025>.

³ Badan Pusat Statistik Indonesia, “Nikah dan Cerai Menurut Kabupaten/Kota (kejadian) di Provinsi Jawa Timur, 2025,” Badan Pusat Statistik Indonesia, diakses 15 Februari 2026, <https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmq2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-kabupaten-kota--kejadian--di-provinsi-jawa-timur--2024.html?year=2025>.

utama adalah meningkatnya angka perceraian yang terjadi setiap tahunnya. Retaknya hubungan suami-istri menyebabkan banyak perempuan harus mengambil alih peran sebagai orang tua tunggal, mengasuh sekaligus mendampingi anak-anak yang masih membutuhkan bimbingan dan figur ayah. Selain itu, peristiwa wafatnya pasangan juga menjadi penyebab yang tidak dapat dihindari. Kepergian suami secara tiba-tiba tidak hanya meninggalkan rasa duka yang mendalam, tetapi juga menempatkan perempuan pada posisi yang menuntut mereka untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga agar kehidupan rumah tangga tetap berjalan. Di sisi lain, kehamilan di luar nikah yang tidak diakui turut menyumbang pada meningkatnya jumlah ibu tunggal.

Dalam kondisi ini, perempuan menjalani peran keibuan tanpa kehadiran pihak laki-laki serta stigma dan tekanan sosial yang cukup besar dari lingkungan masyarakat.⁴ Lonjakan ini menandakan adanya pergeseran struktur sosial sekaligus meningkatkan beban ganda yang dipikul oleh perempuan sebagai pencari nafkah dan pengasuh utama. Berbagai faktor tersebut menunjukkan bahwa menjadi ibu tunggal sering kali merupakan konsekuensi dari kondisi yang tidak dapat sepenuhnya dikendalikan, terutama dalam kasus kematian pasangan. Khususnya ketika ibu tunggal menghadapi situasi yang tidak biasa seperti merawat anak berkebutuhan khusus.

Dalam kondisi tersebut semakin kompleks ketika ibu tunggal harus merawat serta memberikan bimbingan pada anak dengan disabilitas intelektual, seperti tunagrahita. Penyandang anak tunagrahita cenderung mengalami kesulitan dari segi aspek kognitif, sosial, bahasa, dan perilaku, sehingga membutuhkan pendampingan atau bantuan jangka panjang dalam proses menuju kemandirian. Secara garis besar anak tunagrahita dapat diklasifikasikan menjadi 3 kategori, yaitu; tunagrahita ringan dengan IQ (50-70), tunagrahita sedang IQ nya (30-50), tunagrahita berat dan sangat berat dengan IQ (< 30).⁵

Keterlambatan perkembangan kecerdasan yang dimiliki anak tunagrahita akan menghadapi berbagai bentuk hambatan terkait upaya dalam pemenuhan kebutuhan-kebutuhan dasar dalam hidupnya. Namun sebagian dari mereka ada yang mencapai sebagian atau kurang, tergantung pada berat-ringannya hambatan yang dimiliki serta perhatian yang diberikan oleh lingkungan. Kondisi

⁴ Uluran Tangan Kemanusiaan, "Kisah Ibu Tunggal di Indonesia: Di Balik Perjuangan Penuh Haru," 2025, <https://tangankemanusiaan.id/2025/06/11/ibutunggal/>.

⁵ Ni Luh Gede Karang Widiastuti dan I Made Astra Winaya, "Prinsip Khusus Dan Jenis Layanan Pendidikan Bagi Anak Tunagrahita," *Jurnal Santiaji Pendidikan (JSP)* 9, no. 2 (27 Juli 2019): 116–26, <https://doi.org/10.36733/jsp.v9i2.392>.

ini menjadi persoalan tersendiri dalam pemberian layanan yang sesuai dengan kebutuhan dari masing-masing anak tunagrahita.

Dalam kondisi ini, peran resiliensi menjadi kunci utama dalam menjaga keberlangsungan dan ketahanan keluarga. Resiliensi menjadi kekuatan batin untuk tetap bertahan, bangkit, dan bahkan berkembang meskipun di tengah tekanan hidup. Resiliensi menjadi bagian dari kemampuan seseorang dalam bertahan atau bahkan mampu mempertahankan kehidupannya dari trauma atau kondisi terpuruk. Sehingga, resiliensi menjadi hal yang penting untuk mencapai kesejahteraan dan penyesuaian kehidupan yang baik.

Sebagaimana firman Allah SWT. Dalam Q.S Al-Baqarah [2]:153

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.⁶ Ayat tersebut mengajarkan kepada kita (umat manusia) bahwa kesabaran merupakan kunci dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan. Allah SWT tidak hanya memerintahkan kita untuk bersabar, tapi Allah juga memberikan sebuah jaminan bahwa akan selalu bersama dengan orang-orang yang sabar. Ini menjadi pengingat bahwa dalam setiap rintangan yang sedang kita hadapi, dan mampu bertahan diri serta teguh pada keimanan, maka akan datang pertolongan-Nya.⁷ Nilai spiritual tersebut menjadi salah satu sumber daya internal yang dapat memperkuat kemampuan ibu tunggal dalam menjalani peran pengasuhan yang penuh tantangan.

Dalam ketahanan keluarga menurut Walsh, ketahanan keluarga sebagai kemampuan keluarga, sebagai sistem fungsional, untuk bertahan dan pulih dari kesulitan.⁸ Pernyataan tersebut menegaskan bahwa ketahanan keluarga tidak hanya merujuk pada kemampuan individu, tetapi pada keluarga sebagai satu sistem yang berfungsi. Ketahanan keluarga bukan sekedar kemampuan untuk “bertahan”, tetapi juga menciptakan struktur baru yang fungsional, menyesuaikan peran-peran dalam keluarga, serta menjaga hubungan emosional dan komunikasi antara anggota

⁶ “Al-Qur’an Digital,” Kementerian Agama Republik Indonesia, 2025, <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/2?from=153&to=286>.

⁷ “Tadabbur Al-Qur’an: Makna Kesabaran dalam QS. Al-Baqarah: 153,” Hayat School, 2025, <https://hayat.sch.id/tadabur-al-quran-makna-kesabaran-dalam-qs-al-baqarah-153/>.

⁸ Froma Walsh, *Strengthening Family Resilience*, Third Edit (New York: The Guilford Press, 2016). Hal 14

keluarga. Dalam konteks ini, ketahanan keluarga sangat ditentukan oleh bagaimana ibu mengelola emosinya, menjalankan fungsi pengasuhan, serta membangun interaksi positif dengan lingkungan sekitar meskipun banyak keterbatasan yang dialaminya.

Salah satu kasus yang menjadi subjek penelitian ini adalah satu ibu tunggal dengan usia 51 tahun yang merawat anak laki-laknya yang berusia 25 tahun dengan disabilitas intelektual (tunagrahita) dengan latar belakang anak yang tidak pernah menempuh pendidikan. Anak tersebut belum sepenuhnya mandiri dalam hal kebutuhan dasar seperti makan, berpakaian, dan rutinitas harian. Dengan keterbatasan ekonomi dan sosial, ibu ini tetap menunjukkan usaha gigih dalam membimbing anaknya menuju kehidupan yang layak. Minimnya keterlibatan lingkungan sekitar dan terbatasnya fasilitas layanan khusus, memperkuat posisi ibu sebagai pihak yang menanggung beban pengasuhan secara penuh.

Berdasarkan wawancara awal dengan narasumber, yaitu seorang ibu tunggal yang mendampingi anak laki-laknya penyandang tunagrahita berusia 25 tahun, diperoleh gambaran bahwa lingkungan sosial di sekitarnya kurang memberikan dukungan yang signifikan terhadap perkembangan anak, terutama dalam hal interaksi sosial. Hal tersebut juga dipengaruhi oleh keterbatasan kemampuan komunikasi anak serta ketidakstabilan emosinya. Dari sisi pemerintah, ibu tersebut juga belum mendapatkan bentuk bantuan konkret, baik berupa bantuan sembako, pendampingan sosial, maupun pelatihan kemandirian bagi anak. Meskipun ketua rt setempat telah mengupayakan pengajuan bantuan sosial, hingga saat ini belum ada hasil yang jelas.

Selain itu, ibu tersebut mengungkapkan kelelahan yang mendalam akibat harus menanggung seluruh beban pengasuhan secara mandiri. Ketidakmampuan anak dalam melakukan aktivitas perawatan diri secara mandiri menjadi bagian dari dinamika pengasuhan yang dihadapi ibu dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini memperlihatkan bahwa peran ibu tunggal dalam membimbing anak tunagrahita tidak hanya berkaitan dengan upaya pengasuhan, tetapi juga menjadi faktor penting dalam menjaga ketahanan keluarga, yaitu kemampuan keluarga mempertahankan fungsi dan stabilitas dalam situasi penuh tantangan. Minimnya dukungan eksternal membuat proses pembimbingan dan pengasuhan menjadi semakin kompleks, sehingga resiliensi ibu menjadi fondasi utama bagi keberlangsungan fungsi keluarga dan perkembangan anak.

Meskipun penelitian sebelumnya banyak menunjukkan bahwa resiliensi orang tua dengan anak berkebutuhan khusus dipengaruhi oleh faktor seperti efikasi diri, optimisme, religiusitas, dan dukungan sosial, yang berarti semakin kuat faktor-faktor tersebut, maka semakin tinggi kemampuan individu dalam menghadapi tekanan pengasuhan. Namun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada anak usia sekolah dan lebih menekankan pada aspek individual atau kelompok(keluarga), sehingga belum banyak mengkaji resiliensi dalam konteks ibu tunggal dengan anak tunagrahita usia dewasa serta strategi dalam menjaga ketahanan keluarga.

Berdasarkan celah penelitian tersebut, penelitian ini dalam konteks ketahanan keluarga, fenomena pengasuhan oleh ibu tunggal dengan keterbatasan dukungan sosial menjadi perhatian penting karena dampaknya tidak hanya bersifat individual, tetapi juga berimplikasi pada keberlangsungan fungsi keluarga secara keseluruhan. Resiliensi dan ketahanan keluarga menjadi faktor protektif yang penting, sementara kemampuan ibu dalam mengelola emosi, membangun komunikasi, dan mempertahankan sistem keluarga memiliki peran sentral dalam menghadapi tekanan pengasuhan secara adaptif. Oleh karena itu, kajian mengenai faktor pembentuk resiliensi ibu tunggal dalam membimbing kemandirian anak tunagrahita usia dewasa sekaligus strategi menjaga ketahanan keluarga menjadi relevan untuk dikembangkan guna memberikan pemahaman yang diperlukan keluarga, masyarakat, dan lembaga pemerintahan untuk lebih memberdayakan perempuan terutama ibu tunggal di tengah kompleksitas yang dialaminya.

B. Konseptual / Teori

1. Resiliensi

Secara etimologis resiliensi diadaptasi dari kata *resilience* yang memiliki arti daya lenting atau kemampuan untuk kembali dalam bentuk semula. Menurut *American Psychological Association* (APA), resiliensi merupakan suatu proses adaptasi individu dalam menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman, yang dapat menyebabkan individu mengalami stres.⁹ Hal senada juga disampaikan oleh Grotberg bahwa resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan diperkuat oleh pengalaman-pengalaman kesulitan.¹⁰ Grotberg, menyatakan bahwa resiliensi terbentuk melalui tiga sumber utama, yaitu *I Have* (*External*

⁹ Fuad Nashori dan Iswan Saputro, *Psikologi Resiliensi*, Cetakan 1 (Yogyakarta: Kampus Terpadu UIN, 2021). Hal 11

¹⁰ Edith Henderson Grotberg, *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity* (*Contemporary Psychology* (Praeger)) (Westport, CT: Praeger Publishers, 2003). Hal 128

Supports), *I Am (Inner Strengths)*, dan *I Can (Interpersonal and Problem-Solving Skills)*.¹¹ Berikut penjelasannya, antara lain:¹²

- a. *eksternal support* merupakan faktor diluar individu yang dapat meningkatkan kemampuan resiliensi. Grotberg menjelaskan bahwa salah satu faktor penting dalam pembentukan resiliensi adalah dukungan eksternal atau *I Have*. Individu yang resilien memiliki orang-orang disekitarnya yang dapat dipercaya dan mampu memberikan dukungan emosional. Sumber dukungan ini tidak sekedar dalam lingkup keluarga namun juga mencakup relasi sosial yang luas.
- b. faktor *inner strength (I am)*, merujuk pada kualitas internal yang melekat pada diri individu dan berpotensi berkembang seiring proses kehidupan. Grotberg menjelaskan bahwa dimensi *I Am* mencerminkan karakteristik personal yang dimiliki individu, antara lain keyakinan terhadap kemampuan diri, sikap optimis, penerimaan sosial yang baik, orientasi terhadap pencapaian di masa depan, kemampuan berempati, serta berbagai kualitas positif lainnya yang mendukung penguatan resiliensi.
- c. *problem solving (I can)*, mencakup kemampuan individu dalam mengelola dan menyelesaikan permasalahan, yang meliputi kapasitas untuk menghasilkan gagasan-gagasan baru, menuntaskan tugas secara efektif. Selain itu, aspek ini juga ditandai oleh kemampuan individu dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan secara asertif dalam interaksi sosial, menyelesaikan permasalahan pada berbagai ranah kehidupan, baik akademik, pekerjaan, personal, maupun sosial, mengendalikan perilaku, serta mencari dan menerima bantuan ketika diperlukan.

Oleh karena itu, resiliensi secara utuh menuntut keberadaan ketiga faktor utama tersebut, individu yang hanya memiliki salah satu diantaranya belum bisa dikatakan sebagai individu yang beresiliensi.¹³ Resiliensi dipahami sebagai kapasitas individu dalam menghadapi dan mengelola situasi kehidupan yang penuh tekanan, yang tidak hanya memungkinkan individu untuk bertahan, tetapi juga memperkuat serta mentransformasikan diri melalui pengalaman hidup yang

¹¹ Grotberg. Hal 3

¹² Grotberg. Hal 14-19

¹³ Evita Yuliatul Wahidah, "Resiliensi Perspektif Al Quran," *Jurnal Islam Nusantara* 2, no. 1 (2018): 105, Hal 109 <https://doi.org/10.33852/jurnal.in.v2i1.73>.

menantang.¹⁴

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa resiliensi individu terbentuk melalui interaksi antar dukungan lingkungan, kekuatan internal individu, dan kemampuan pemecahan masalah. Ketiga faktor ini saling berkaitan dan saling melengkapi dalam membantu individu menghadapi dan beradaptasi dengan situasi sulit. Oleh karena itu, resiliensi individu dipandang sebagai kapasitas dinamis yang berkembang seiring pengalaman hidup dan interaksi individu dengan lingkungan.

2. *Ketahanan Keluarga*

Ketahanan keluarga dapat dimaknai dengan kemampuan dari sebuah keluarga dalam menghadapi berbagai tekanan atau masalah hidup, kemudian tetap bangkit dan bertahan serta beradaptasi dengan menyesuaikan diri. Ketahanan dilihat dari bagaimana keluarga tetap menjalankan fungsi-fungsi penting berupa memberikan kasih sayang, perlindungan, dan dukungan antar anggota keluarga. Bukan sekedar menyangkut kebutuhan fisik atau ekonomi, namun melibatkan aspek psikologis, sosial, dan spiritual agar menjadi pondasi dalam menjaga ketahanan keluarga.

Dalam jurnal Lalu Saefullah, S.R Giyarsih, Diana Setiyawati, menegaskan ketahanan keluarga atau resiliensi keluarga merupakan kemampuan setiap keluarga dalam bertahan menghadapi kesulitan kemudian beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi dan mampu bangkit kembali, bahkan menjadi lebih kuat setelah mengalami krisis.¹⁵ Walsh mendefinisikan ketahanan keluarga sebagai kemampuan keluarga, sebagai sistem fungsional, untuk bertahan dan pulih dari kesulitan.¹⁶

Walsh juga menjelaskan bahwa ketahanan keluarga terbentuk melalui tiga domain utama: sistem keyakinan, proses organisasi, dan pola komunikasi. Ketiga aspek ini bekerja membangun

¹⁴ Syafira Rizka Ulya, "Membumikan Slogan Grotberg untuk Memperkuat Ketahanan Anak Pasca Kehilangan Ibu dalam Kecelakaan," *Buletin Konsorsium Psikologi Islam Nusantara*, 2024, <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/1490-membumikan-slogan-grotberg-untuk-menguatkan-ketahanan-anak-pasca-kehilangan-ibu-dalam-kecelakaan>.

¹⁵ Lalu Saefullah, Sri Rum Giyarsih, dan Diana Setiyawati, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Ketahanan Keluarga Tenaga Kerja Indonesia," *Jurnal Sosiologi Pendidikan Humanis* 2, no. 2 (2018): 119–32, Hal 120 <https://doi.org/10.17977/um021v3i2p119-132>.

¹⁶ Walsh, *Strengthening Family Resilience*. Hal 14

daya lenting (*bounce back*) keluarga dalam menghadapi krisis.¹⁷:

- a. Sistem keyakinan keluarga (*family belief systems*) yaitu kemampuan keluarga memaknai suatu kesulitan, dan memandang positif kesulitan tersebut sebagai suatu peluang, serta optimis terhadap masa depan dengan bersandar terhadap keyakinan kepada Tuhan (transenden dan spiritualitas).
- b. Pola organisasi (*organization patterns*), yaitu kemampuan keluarga dalam beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi dalam keluarganya (*fleksibel*) dan adanya keterhubungan yang baik dalam keluarga, serta mampu mengolah sumberdaya sosial ekonomi yang dimiliki keluarga untuk menjadi lebih resilien.
- c. Proses komunikasi (*communication processes*) yaitu adanya kemampuan keluarga memberikan kejelasan terhadap permasalahan yang dihadapi dan keluarga mampu berbagi perasaan, emosi yang positif dan berempati terhadap satu sama lain, serta mampu memecahkan masalah tersebut secara kolaboratif.¹⁸

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus intrinsik. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memahami secara mendalam makna, pengalaman, dan dinamika resiliensi ibu tunggal dalam konteks kehidupan nyata.¹⁹ Studi kasus intrinsik digunakan karena kasus yang diteliti memiliki karakteristik unik (*unique case*), yaitu ibu tunggal yang merawat anak tunagrahita usia dewasa tanpa dukungan sosial dan layanan formal yang memadai, sehingga penting dikaji secara mendalam untuk memperoleh pemahaman kontekstual.

Subjek penelitian terdiri dari satu ibu tunggal sebagai informan utama, dengan informan pendukung berupa kerabat dekat, tetangga, dan ketua RT setempat. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive berdasarkan kriteria: ibu tunggal, memiliki anak tunagrahita usia dewasa, serta menjalani pengasuhan secara mandiri. Pengumpulan data dilakukan selama periode Juli hingga Desember 2025 melalui observasi partisipatif yang dilakukan secara konsisten setiap minggu, serta

¹⁷ Walsh. Hal 58

¹⁸ Saefullah, Giyarsih, dan Setiyawati, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Ketahanan Keluarga Tenaga Kerja Indonesia." Hal 120

¹⁹ Fery Agusman Motuho Mendrofa dan Kristiana Susilowati, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (PT Penerbit Penamuda Media, 2024). Hal 2

wawancara mendalam dengan durasi rata-rata 60–90 menit per sesi dalam beberapa pertemuan. Wawancara dilakukan secara semi terstruktur untuk memungkinkan eksplorasi pengalaman secara fleksibel dan mendalam.

Proses analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.²⁰ Secara operasional, analisis dilakukan melalui proses coding terbuka untuk mengidentifikasi tema awal, dilanjutkan dengan kategorisasi berdasarkan kerangka resiliensi Grotberg (I Have, I Am, I Can) dan ketahanan keluarga Walsh (sistem keyakinan, pola organisasi, komunikasi), serta interpretasi hubungan antar kategori.

Untuk menjaga kredibilitas data, penelitian ini menerapkan triangulasi sumber dan teknik secara operasional, yaitu membandingkan hasil wawancara dengan observasi dan dokumentasi, serta memverifikasi informasi antar informan. Selain itu, dilakukan member checking dengan mengonfirmasi kembali hasil wawancara kepada subjek, serta pencatatan audit trail berupa catatan lapangan dan dokumentasi proses penelitian. Melalui prosedur tersebut, diharapkan data yang dihasilkan memiliki tingkat keabsahan, konsistensi, dan kedalaman yang memadai dalam menjelaskan fenomena yang diteliti.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Resiliensi ibu dalam membimbing kemandirian anak tidak selalu ditunjukkan melalui pencapaian kemandirian anak secara optimal, tetapi lebih pada keteguhan ibu dalam mendampingi proses tersebut. Ibu tetap menunjukkan sikap sabar, penerimaan terhadap hidup, serta religiusitas yang kuat. Adapun pemaparannya yakni sebagai berikut:

Resiliensi ibu SNH pada aspek *I Am* tampak kuat dipengaruhi oleh keyakinan spiritual dan sikap batin ibu dalam memaknai kehidupannya. Ibu SNH memandang kondisi yang dialaminya sebagai bagian dari ketentuan Tuhan yang harus dijalani dengan kesabaran dan keikhlasan. Keyakinan tersebut menjadi sumber kekuatan internal yang membantu ibu tetap bertahan dan menjalankan perannya, meskipun berada dalam kondisi keterbatasan dan

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, ed. oleh Sutopo, Edisi Kedu (Yogyakarta: Penerbit Alfabeta, 2023). 325

tekanan emosional. Peneliti menanyakan terkait bagaimana respon pertama ketika mengetahui kondisi anak.

“Awalnya kaget, ya soalnya lahirnya saja normal dak sakit dak apa. Mungkin mulai yang pertama kali step itu. Sekitar usia 6 bulan anaknya mulai step. Panas tinggi, terus saya bawa ke puskesmas buat periksakan, setelah itu ya mulai konsumsi obat sejak usia 6 bulan itu. Kemudian setelah usia satu tahun step lagi, setelah step kedua kalinya, step lagi selama 3 bulan sekali. Nah sembuhnya itu setelah usianya sekitar 5 tahun. Dan selama itu juga anaknya ngonsumsi obat terus-terusan. Mungkin dampak dari itu semua anaknya beda dengan yang lain. karena setelah itu, rz itu banyak terlambatnya, seperti jalannya itu terlambat, bicaranya pun sampek sekarang belum jelas. ya gimana lagi ya nak, wong RZ itu anak saya sendiri, titipan dari Allah. Masak iya saya tidak merawatnya. Karena saya sadar ini sudah menjadi kehendak Allah. Dan RZ tetap anak saya, dalam kondisi apapun. Walaupun capek dan berat, tetap saya jalani.”²¹

Bentuk dukungan yang muncul umumnya terbatas pada penguatan emosional secara verbal, seperti ungkapan dan nasihat kesabaran, tanpa disertai bantuan nyata yang bersifat instrumental. Didukung oleh pernyataan salah satu warga bahwa “Biasanya ya sekedar hanya ngasih semangat dan cuma bisa bilang sabar. Soalnya kondisi yang dihadapi ibu SNH yang mengasuh anak berkebutuhan khusus seperti RZ dan juga cari nafkah beliau pasti memikul beban yang berat.”²²

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa masyarakat memahami kompleksitas permasalahan yang dialami ibu, namun keterlibatan sosial yang diberikan masih sangat terbatas. Dukungan yang muncul tidak melampaui penguatan emosional verbal dan tidak disertai dengan bantuan konkret yang dapat meringankan beban pengasuhan maupun ekonomi ibu.

Hasil pengamatan yang dilakukan peneliti pada hari jum'at dilaksanakan kegiatan rutin yaitu jum'at berkah. Terlihat hubungan interaksi antara masyarakat sekitar dengan ibu SNH. Ibu SNH berperan aktif dalam kegiatan tersebut dengan terlibat langsung dalam proses memasak bersama warga yang dilakukan didekat rumah ibu SNH. Selama kegiatan berlangsung, ibu tampak melakukan komunikasi, saling berbagi tugas, serta menunjukkan sikap ramah, begitupun sebaliknya.

Namun disaat yang bersamaan ibu SNH juga menunjukkan tanda-tanda ketidaknyamanannya, tampak beberapa kali menarik diri dari interaksi sosial, dan hanya

²¹ Ibu SNH, diwawancarai oleh peneliti, 20 September 2025.

²² Warga, diwawancarai oleh peneliti, 5 Desember 2025

berkomunikasi seperlunya, serta respon yang diberikan masyarakat yang diberikan cenderung singkat dan datar. Dalam situasi tersebut, dukungan sosial dari lingkungan sekitar terhadap ibu SNH tergolong kurang. Ibu SNH jarang mendapatkan ajakan untuk berkomunikasi dari orang-orang di sekitarnya. Bahkan ketika ibu SNH berinisiatif untuk memulai percakapan, respon yang diterima cenderung minim dan kurang positif. Pada saat itu, ibu yang diajak bicara oleh ibu SNH menunjukkan ekspresi yang tidak menyenangkan, seperti cuek, bepaling, dan menjawab dengan nada yang kurang nyaman untuk didengar.

Selain itu, dukungan sosial dari pemerintah setempat juga tergolong minim dan tidak berkelanjutan. Berdasarkan keterangan ibu dan ketua RT sejak dulu hingga saat ini, ibu SNH tidak memperoleh pendampingan atau bantuan khusus yang berorientasi pada pemenuhan jangka panjang anaknya RZ yang memiliki kebutuhan khusus, baik dalam aspek pendidikan terapi maupun penguatan ekonomi keluarga berupa bantuan sosial berbentuk sembako, dan lain sebagainya.

Ketika RZ mengalami kecelakaan, ibu SNH menceritakan bahwa dirinya libur kerja selama satu minggu lebih. "...waktu rz kecelakann, saya ngopeni anaknya, dari mulai ngasih obat dan lain sebagainya. Seperti mengobati lukanya, ya saya lakukan dimalam hari ketika tidur. Karena jika dilakukan ketika sadar, anaknya marah-marah, emosi. Kalau anaknya sakit, saya lebih capek, ya karena kurang istirahatnya itu."

Hasil pengamatan peneliti, juga menunjukkan bahwa ibu mendampingi anak dengan sabar. Pada malam hari ketika peneliti berkunjung kerumah ibu SNH ternyata anaknya RZ sedang bersepeda. Kemudian beberapa waktu kemudian anaknya RZ datang. Luka dikakinya yang masih belum sembuh total, dan lukanya kembali basah lagi dikarenakan karena hujan. Ibu SNH berusaha untuk langsung memberikan salep luka. Namun, ketika ibu SNH mengobati luka anaknya, RZ merasa kesakitan, sambil teriak. Sehingga pada saat itu ibu SNH menghentikannya. Dan ibu SNH mengatakan kepada peneliti bahwa hal tersebut sering terjadi ketika lukanya akan diobati dengan salep dan akan diobati kembali ketika kondisi RZ dalam keadaan tidur seperti sebelumnya. Dan untuk pemberian obat minumannya, RZ tidak menunjukkan penolakannya sama sekali.

Ketika RZ mengalami kecelakaan, ibu SNH menceritakan bahwa dirinya libur kerja selama satu minggu lebih. "...waktu rz kecelakann, saya ngopeni anaknya, dari mulai

ngasih obat dan lain sebagainya. Seperti mengobati lukanya, ya saya lakukan dimalam hari ketika tidur. Karena jika dilakukan ketika sadar, anaknya marah-marah, emosi. Kalau anaknya sakit, saya lebih capek, ya karena kurang istirahatnya itu.”

Hasil pengamatan peneliti, juga menunjukkan bahwa ibu mendampingi anak dengan sabar. Pada malam hari ketika peneliti berkunjung kerumah ibu SNH ternyata anaknya RZ sedang bersepeda. Kemudian beberapa waktu kemudian anaknya RZ datang. Luka dikakinya yang masih belum sembuh total, dan lukanya kembali basah lagi dikarenakan karena hujan. Ibu SNH berusaha untuk langsung memberikan salep luka. Namun, ketika ibu SNH mengobati luka anaknya, RZ merasa kesakitan, sambil teriak. Sehingga pada saat itu ibu SNH menghentikannya. Dan ibu SNH mengatakan kepada peneliti bahwa hal tersebut sering terjadi ketika lukanya akan diobati dengan salep dan akan diobati kembali ketika kondisi RZ dalam keadaan tidur seperti sebelumnya. Dan untuk pemberian obat minumannya, RZ tidak menunjukkan penolakannya sama sekali.

Hasil penelitian menunjukkan adanya dinamika emosional pada RZ, terutama terkait kehadiran kakaknya di rumah. Sebagaimana hasil wawancara sebagai berikut,

“Kalau masnya pulang, RZ kadang dak seneng. Tapi kalau masnya lama dak mampir kerumah, nyariin terus RZ. Sudah dari kecil sering tukaran seperti rebuatan nonton tv atau kadang RZ sering ganggu masnya, seperti mukul. Awal-awal masnya diem, lama-lama dibales juga. Jadi dulu kalau saling bales-balesan mukul, kalau gitu saya dah yang nengahi di tengah-tengah mereka. Setelah itu dajak bicara pelan-pelan biar saling ngerti, kalau yang dilakukan itu saling menyakiti satu sama lain.”²³

Dan hasil observasi di lapangan, menunjukkan bahwa RZ kurang menyukai kehadiran orang lain dirumahnya dan mengusirnya, yang menurut dirinya memberikan ancaman, baik orang itu adalah kakaknya, anggota keluarga lainnya, maupun orang lain. Kejadian tersebut terjadi ketika peneliti baru sampai dirumah ibu SNH, disana ada kakaknya yang baru saja mampir. Namun RZ tidak menyukai kehadirannya, disuruh pulang dengan bahasa yang kurang jelas dan gerakan tangan. Namun mencari keberadaan kakaknya kepada ibu SNH ketika kakak sudah tidak ada dirumah.

Hal ini diperkuat oleh ibu umi, yang menjelaskan bahwa perilaku tersebut merupakan bentuk perlindungan emosional anak berkebutuhan khusus. “Itu bentuk proteksi. Anak ABK

²³ Ibu SNH, diwawancarai oleh peneliti, 18 Oktober 2025

sering merasa terancam kehilangan figur utama, meskipun yang datang adalah saudara kandungnya sendiri.”²⁴

2. Pembahasan

Berdasarkan temuan yang diperoleh peneliti terkait dengan ibu tunggal di lingkungan Karangmluwo, Kelurahan Mangli, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember, data yang diperoleh melalui wawancara, dan observasi bersama ibu tunggal, keluarga dari ibu tunggal, ketua rt setempat dan beberapa warga sekitar, bentuk dari resiliensi ibu tunggal dalam membimbing kemandirian anak tunagrahita untuk menjaga ketahanan keluarga dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek internal maupun eksternal.

Grotberg, menyatakan bahwa resiliensi terbentuk melalui tiga sumber utama, yaitu *I Have (External Supports)*, *I Am (Inner Strengths)*, dan *I Can (Interpersonal and Problem-Solving Skills)*.²⁵ Bentuk resiliensi ibu tunggal dalam penelitian ini tercermin dari kemampuannya untuk tetap menjalankan peran pengasuhan secara konsisten meskipun berada dalam kondisi penuh keterbatasan. Ibu menghadapi beban ganda sebagai pencari nafkah sekaligus pengasuh utama anak tunagrahita, namun tetap berupaya membimbing anak menuju kemandirian fungsional. Kondisi ini sejalan dengan pernyataan Groberg bahwa resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan diperkuat oleh pengalaman-pengalaman kesulitan.²⁶ Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kesulitan bukan hanya menjadi hambatan, tetapi juga dapat menjadi sumber kekuatan bagi individu yang mampu beradaptasi secara positif.

Dari sisi eksternal, temuan penelitian menunjukkan bahwa ibu tunggal tidak memperoleh dukungan yang optimal dari lembaga sosial maupun pemerintah. Dukungan yang tersedia lebih banyak berasal dari lingkungan terdekat, seperti keluarga dan warga sekitar, meskipun bersifat terbatas. Namun, adanya orang-orang yang menerima kondisi ibu dan anak tanpa memberi stigma membuat ibu merasa lebih aman secara psikologis. Sejalan dari penelitian sebelumnya, bahwa dukungan dan penerimaan sosial mampu menekan tingkat stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus,

²⁴ Ibu umi salamah, diwawancarai oleh peneliti, 9 Desember 2025

²⁵ Grotberg, *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity (Contemporary Psychology (Praeger))*.

²⁶ Grotberg. Hal 128

serta berperan dalam memperkuat ketahanan psikologis ibu.²⁷ Selain itu, meskipun dukungan tersebut tidak selalu berbentuk bantuan material, keberadaan lingkungan yang memberikan empati, penerimaan, dan rasa aman mampu memperkuat resiliensi orang tua tunggal dalam membimbing kemandirian anak.²⁸

Penelitian ini menemukan bahwa sumber resiliensi "I Am" (Kekuatan Internal) dan "I Can" (Keterampilan Interpersonal) menjadi pilar utama yang jauh lebih dominan dibandingkan "I Have" (Dukungan Eksternal).

Mengapa I Am Dominan? Dominasi I Am yang tercermin dalam sikap sabar, tanggung jawab, dan spiritualitas merupakan bentuk adaptasi psikologis atas minimnya dukungan sistemik dari pemerintah atau lembaga sosial. Ibu dalam penelitian ini melakukan internalisasi nilai bahwa kesulitan bukanlah hambatan, melainkan tanggung jawab eksistensial. Hal ini memperkuat teori Grotberg mengenai rasa layak dicintai dan harapan sebagai motor penggerak individu untuk tetap berfungsi di tengah tekanan.

Integrasi I Can: Kemampuan ibu dalam melakukan komunikasi sederhana yang berulang serta penyesuaian pola asuh menunjukkan keterampilan problem-solving yang adaptif. Ibu tidak hanya bertahan secara emosional, tetapi juga bertindak secara taktis (fungsional) untuk melatih kemandirian anak. Temuan ini menunjukkan bahwa ibu memiliki penerimaan yang baik terhadap kondisi anak tunagrahita serta menunjukkan sikap sabar, tanggung jawab, dan keikhlasan dalam mendampingi anak. Grotberg menyatakan bahwa individu yang resilien memiliki keyakinan bahwa dirinya layak untuk dicintai dan dihargai, serta memiliki harapan dan rasa percaya terhadap diri sendiri.²⁹ Selain itu, keyakinan spiritual yang dimiliki ibu menjadi bagian penting dalam memperkuat ketahanan psikologisnya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Krishervina, dkk yang menyatakan bahwa *self-acceptance*, regulasi emosi, dan rasa syukur merupakan komponen penting

²⁷ Aprilia Ayu Sherliyta, Meiyuntariningsih Tatik, dan Ramadhani Sari Hetti, "Resiliensi dan Dukungan Sosial: Strategi Mengurangi Parenting Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus" 3, no. 01 (2025): 157–65, <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/jiwa.v3i01.12704>.

²⁸ Nur'ainy et al., "Resilience in Parenting : Peran Orang tua Single Parent dalam Membentuk Kemandirian Anak Usia 4 – 5 Tahun di Tengah Keterbatasan Ekonomi," *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 9, no. 6 (2025): 2641–48, <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i6.7543>.

²⁹ Grotberg, *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity (Contemporary Psychology (Praeger))*. Hal 108

dalam membangun resiliensi ibu tunggal, khususnya dalam menghadapi tekanan psikososial yang berkepanjangan.³⁰

Fondasi penting dalam membangun kekuatan internal adalah keyakinan bahwa diri merupakan pribadi yang dapat disukai dan dicintai. Individu yang memiliki pandangan positif terhadap dirinya cenderung lebih mampu menghadapi tekanan, mengelola emosi, serta mempertahankan harapan ketika berada dalam situasi sulit. Hal ini menunjukkan bahwa rasa layak dicintai dan dihargai tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga berfungsi sebagai sumber daya psikologis individu.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi ibu tunggal dalam kemandirian anak tunagrahita, dipengaruhi oleh kekuatan internal dan eksternal ibu serta kemampuan adaptif dalam pengasuhan. Sejalan dengan pandangan Grotberg, resiliensi merupakan proses yang bersifat dinamis dan berkembang seiring pengalaman hidup.³¹ Maka dapat disimpulkan bahwa dominasi dimensi *I Am* dalam penelitian ini tidak hanya mencerminkan kekuatan psikologis, tetapi menunjukkan proses *meaning-making* atau pemaknaan ulang terhadap kesulitan. Kesabaran, keikhlasan, dan penerimaan yang ditampilkan oleh ibu tidak dapat dipahami sebagai respons pasif, melainkan sebagai strategi kognitif-emosional yang memungkinkan individu merekonstruksi tekanan menjadi bagian dari tanggung jawab eksistensial. Pada titik ini, resiliensi bergerak dari sekadar kemampuan bertahan menuju proses transformasi makna. Sementara itu, dimensi *I Can* memperlihatkan bahwa resiliensi juga beroperasi pada level praksis, yakni melalui strategi pengasuhan yang adaptif, seperti komunikasi berulang, penyesuaian metode pembelajaran, dan penguatan kemandirian fungsional anak. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi bukan hanya kondisi psikologis, tetapi juga kapasitas operasional yang terwujud dalam tindakan konkret sehari-hari.

Temuan ini mengindikasikan bahwa resiliensi dalam konteks ibu tunggal tidak bersifat statis maupun individualistik, melainkan kontekstual dan relasional. Ketiadaan

³⁰ Krishervina Rani Lidiawati et al., "Resiliensi Ibu Tunggal: Peran Kebersyukuran Dan Regulasi Emosi," *Journal of Family & Consumer Sciences / Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen* 17, no. 3 (2024): 263–75, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24156/jikk.2024.17.3.263>.

³¹ Grotberg, *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity (Contemporary Psychology (Praeger))*. Hal 233

dukungan sosial formal tidak secara otomatis melemahkan resiliensi, tetapi justru memicu terbentuknya strategi adaptasi alternatif yang berbasis pada sumber daya internal. Dengan demikian, penelitian ini memperluas konsep resiliensi Grotberg dengan menunjukkan bahwa dalam kondisi deprivasi struktural, resiliensi cenderung berkembang dalam bentuk yang tidak seimbang, namun tetap fungsional.

Berasarkan hasil penelitian, ketahanan keluarga pada ibu tunggal yang membimbing anak tunagrahita tampak sebagai proses bertahan, menyesuaikan diri, dan bangkit dari tekanan yang berlangsung dalam jangka panjang. Kondisi ibu sebagai orang tua tunggal yang harus menjalankan peran ganda, disertai keterbatasan perkembangan anak, menempatkan keluarga pada situasi penuh tekanan baik secara emosional, sosial, maupun ekonomi. Walsh mendefinisikan ketahanan keluarga sebagai kemampuan keluarga, sebagai sistem fungsional, untuk bertahan dan pulih dari kesulitan.³² Pernyataan tersebut menegaskan bahwa ketahanan keluarga tidak hanya merujuk pada kemampuan individu, tetapi pada keluarga sebagai satu sistem yang berfungsi. Dalam penelitian ini, ibu tunggal berperan sebagai sosok utama dalam sistem keluarga agar tetap berjalan, meskipun berada dalam kondisi yang tidak ideal. Walsh juga menekankan bahwa ketahanan keluarga melibatkan proses dinamis yang mendorong adaptasi positif, bukan sifat bawaan.³³

Temuan penelitian menunjukkan bahwa ibu tunggal memaknai kondisi anak tunagrahita sebagai bagian dari kehidupan yang harus diterima dan dijalani. Ibu tidak menepatkan kondisi anak sebagai beban, tetapi sebagai tanggung jawab yang menuntut kesabaran dan ketekunan. Walsh menyatakan bahwa sistem keyakinan menjadi bagian inti atau kekuatan dalam ketahanan keluarga.³⁴ Dalam penelitian ini, pemaknaan positif ibu terhadap kondisi anak dan takdir yang sedang dihadapi membantu mengurangi tekanan emosional dan mendorong ibu untuk lebih adaptif agar mampu untuk tetap menjalankan fungsi keluarga. Sehingga pemikiran baru muncul bahwa sistem keyakinan tidak hanya berfungsi sebagai sumber makna, tetapi juga sebagai mekanisme regulasi psikologis yang memungkinkan individu mempertahankan stabilitas emosional di tengah keterbatasan sumber daya. Spiritualitas, dalam hal ini, tidak sekadar menjadi nilai normatif, tetapi berfungsi sebagai

³² Walsh, *Strengthening Family Resilience*. Hal 14

³³ Walsh. Hal 4

³⁴ Walsh. Hal 39

interpretive system yang memberikan legitimasi makna terhadap penderitaan, sehingga individu tetap memiliki sense of control secara psikologis.

Pemaknaan positif terhadap kondisi anak sebagai bagian dari kehidupan juga diperkuat oleh temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penerimaan orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus berperan penting dalam menurunkan stress pengasuhan dan meningkatkan ketahanan psikologis. Penelitian Krishervina, dkk menemukan bahwa ibu yang mampu menerima kondisi anak dengan sikap ikhlas dan penuh makna cenderung memiliki tingkat resiliensi yang baik, karena penerimaan tersebut berfungsi sebagai mekanisme koping internal dalam menghadapi tekanan berkepanjangan.³⁵ Sikap ini memungkinkan ibu tunggal untuk tidak terjebak pada perasaan menyalahkan diri atau situasi, melainkan fokus pada upaya pengasuhan yang konstruktif dan berorientasi pada kebutuhan anak.

Selain sikap penerimaan, ibu tunggal dalam penelitian ini menunjukkan sikap optimis terhadap kemampuan anak, meskipun dengan keterbatasan yang dimiliki anaknya. Sikap optimis yang dimiliki ibu tidak diwujudkan dalam bentuk harapan keberhasilan anak sebagaimana anak pada umumnya, melainkan pada keyakinan dan upayanya membimbing kemandirian anak sesuai dengan kapasitas yang dimiliki. Aspek spiritualitas yang dimiliki ibu juga tampak dominan dalam temuan penelitian. Ibu mengaitkan kondisi anak dan takdir hidup yang dijalannya merupakan kehendak Tuhan dan meyakini bahwa setiap kesulitan memiliki makna. Walsh menjelaskan bahwa keyakinan dan praktik spiritual berperan sebagai dukungan, dan kenyamanan dalam menghadapi kesulitan, terutama pada tantangan hidup yang diluar kendali.³⁶ Dengan demikian, spiritualitas berfungsi sebagai sumber ketenangan batin bagi dan psikologis bagi ibu tunggal dalam menjalani perannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu tunggal melakukan penyesuaian peran dan struktur keluarga secara fleksibel, dimana ibu tidak hanya menjalankan fungsi pengasuhan, pengambilan keputusan, tetapi juga pencari nafkah, tanpa dukungan pasangan. Sejalan dengan penelitian Fadhia dkk, juga menunjukkan bahwa ibu tunggal yang mampu menyesuaikan peran dan tanggung jawab keluarga secara adaptif cenderung memiliki tingkat resiliensi yang

³⁵ Lidiawati et al., "Resiliensi Ibu Tunggal: Peran Kebersyukuran Dan Regulasi Emosi." Hal 269

³⁶ Walsh, *Strengthening Family Resilience*. Hal 59

lebih baik dalam menjalankan peran ganda, terutama ketika dukungan pasangan tidak ada.³⁷ Hasil temuan juga menampakkan kemampuan ibu dalam menyesuaikan pola pengasuhan dan tuntutan kehidupan sehari-hari dengan kondisi anak tunagrahita. Ibu menunjukkan kesadaran terhadap keterbatasan anak dan berupaya menyesuaikan agar sesuai dengan kemampuan anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Krishervina, dkk bahwa ibu tunggal dan anak berkebutuhan khusus cenderung mengembangkan strategi pengasuhan yang lebih adaptif sebagai bentuk upaya mempertahankan fungsi keluarga dan ketahanan psikologis.³⁸

Selain itu keterikatan emosional antara ibu dan anak menjadi bagian temuan penting. Dimana ibu menunjukkan kedekatan, perhatian, yang kuat terhadap anak. Sejalan dengan pendapat Walsh, bahwa hubungan emosional yang hangat menjadi sumber kekuatan internal keluarga, terutama ketika dukungan sosial dari lingkungan sekitar relatif terbatas.³⁹ Sehingga dalam penelitian ini, fleksibilitas atau penyesuaian peran dalam struktur keluarga membuat fungsi keluarga tetap berjalan meskipun berada dalam keterbatasan sosial dan ekonomi. Konsep pola organisasi keluarga dalam kasus ini menunjukkan bentuk adaptasi struktural yang tidak ideal namun tetap fungsional. Ketiadaan pasangan tidak hanya menghasilkan beban ganda, tetapi juga memaksa terjadinya restrukturisasi peran secara unilateral. Kondisi ini mengindikasikan bahwa ketahanan keluarga tidak selalu ditentukan oleh kelengkapan struktur, melainkan oleh kemampuan mengelola ketidakseimbangan secara adaptif. Dengan demikian, fleksibilitas organisasi keluarga dalam penelitian ini bukan sekadar bentuk penyesuaian, tetapi merupakan strategi bertahan yang bersifat struktural. Selain itu, keterikatan emosional yang kuat antara ibu dan anak berperan sebagai sumber kekuatan internal keluarga yang mendukung keberlangsungan pengasuhan dan ketahanan keluarga.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa komunikasi antara ibu dan anak berlangsung secara sederhana, berulang, dan penuh kesabaran. Ibu menyesuaikan bahasa dan cara penyampaian dengan kemampuan anak. Selain itu ibu juga menunjukkan kemampuan dalam mengelola dan mengekspresikan emosi. Di lain sisi, ibu juga tetap menjaga komunikasi

³⁷ Natuz Zahro, Marchelia Nugra, dan Pradana Putri, "Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Orang Tua Tunggal Dalam Menjalankan Peran Ganda," *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)* 12, no. 2 (2025): 186–97, <https://doi.org/http://doi.org/10.21009/JKKP.122.06>.

³⁸ Lidiawati et al., "Resiliensi Ibu Tunggal: Peran Kebersyukuran Dan Regulasi Emosi." Hal 272

³⁹ Walsh, *Strengthening Family Resilience*. Hal 107

dengan anak pertamanya yang sudah tidak tinggal satu rumah. Hal ini sejalan dengan pandangan Walsh bahwa proses komunikasi membantu ketahanan dengan memperjelas situasi yang sulit, mendorong keterbukaan dalam mengungkapkan emosi, serta menumbuhkan kerja sama dalam pemecahan masalah⁴⁰

Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa ketahanan keluarga ibu tunggal dalam membimbing anak tunagrahita terbentuk melalui keterkaitan antara sistem keyakinan, proses organisasi keluarga, dan komunikasi yang adaptif. Temuan ini menguatkan pandangan Walsh bahwa ketahanan keluarga sebagai kemampuan keluarga, sebagai sistem fungsional, untuk bertahan dan pulih dari kesulitan.⁴¹

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi ibu tunggal yang memiliki anak tunagrahita berperan penting dalam pembentukan kemandirian anak sekaligus menjaga ketahanan keluarga di tengah keterbatasan sosial. Resiliensi yang dimiliki ibu SNH terlihat dari penerimaan atas suatu hal yang sedang dialami, kesabaran dan konsistensi dalam membimbing keterampilan hidup sehari-hari pada anak, serta kemampuan ibu SNH dalam mengelola peran ganda secara adaptif. Disaat dukungan sosial eksternal terbatas, ibu SNH memperkuat dukungan sumber daya internal keluarga, pemikiran positif atas kondisi yang dialaminya, serta nilai spiritual yang dimilikinya, sehingga ibu SNH memiliki kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan atau tekanan yang sedang dihadapi dengan baik.

Hasil temuan penelitian ini, memperkuat temuan penelitian sebelumnya, yang menegaskan pentingnya resiliensi ibu dalam pengasuhan anak berkebutuhan khusus, melalui aspek religiusitas, dukungan keluarga, dan kemampuan pemecahan masalah.⁴² Penguatan ini terlihat dari dinamika kompleksitas yang dialami ibu tunggal. Dimana resiliensi yang dimiliki ibu tidak hanya berfungsi sebagai bagian dari adaptasi atau proses bertahan ibu. Namun, juga menjadi bagian dari strategi ibu dalam menjaga ketahanan keluarga ditengah keterbatasan sosial yang ada dengan mendampingi anak tunagrahita usia dewasa yang masih memerlukan pendampingan intensif dari ibu. Sehingga Secara analitis, ketahanan keluarga dalam kasus ini

⁴⁰ Walsh. Hal 108

⁴¹ Walsh. Hal 14

⁴² Endian Elimmata Dia Darmanto dan Linda Wati, "Studi Kasus: Gambaran Resiliensi Pada Ibu Tunggal Dengan Anak Berkebutuhan Khusus," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 8, no. 2 (2024): 234, <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i2.27290.2024>.

tidak muncul dari kondisi yang ideal, melainkan dari proses pemaknaan ulang (*reframing*). Penulis melihat bahwa ibu tunggal ini tidak menggunakan strategi koping yang menghindar, melainkan koping aktif.

Keyakinan spiritual yang ditemukan di lapangan berfungsi sebagai "jangkar" dalam sistem keyakinan Walsh. Ketika dukungan material terbatas, spiritualitas memberikan penjelasan atas penderitaan, sehingga ibu merasa memiliki kendali psikologis atas situasi yang secara objektif di luar kendalinya. Hal ini membuktikan bahwa ketahanan keluarga pada ibu tunggal bersifat proaktif-adaptif, bukan sekadar bertahan secara pasif.

D. Kesimpulan

Resiliensi ibu tunggal dalam membimbing kemandirian anak tunagrahita tidak hanya merupakan kemampuan bertahan terhadap tekanan, tetapi merupakan proses adaptif yang bersifat dinamis, kontekstual, dan konstruktif. Resiliensi terbentuk melalui interaksi antara keterbatasan dukungan eksternal dengan penguatan sumber daya internal, sehingga memunculkan dominasi pada dimensi *I Am* (kekuatan internal) dan *I Can* (kemampuan adaptif), dibandingkan *I Have* (dukungan eksternal). Temuan ini menunjukkan bahwa dalam kondisi minim dukungan struktural, individu cenderung mengembangkan strategi berbasis internal sebagai mekanisme kompensasi.

Lebih lanjut, resiliensi yang dimiliki ibu tidak berhenti pada aspek psikologis seperti kesabaran dan penerimaan, tetapi berkembang menjadi praktik adaptif yang konkret dalam pengasuhan, seperti penyesuaian pola komunikasi dan strategi pembimbingan kemandirian anak. Hal ini mengindikasikan bahwa resiliensi beroperasi sebagai kapasitas fungsional yang terwujud dalam tindakan sehari-hari.

Dalam konteks ketahanan keluarga, penelitian ini menegaskan bahwa ketahanan tidak lahir dari kondisi ideal, melainkan dari proses pemaknaan ulang (*reframing*), reorganisasi peran, serta penguatan sistem keyakinan yang memungkinkan keluarga tetap berfungsi di tengah keterbatasan. Dengan demikian, ketahanan keluarga pada ibu tunggal bersifat proaktif-adaptif, bukan sekadar bertahan secara pasif.

Daftar Pustaka

- Badan Pusat Statistik Indonesia. *Analisis Tematik Kependudukan Indonesia: Fertilitas Remaja, Kematian Maternal, Kematian Bayi, dan Penyandang Disabilitas*. Jakarta: Badan Pusat Statistik, 2023.
- . “Banyaknya Desa/Kelurahan Menurut Keberadaan Penyandang Cacat dan Kabupaten/Kota, 2018.” Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, 2025. <https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/2/NTMxIzI=/banyaknya-desa-kelurahan-menurut-keberadaan-penyandang-cacat-dan-kabupaten-kota.html>.
- . “Nikah dan Cerai Menurut Kabupaten/Kota (kejadian) di Provinsi Jawa Timur, 2025.” Badan Pusat Statistik Indonesia. Diakses 15 Februari 2026. <https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-kabupaten-kota--kejadian--di-provinsi-jawa-timur--2024.html?year=2025>.
- . “Nikah dan Cerai Menurut Provinsi (kejadian), 2025.” Badan Pusat Statistik Indonesia, n.d. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-provinsi.html?year=2025>.
- . “Persentase Rumah Tangga menurut Provinsi, Jenis Kelamin Kepala Rumah Tangga, dan Banyaknya Anggota Rumah Tangga, 2009-2025.” Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur. Badan Pusat Statistik, 2025. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MTYwMyMx/persentase-rumah-tangga-menurut-provinsi--jenis-kelamin-kepala-rumah-tangga--dan-banyaknya-anggota-rumah-tangga--2009-2024.html>.
- Ciciek, Farha. “Pertemuan Multipihak Kabupaten Jember: Kolaborasi untuk Keberdayaan Anak dan Remaja Disabilitas.” *beritajatim. berita jatim*, 2025. <https://beritajatim.com/pertemuan-multipihak-kabupaten-jember-kolaborasi-untuk-keberdayaan-anak-dan-remaja-disabilitas>.

Darmanto, Endian Elimmata Dia, dan Linda Wati. “Studi Kasus: Gambaran Resiliensi Pada Ibu

- Tunggal Dengan Anak Berkebutuhan Khusus.” *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 8, no. 2 (2024): 234. <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i2.27290.2024>.
- Fery Agusman Motuho Mendrofa, dan Kristiana Susilowati. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Penerbit Penamuda Media, 2024.
- Grotberg, Edith Henderson. *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity (Contemporary Psychology (Praeger))*. Westport, CT: Praeger Publishers, 2003.
- Hayat School. “Tadabbur Al-Qur’an: Makna Kesabaran dalam QS. Al-Baqarah: 153,” 2025. <https://hayat.sch.id/tadabur-al-quran-makna-kesabaran-dalam-qs-al-baqarah-153/>.
- Kemanusiaan, Uluran Tangan. “Kisah Ibu Tunggal di Indonesia: Di Balik Perjuangan Penuh Haru,” 2025. <https://tangankemanusiaan.id/2025/06/11/ibutunggal/>.
- Kementrian Agama Republik Indonesia. “Al-Qur’an Digital,” 2025. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/2?from=153&to=286>.
- Lidiawati, Krishervina Rani, Wiwit Puspitasari Dewi, Shema Christy, dan Noya Simamora. “Resiliensi Ibu Tunggal: Peran Kebersyukuran Dan Regulasi Emosi.” *Journal of Family & Consumer Sciences / Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen* 17, no. 3 (2024): 263–75. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24156/jikk.2024.17.3.263>.
- Nashori, Fuad, dan Iswan Saputro. *Psikologi Resiliensi*. Cetakan 1. Yogyakarta: Kampus Terpadu UII, 2021.
- Nur’ainy, Sembodo Ardi Wibowo, Setyoadi Purwanto, dan Linda Atika Dewi. “Resilience in Parenting : Peran Orang tua Single Parent dalam Membentuk Kemandirian Anak Usia 4 – 5 Tahun di Tengah Keterbatasan Ekonomi.” *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 9, no. 6 (2025): 2641–48. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i6.7543>.
- Saefullah, Lalu, Sri Rum Giyarsih, dan Diana Setiyawati. “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Ketahanan Keluarga Tenaga Kerja Indonesia.” *Jurnal Sosiologi Pendidikan Humanis* 2, no. 2 (2018): 119–32. <https://doi.org/10.17977/um021v3i2p119-132>.
- Sherliyta, Aprilia Ayu, Meiyuntariningsih Tatik, dan Ramadhani Sari Hetti. “Resiliensi dan

- Dukungan Sosial: Strategi Mengurangi Parenting Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” 3, no. 01 (2025): 157–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/jiwa.v3i01.12704>.
- Statistik, Badan Pusat. *Potret Penyandang Disabilitas di Indonesia: Hasil Long Form Sensus Penduduk 2020*. Jakarta: Badan Pusat Statistik, 2024.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Diedit oleh Sutopo. Edisi Kedu. Yogyakarta: Penerbit Alfabeta, 2023.
- Ulya, Syafira Rizka. “Membumikan Slogan Grotberg untuk Memperkuat Ketahanan Anak Pasca Kehilangan Ibu dalam Kecelakaan.” *Buletin Konsorsium Psikologi Islam Nusantara*, 2024. <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/1490-membumikan-slogan-grotberg-untuk-menguatkan-ketahanan-anak-pasca-kehilangan-ibu-dalam-kecelakaan>.
- Wahidah, Evita Yuliatul. “Resiliensi Perspektif Al Quran.” *Jurnal Islam Nusantara* 2, no. 1 (2018): 105. <https://doi.org/10.33852/jurnalin.v2i1.73>.
- Walsh, Froma. *Strengthening Family Resilience*. Third Edit. New York: The Guilford Press, 2016.
- Widiastuti, Ni Luh Gede Karang, dan I Made Astra Winaya. “Prinsip Khusus Dan Jenis Layanan Pendidikan Bagi Anak Tunagrahita.” *Jurnal Santiaji Pendidikan (JSP)* 9, no. 2 (27 Juli 2019): 116–26. <https://doi.org/10.36733/jsp.v9i2.392>.
- Zahro, Natuz, Marchelia Nugra, dan Pradana Putri. “Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Orang Tua Tunggal Dalam Menjalankan Peran Ganda.” *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)* 12, no. 2 (2025): 186–97. <https://doi.org/http://doi.org/10.21009/JKKP.122.06>.