

**SUBJECTIVE WELL BEING IBU DARI ANAK DOWN SYNDROME (DS)
DI ALEJO SCHOOL SURABAYA**

Oleh

**SUHARTIK ¹, FAHYUNI BAHARUDDIN ²,
YOPI LUTFI SUBARGO ³, PRAKRISNO SATRIO ⁴**
Fakultas Psikologi Universitas 45 Surabaya
Email : yopilutf83@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui SWB ibu yang mempunyai anak dengan Down Syndrome (DS) di Alejo School. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang pengumpulan datanya dilakukan melalui wawancara dengan narasumber empat orang ibu yang memiliki anak DS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada keempat subjek memiliki SWB yang positif. Penelitian ini membuktikan bahwa SWB ibu yang memiliki anak dengan DS tetap positif karena ibu menerima kondisi anaknya, dan dukungan dari keluarga. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi inspirasi dan sumber referensi bagi orang tua yang memiliki anak DS dan berkebutuhan khusus lainnya, sehingga SWB ibu yang mempunyai anak DS dan anak berkebutuhan khusus tetap positif.

Kata Kunci: *Subjective Well-Being; Ibu dari anak Down Syndrome*

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the SWB of mothers who have children with Down Syndrome (DS) at Alejo School. This study used a qualitative method with data collection conducted through interviews with four mothers who have children with DS. The results showed that all four subjects had positive SWB. This study proves that the SWB of mothers who have children with DS remains positive because the mothers accept their children's condition, and support from the family. This study is expected to inspire and provide a reference source for parents who have children with DS and other special needs, so that the SWB of mothers who have children with DS and other special needs remains positive.

Keywords: *Subjective Well-Being; Mothers of children Down Syndrome*

PENDAHULUAN

Anak usia dini berkebutuhan khusus memiliki hak yang sama untuk dapat menerima pendidikan seperti teman-temannya yang lain. Seperti yang telah diamanahkan pada Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 5 Ayat 1 bahwa, “Setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu” Selama mereka warga negara Indonesia maka dalam kondisi apapun mereka layak mendapatkan pendidikan yang bermutu untuk dapat mengembangkan potensi yang dimiliki (Arsih 2022). Upaya pemberian intervensi pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan anak yang memiliki hambatan perkembangan perlu dilakukan dengan berdasar pada hasil asesmen awal kondisi perkembangannya.

Hasil asesmen perkembangan anak yang diinginkan oleh orang tua adalah anak yang tumbuh sehat baik secara fisik maupun mental. Namun, ketika seorang ibu dikaruniai anak dengan kebutuhan khusus, seperti anak dengan *Down Syndrome (DS)*, maka perjalanan pengasuhan yang dijalani pun akan menghadirkan tantangan tersendiri. DS merupakan kondisi genetik yang ditandai dengan adanya kelebihan kromosom 21 (Akhtar F, 2023), yang dapat memengaruhi perkembangan fisik, intelektual, dan sosial anak. Menurut (Bull 2020) anak DS memerlukan perhatian khusus dari pendidikan sampai kondisi sosial agar mendukung tumbuh kembangnya secara optimal. Sebuah studi (Bornstein 2012) menekankan pentingnya keterlibatan ibu dalam proses tumbuh kembang anak. Penelitiannya menunjukkan bahwa keterikatan emosional antara ibu dan anak dapat memengaruhi perkembangan sosial, kognitif, dan emosional anak secara positif. Wiyani (2014) menyatakan bahwa *Down Syndrome (DS)* adalah suatu cacat fisik bawaan dengan keterbelakangan mental anak sejak lahir yang disebabkan abnormalitas perkembangan kromosomnya, namun kondisi satu anak DS dengan kondisi anak DS yang lainnya tentu saja berbeda. Oleh sebab itu, diperlukan gambaran yang tepat tentang kondisi anak terkini dan intervensi pendidikan seperti apa yang sesuai sehingga dapat dilakukan intervensi pendidikan yang sesuai baginya.

Winarsih dkk. (2013) menjelaskan bahwa anak dengan DS memiliki keterbatasan dalam beberapa aspek seperti mental, emosional, sosial, ataupun fisik. Menurut (Olds dkk 2013: 3), karakteristik yang muncul pada anak yang mengalami *down syndrome* dapat bervariasi, mulai dari yang tidak nampak sama sekali, tampak minimal, hingga muncul tanda yang khas. Tanda yang paling khas pada anak yang mengalami *down syndrome* adalah adanya keterbelakangan perkembangan mental dan fisik. Kondisi ini tentu memengaruhi berbagai aspek kehidupan anak, termasuk dalam hal belajar, berinteraksi, dan beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Peran dan dukungan orang tua menjadi sangat penting dalam membantu anak menghadapi tantangan yang ada dan mengembangkan potensi terbaik yang dimilikinya.

Dukungan orang tua sangat diperlukan untuk membantu anak dapat mengatasi masalahnya menghadapi tuntutan belajar. Bentuk dukungan ini berasal dari SWB yang positif pada orang tua. SWB merupakan kepuasan hidup dan perasaan bahagia seseorang pada saat menjalani kehidupannya (Diener dkk., 1999). Anggraini (2013) menemukan bahwa SWB dalam perspektif orang tua dengan anak berkebutuhan khusus sebagai berikut: sebanyak 66,5% orang tua merasakan kekecewaan karena anaknya merupakan seorang ABK dan sebesar 41,37% orang tua menyatakan bahwa tidak dapat menerima kondisi anaknya. Dalam penelitian

lainnya, Wijayanti (2015) menemukan bahwa kesejahteraan subjektif yang rendah merupakan dampak dari ketidaksesuaian tingkat ideal hidup yang mereka harapkan. Perasaan negatif sering dirasakan karena sering adanya pembicaraan negatif yang dilakukan oleh tetangga ataupun lingkungan, terutama dari internal keluarga yang belum dapat menerima kondisi anaknya. Untuk mengatasi perasaan negatif yang dialami oleh orang tua, diperlukan adanya evaluasi diri yang mendalam. Evaluasi ini dapat dilakukan secara kognitif sebagai bentuk refleksi atas kualitas hidup yang dimiliki. Melalui proses evaluasi tersebut, orang tua diharapkan dapat mengembangkan rasa syukur terhadap apa yang telah Tuhan berikan. Menurut Diener (2003), individu yang memiliki kualitas hidup yang baik umumnya menunjukkan tingkat Subjective Well-Being (SWB) yang tinggi. Mereka cenderung mampu mengelola emosi secara adaptif, sehingga lebih tenang dan stabil dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari (Khatimah, 2015).

Menurut Diener (2003) SWB terdiri dari evaluasi kognitif yang dilakukan oleh orang tentang kehidupan mereka secara keseluruhan misalnya kepuasan hidup dan domain peran spesifik misalnya pekerjaan dan keluarga, dan pengalaman afektif dari suasana hati yang menyenangkan dan tidak menyenangkan yang terjadi pada situasi dan waktu tertentu. Dalam penelitian ini perlu dipertanyakan:

1. Bagaimana pandangan tentang kepuasan hidup ibu yang memiliki anak DS?
2. Perasaan positif dan negatif apa saja yang muncul pada ibu yang memiliki anak DS terkait kepuasan hidupnya?

Penelitian ini bertujuan untuk memahami SWB pada ibu yang memiliki anak DS di Alejo School Surabaya, dan mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung atau menghambat kesejahteraan tersebut. Dengan memahami kondisi ini secara lebih mendalam, diharapkan hasil studi ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi psikososial yang lebih efektif, dan memperkuat dukungan bagi ibu-ibu dalam menjalankan peran pengasuhan yang penuh tantangan. Alejo School Surabaya, sebagai salah satu lembaga pendidikan inklusif, menjadi tempat penting dalam mendukung perkembangan anak-anak berkebutuhan khusus dan kesejahteraan emosional para orang tua.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yaitu suatu cara untuk memahami makna dari pengalaman hidup seseorang secara mendalam, khususnya bagaimana individu merasakan, memaknai, dan memberi arti terhadap suatu fenomena dalam kehidupan mereka. Partisipan empat orang ibu yang memiliki anak dengan DS, tinggal bersama anaknya, memiliki suami, dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian secara utuh. Analisis data dilakukan untuk menunjukkan SWB ibu yang memiliki anak dengan DS dalam melakukan tugasnya sebagai pengasuh yang utama. Data diperoleh melalui wawancara secara mendalam dalam memahami bagaimana para ibu tersebut mengalami, memaknai, dan menjalani peran mereka dalam pengasuhan, termasuk bagaimana mereka menghadapi stres, harapan, beban emosional, dan perasaan bangga atau frustrasi yang muncul.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran SWB pada ibu yang memiliki anak DS di *Alejo School* Surabaya, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung atau menghambat kesejahteraan tersebut. Dengan memahami kondisi ini secara lebih mendalam, diharapkan hasil studi ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi psikososial yang lebih efektif, dan memperkuat dukungan bagi ibu-ibu dalam menjalankan peran pengasuhan yang penuh tantangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Masa belajar memberikan perubahan yang cukup signifikan pada dunia anak DS. Pembelajaran secara langsung menjadi modal pembelajaran utama selama masa sekolah. Pembelajaran saat disekolah bagi anak DS menimbulkan beberapa masalah terkait dengan keterbatasannya dalam belajar sebagai dampak dari keterbatasannya dalam mempertahankan atensinya.

1. Hasil observasi Anak DS

Hasil observasi terhadap empat subjek anak dengan *Down Syndrome* menunjukkan perbedaan tingkat perkembangan pada berbagai aspek kemampuan, khususnya dalam hal motorik dan kemampuan belajar. Motorik kasar pada sebagian besar subjek masih tergolong kurang berkembang. Subjek ZA menunjukkan perkembangan motorik kasar yang rendah, sementara subjek CE dan CH berada pada kategori cukup, dan hanya subjek DA yang menunjukkan kemampuan motorik kasar yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas anak dengan *Down Syndrome* masih memerlukan stimulasi fisik untuk memperkuat koordinasi tubuh dan gerakan besar.

Motorik halus yang berhubungan dengan keterampilan tangan dan koordinasi gerakan kecil, seperti menulis dan memegang alat tulis, juga menunjukkan variasi. Subjek ZA masih berada dalam kategori kurang, sementara ketiga subjek lainnya berada pada tingkat cukup. Ini menandakan bahwa keterampilan motorik halus pada anak DS secara umum belum berkembang optimal. Motorik oral, yang berkaitan dengan kemampuan bicara dan kontrol otot mulut, juga masih menjadi area yang lemah, terutama pada subjek ZA. Tiga subjek lainnya dinilai cukup, namun tetap memerlukan perhatian dan latihan konsisten untuk memperbaiki artikulasi dan kemampuan komunikasi verbal.

Kemampuan mengingat pelajaran, keempat subjek secara umum tergolong cukup. Ini menunjukkan bahwa meskipun ada keterbatasan secara fisik maupun verbal, anak-anak DS memiliki potensi dalam aspek daya ingat yang dapat dikembangkan lebih lanjut dengan pendekatan yang tepat. Yang menarik, keempat subjek menunjukkan motivasi belajar yang tinggi. Hal ini merupakan temuan positif yang menunjukkan bahwa meskipun terdapat hambatan perkembangan, anak-anak dengan *Down Syndrome* memiliki semangat belajar yang kuat dan menunjukkan antusiasme saat mengikuti kegiatan pembelajaran.

Secara keseluruhan, keempat subjek menunjukkan variasi karakteristik *Down Syndrome* yang mencakup gangguan motorik, fisik, dan intelektual dengan tingkat keparahan

yang berbeda-beda. Kondisi ini menegaskan pentingnya pendekatan pembelajaran yang individual dan adaptif sesuai kebutuhan dan kemampuan masing-masing anak.

Mereka juga saat ini menempuh pendidikan, yang mana dalam proses pendidikan dan pemenuhan kebutuhan anak masih perlu diawasi dan didukung secara penuh oleh ibu. Perbedaan didapatkan dari jenis kelamin, usia anak, tingkatan kelas dan karakteristik DS yang dominan muncul yaitu perkembangan mental, kekuatan otot yang rendah (hipotonia), bentuk wajah khas seperti wajah datar dan lipatan mata miring ke atas, ukuran kepala kecil, dan perkembangan motorik dan bicara yang lebih lambat dibandingkan anak seusianya.

Saat anak mulai sekolah tentunya dapat membuat tugas ibu semakin berat misalnya harus mengawasi anak saat mendapat PR, mempersiapkan kebutuhan sekolah apabila diperlukan peralatan tambahan untuk membuat keterampilan atau tugas sekolah, membantu menjawab pertanyaan jika ada mata pelajaran yang belum dipahami oleh anak, dll. Hal ini tentunya dapat membuat ibu menjadi lebih sering merasakan emosi yang negatif misalnya rasa was-was, gelisah, takut dan merasa bersalah jika tidak dapat membantu anaknya.

Kesimpulannya, anak-anak dengan *Down Syndrome* dalam observasi ini rata-rata memiliki keterbatasan dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, dan oral. Namun, mereka menunjukkan motivasi belajar yang tinggi dan daya ingat yang cukup baik. Hal ini menjadi modal penting dalam merancang strategi pembelajaran yang menyenangkan, mendukung perkembangan motorik, dan memanfaatkan semangat belajar mereka secara maksimal.

2. Observasi Subjek dan Faktor Pendukung Ibu Dari Anak DS

Berdasarkan hasil pengumpulan data terhadap empat ibu dari anak dengan *Down Syndrome* (DS), diperoleh informasi mengenai latar belakang pendidikan, pekerjaan, penghasilan keluarga, dan bentuk dukungan yang diterima dalam pengasuhan anak. Keempat ibu dari subjek (ZA, CE, DA, dan CH) memiliki tingkat pendidikan yang sama, yaitu sarjana. Hal ini menunjukkan bahwa secara akademis, para ibu memiliki bekal pengetahuan yang cukup dalam memahami kondisi anak dan mencari informasi terkait penanganan DS.

Dari segi pekerjaan, hanya satu ibu (subjek ZA) yang bekerja sebagai guru, sementara tiga lainnya (subjek CE, DA, dan CH) menjalani profesi sebagai wirausaha. Pekerjaan sebagai wirausaha memberikan fleksibilitas waktu yang mungkin lebih memudahkan ibu dalam mendampingi anak-anak mereka di rumah. Dalam hal penghasilan keluarga, terdapat variasi antara Rp5 juta hingga Rp25 juta per bulan. Subjek ZA berada di kisaran penghasilan paling rendah (Rp5 juta), sedangkan subjek CH memiliki penghasilan tertinggi (Rp25 juta). Faktor ekonomi ini turut memengaruhi akses terhadap layanan terapi, pendidikan, dan sumber daya lain yang dibutuhkan dalam mendampingi anak DS.

Semua ibu mendapatkan dukungan yang kuat, terutama dari suami, dan dalam beberapa kasus juga dari anggota keluarga lain seperti ibu kandung (pada subjek DA) dan ibu mertua (pada subjek ZA). Hal ini memperlihatkan pentingnya keterlibatan keluarga inti dalam proses pengasuhan anak. Seluruh ibu mengaku memperoleh dukungan sosial dari lingkungan seperti teman, kelompok pendukung (group), dan sekolah. Dukungan ini menjadi sumber penguatan emosional dan informasi dalam menghadapi tantangan dalam merawat anak dengan kebutuhan khusus. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa ibu dari anak-anak DS dalam studi ini memiliki latar pendidikan yang tinggi, dukungan keluarga yang kuat, DAN akses terhadap komunitas atau kelompok pendukung yang membantu dalam proses adaptasi dan pengasuhan anak.

B. PEMBAHASAN

Penelitian Andayani (2021) menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif (*Subjective Well-Being*/SWB) pada ibu yang memiliki anak dengan ADHD tetap berada dalam taraf positif karena adanya dukungan keluarga dan pengetahuan ibu tentang pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus. Dukungan dari lingkungan terdekat, terutama keluarga, berperan sebagai faktor protektif yang membantu ibu mengembangkan sikap penerimaan terhadap kondisi anaknya, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup secara emosional dan kognitif. Hal serupa juga ditemukan oleh Wijayanti (2015), yang menyatakan bahwa ibu dengan pengetahuan yang cukup mengenai pengasuhan cenderung menjalankan peran keibuannya secara lebih aktif dan positif. Pengetahuan ini memungkinkan ibu untuk menyesuaikan harapan dan strategi pengasuhan secara lebih adaptif, sehingga lambat laun mampu memahami dan menerima kondisi anak dengan *Down Syndrome* (DS). Kesiapan kognitif ini memperkuat kemampuan ibu dalam berpikir positif terhadap hidupnya, yang menjadi dasar penting dari meningkatnya SWB.

Temuan ini sejalan dengan teori dari Diener (2003) yang menjelaskan bahwa SWB tinggi dicapai ketika individu memiliki kepuasan hidup yang positif, dan afek positif lebih dominan dibandingkan afek negatif. Salah satu faktor penentu SWB menurut Diener adalah kemampuan adaptasi terhadap kondisi hidup, termasuk ketika menghadapi tantangan seperti memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Selain itu, menurut Ryff (2002), penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain merupakan komponen utama yang turut memperkuat dimensi SWB.

Pada penelitian ini ke empat ibu yang memiliki anak DS (ZA, CE, DA, dan CH) dapat berfikir positif sehingga menimbulkan perasaan positif salah satunya adalah rasa syukur yang merupakan indikator emosi positif. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun menghadapi berbagai tantangan dalam merawat anak dengan DS, para ibu tetap mampu menemukan makna positif dan bersyukur atas keberadaan anak mereka.

Rasa syukur ini dapat muncul karena berbagai alasan, seperti :

- Melihat perkembangan anak yang mungkin tidak terduga sebelumnya
- Dukungan sosial dari keluarga atau lingkungan.
- Pemaknaan spiritual atau religius atas peran sebagai ibu.
- Kesadaran bahwa anak membawa pelajaran hidup yang berharga.

Aspek ini menunjukkan bahwa rasa syukur menjadi salah satu faktor penting dalam membangun kesejahteraan subjektif (SWB) para ibu, karena dapat membantu menyeimbangkan beban emosional yang mereka alami dengan perasaan positif yang memberi kekuatan.

Aspek emosi negatif yang muncul pada ibu yang memiliki anak dengan DS adalah frustrasi dan rasa bersalah. Berdasarkan hasil penelitian, emosi ini dialami oleh dua dari empat subjek, yakni Subjek ibu ZA dan Subjek ibu CH. Keduanya mengungkapkan adanya perasaan tidak mampu memenuhi kebutuhan anak secara optimal, dan penyesalan terhadap harapan-

harapan yang tidak tercapai. Rasa bersalah juga muncul ketika ibu merasa kurang sabar atau gagal dalam merespons kebutuhan khusus anak.

Sebaliknya, Subjek ibu CE dan DA tidak menunjukkan adanya perasaan frustrasi maupun rasa bersalah. Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam menerima kondisi anak, dan dukungan sosial dan keluarga yang memadai. Ketidakhadiran emosi ini pada dua subjek tersebut juga dapat mencerminkan keberhasilan dalam proses penerimaan dan adaptasi psikologis terhadap peran sebagai ibu dari anak dengan kebutuhan khusus.

Dari keterangan yang ada menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak dengan *Down Syndrome* mengalami dinamika emosional yang kompleks, mencakup emosi positif maupun negatif. Salah satu aspek emosi positif yang menonjol adalah rasa syukur, yang secara konsisten muncul pada seluruh subjek penelitian. Rasa syukur ini menjadi sumber kekuatan emosional yang penting, memungkinkan ibu untuk menemukan makna positif di tengah tantangan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. Di sisi lain, emosi negatif seperti frustrasi dan rasa bersalah juga dialami oleh sebagian subjek, terutama yang merasa belum mampu memenuhi kebutuhan anak secara optimal. Namun, tidak semua ibu mengalami emosi negatif ini, yang menunjukkan adanya perbedaan dalam kemampuan adaptasi dan penerimaan terhadap kondisi anak. Keberadaan dukungan sosial dan penerimaan diri tampaknya menjadi faktor protektif yang membantu mengurangi dampak emosional negatif. Dengan demikian perbedaan pengalaman emosional ini menegaskan pentingnya intervensi psikososial dan dukungan berkelanjutan untuk membantu ibu mengelola beban psikologis yang mereka alami.

Subjek ZA merasa bahagia dengan kehidupannya walaupun penghasilannya sebagai guru dan dengan tuntutan kebutuhan yang tinggi untuk menghidupi ketiga anaknya. Sejak saat lahir pun, ZA dan suami sudah saling memahami kebutuhan anak-anaknya yang ZA, salah satunya melalui afeksi terhadap anak-anaknya. Hal yang dilakukan ZA agar mendapatkan perasaan senang yaitu dengan selalu mencari seminar dan belajar tentang hal yang membantu dalam pengasuhan anak-anak berkebutuhan khusus. Dengan begitu membuat ZA lebih semangat belajar karena banyak sekali seminar atau webinar untuk meningkatkan keilmuan ZA dapat mengajar anak-anaknya maupun anak didiknya.

Subjek CE mempunyai teman-teman psikolog maka CE belajar dan paham kondisi anaknya, sehingga hal tersebut membuat CE dan suami menerima dan memahami kondisi anaknya. Pada masa sekolah keluarga suami subjek CE juga membantu dan mendukung CE sehingga pada saat belajar tidak terjadi permasalahan yang besar karena subjek CE paham bagaimana mendidik anak dan tetap merasa puas dengan pernikahannya. Suaminya tetap bekerja, anaknya dapat bersekolah dalam pengawasannya dan yang terutama semua keluarganya sehat sehingga subjek CE sangat bersyukur dengan kondisi saat ini. Subjek DA sempat merasa takut dengan nasib anaknya tetapi lambat laun subjek DA dan suami berusaha untuk menerima kondisi tersebut. Setelah mengetahui bahwa

masih banyak anak lain yang memiliki kondisi yang lebih parah dari anaknya yang DS, membuat subjek DA bersyukur karena masih diberi kemudahan oleh Yang Maha Kuasa. Subyek DA merasa bersyukur dan mendapat dukungan sepenuhnya dari suami dan keluarga besar. Tidak merasa sendirian dan tetap dapat berkumpul dengan keluarga besar.

Pada subjek terakhir yaitu CH menyebutkan bahwa ia merasa sudah nyaman dengan kondisi keluarganya saat ini. CH berusaha mendidik anaknya dengan sebaik mungkin. Dalam hal lingkungan pun, CH lebih memilih memiliki teman sedikit untuk berbagi cerita dibandingkan teman yang banyak tetapi negatif. Hal yang dilakukan subjek CH untuk memperoleh ketenangan yaitu dengan cara menceritakan masalahnya ke suami dan berdoa. Kondisi dengan anak DS bukanlah penghalang dan mempengaruhi kehidupan subyek CH, karena ada dukungan suami, keluarga dan guru sekolah anaknya. Jika seseorang puas dengan kehidupan, sering merasa bahagia, dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti sedih atau marah, maka SWB bertanda positif. Sebaliknya jika orang tidak puas dengan kehidupan, mengalami kurang kebahagiaan dan lebih merasakan emosi negatif seperti marah atau cemas, maka mereka menyebut SWB-nya negatif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara keempat subjek ibu (ZA, CE, DA, dan CH), dapat disimpulkan bahwa seluruh ibu menunjukkan tingkat *Subjective Well-Being* (SWB) yang positif, meskipun masing-masing menghadapi tantangan dan keterbatasan dalam mengasuh anak dengan *Down Syndrome*. Ibu ZA merasa bahagia dengan kehidupannya meskipun menghadapi tantangan ekonomi dan tanggung jawab sebagai ibu dari tiga anak. Kebahagiaan tersebut ia peroleh melalui pemahaman bersama suami dalam memenuhi kebutuhan anak-anak, terutama dengan memberikan afeksi. Selain itu, semangat belajar tentang pengasuhan anak berkebutuhan khusus menjadi sumber motivasi dan kebahagiaan tersendiri bagi ZA dalam perannya sebagai orang tua dan guru.

Subjek ibu CE menunjukkan penerimaan yang kuat terhadap kondisi anaknya melalui pengetahuan dan pemahaman yang diperoleh dari latar belakangnya sebagai teman para psikolog. Dukungan dari keluarga suami turut memperkuat ketahanan emosional dan kepuasan dalam kehidupan pernikahan. Subyek ibu DA merasakan ketakutan dan kekhawatiran terhadap masa depan anaknya. Namun, dengan berjalannya waktu dan adanya dukungan dari pasangan dan keluarga besar, mereka mampu menerima kondisi anak dan menemukan makna rasa syukur dalam pengalaman tersebut. Sementara itu, subjek ibu CH menampilkan kondisi yang stabil dan tenang, dengan memilih lingkungan sosial yang sehat dan membina komunikasi yang baik dengan suami. Baginya, memiliki anak dengan Down Syndrome bukanlah beban, melainkan bagian dari kehidupan yang tetap bisa dijalani dengan damai.

Secara keseluruhan, keempat ibu menunjukkan *Subjective Well Being* positif yang ditandai oleh :

1. Kepuasan hidup terhadap kondisi keluarga saat ini
2. Emosi positif seperti rasa syukur dan bahagia
3. Minimnya emosi negatif yang berkepanjangan

4. Kemampuan menerima kondisi anak
5. Dukungan sosial dan spiritual sebagai faktor protektif utama

Dengan demikian, penerimaan diri, dukungan sosial, religiusitas, dan usaha untuk memahami kondisi anak terbukti menjadi faktor penting dalam membentuk kesejahteraan subjektif para ibu dari anak dengan DS.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, S. A., Pudjibudojo, J. K. K., & Tjahjono, E. (2021). Subjective Well-Being Ibu yang Mempunyai Anak dengan ADHD Pada Saat Pandemi Covid-19. *Talenta Jurnal Psikologi*, 7(1), 44-51.
- Anggraini, R. R. (2013). Persepsi Orang tua terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (Deskripsi Kuantitatif di SDLB 20 Non Balimo Kota Solok). *Jupekhu: Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 2(1), 258–265.
- Arsih, HA, & Syafiq, M. (2022). KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA IBU DENGAN ANAK DOWN SYNDROME. *Karakter Jurnal Penelitian Psikologi*, 9 (3), 125–139.
- Cuskelly, M., & Dadds, M. (1992). Behavior problems in children with Down's syndrome and their siblings. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 33(4), 749–761. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1992.tb00860.x>
- Diansari, D. (2016). Subjective Well-Being Mantan Pemulung yang Mendapatkan Beasiswa Magister. *Jurnal Psikologi*, 9(2), 175–186
- Hastings, R. P., & Taunt, H. M. (2002). Positive perceptions in families of children with developmental disabilities. *American Journal on Mental Retardation*, 107(2), 116–127. [https://doi.org/10.1352/0895-8017\(2002\)107](https://doi.org/10.1352/0895-8017(2002)107)
- Khatimah, H. (2015). Gambaran School Well-Being pada PeDAN Didik Program Kelas Akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 21–30.
- Kurniati, E., Nur Alfaeni, D. K., & Andriani, F. (2020). Analisis Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 241–256.
- Wijayanti, D. (2015). Subjective Well-Being Dan Penerimaan Diri Ibu Yang Memiliki Anak Down Syndrome. *eJournal Psikologi*, 4(1), 120–130
- Akhtar F, Bokhari SRA. Sindrom Down. [Diperbarui 8 Agustus 2023]. Dalam: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; Januari 2025.

Bull, M. J. (2020). *Health supervision for children with Down syndrome. Pediatrics*, 147(5), e2022056689. <https://doi.org/10.1542/peds.2022-056689>

Diener, E. (2003). Subjective Well-Being Is Desirable, But Not the Summum Bonum. *Subjective Well-Being*, 1–10.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>

Green, S. E. (2007). “We’re tired, not sad”: Benefits and burdens of mothering a child with a disability. *Social Science & Medicine*, 64(1), 150–163. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2006.08.024>

Kosasih, E., dkk. 2012. Cara Bijak Memahami Anak Berkebutuhan Khusus. Bandung: Yrama Widya

Winarsih, S., Jamal’s, H., Asiah, A., Idris, F. H., Adnan, E., Prasajo, B., Tan, I., Masyuri, A. A., Syafrizal, Madjid, S., Hasnul, N., Riyanto, A., Bunawan, L., Rukiyah, C., & Sembada, I. K. (2013). *Panduan Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus Bagi Pendamping (Orangtua, Keluarga dan Masyarakat)*. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia

Wiyani, Novan Adri. 2014. Penanganan Anak Usia Dini Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media