

**STRATEGI COPING IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
DALAM MENGHADAPI MASA PANDEMI**
***COPING STRATEGY OF MOTHERS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEED FACED
THE PANDEMIC***

Hanum Midya Syahrina⁽¹⁾, Laksmy Dewi Sukmakarti⁽²⁾, Sri Lestari⁽³⁾

Program Studi Magister Psikologi ^(1,2), Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta ^(1,2,3)

Email: hanum.midya@gmail.com ⁽¹⁾, Laksmysukma@gmail.com⁽²⁾, sri.lestari@ums.ac.id ⁽³⁾

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap strategi *coping* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dalam menghadapi masa pandemi. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif fenomenologi. Partisipan pada penelitian ini adalah dua orang ibu dengan kondisi diagnosis anak yang berbeda, yaitu Autism dan Gangguan Berbahasa Ekspresif. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara semi terstruktur. Teknik analisis data menggunakan analisis tematik dan validasi data menggunakan *member checking*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu ABK melakukan proses adaptasi dalam aktivitas pengasuhan yang dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan, serta menjaga kesehatan keluarga. Strategi *coping* yang digunakan adalah strategi yang berfokus pada problem dan pada emosi, serta upaya spiritual. Kombinasi strategi membantu ibu ABK dalam menghadapi tantangan sekaligus mencegah dampak buruk yang muncul akibat pandemi.

Kata Kunci : Strategi *coping*, pengasuhan ibu, anak berkebutuhan khusus, pandemi

Abstract : *This research aim to reveal coping strategy of mothers of children with special need faced the pandemic. The research method used is a qualitative approach with a phenomenological research model. Participants were two of mothers of children with special need with different diagnostic, specifically autism and expressive language disorder. Collecting data was carried out by semi structured interviews. The data analysis techniques uses thematic analysis and data validation uses by applying member checking. The results showed that the mothers of children with special needs underwent the adaptation process within their nurturing activities. They did it by controlling the health protocol and keeping their family health. The applied coping strategy was focused on the problems, emotions, and spiritual matters. The combination facilitated the mothers to engage and prevent the negative impact of the pandemic.*

Keywords : *Coping strategy, mothers of children with special need, pandemic*

PENDAHULUAN

Rutinitas merupakan kegiatan untuk memenuhi kebutuhan yang dilakukan secara berulang. Pemenuhan kegiatan rutinitas tersebut berlaku pada anak berkebutuhan khusus dan keluarga khususnya ibu. Rutinitas tidak hanya terbatas pada kebutuhan perawatan diri, namun juga pemanfaatan waktu luang, bekerja di luar rumah, serta menjadi pengasuh utama (Singogo et al., 2015). Bawalsah (2016) mengungkapkan, memiliki anak berkebutuhan khusus menyebabkan munculnya tekanan pada keluarga untuk melakukan evaluasi rencana,

tujuan, adanya hambatan dalam hubungan serta keterbatasan berinteraksi dengan anak berkebutuhan khusus menimbulkan stres pada orang tua dan mempengaruhi efisiensi dalam mengatasi stres tersebut. Oleh sebab itu terdapat peningkatan rasa tanggung jawab dan kesulitan bagi keluarga dalam merawat anak berkebutuhan khusus. Seperti peran ibu yang mengasuh anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Menurut *American Psychiatric Association* kondisi *autism* merupakan gangguan *neurodevelopmental* yang ditandai dengan perilaku berulang (Garbacz et al., 2016; Salter et al., 2016; Howard et al., 2017) dan memiliki

keterbatasan di komunikasi, rigid atau tidak fleksibel dan kesulitan mengembangkan interaksi dua arah (Rachmayanti & Zulkaida, 2007; Russel, 2011; Apnoza et al., 2018).

Begitu juga anak dengan gangguan bahasa dan berbicara. Anak dengan gangguan berbahasa atau *speech delay*. Kondisi *speech delay* yang tidak disebabkan karena *autism* atau gangguan neurodevelopmental lainnya bisa terjadi karena stimulasi yang rendah di lingkungan rumah (Akkus et al., 2018), selain itu penyebab individu mengalami *speech delay* juga ada yang bersifat idiopatik atau tidak diketahui penyebab pastinya (Shriberg et al., 2019) sehingga menyebabkan anak terlambat bicara (Manwaring et al., 2018). Gangguan ini menyebabkan anak kesulitan melakukan komunikasi karena keterbatasan produksi bahasa anak, kesulitan menyusun suku kata menjadi kata, menyusun kata menjadi kalimat serta kesulitan mengurutkan susunan kalimat (Morgan et al., 2016; Manwaring et al., 2018).

Kondisi tersebut diperparah dengan adanya COVID-19, yang secara global mengubah kehidupan keluarga, baik pada anak, *caregiver* maupun orang tua (Cluver et al., 2020; Dubey et al., 2020; Horiuchi et al., 2020). Pandemi COVID-19 menyebabkan tekanan psikologis seperti kecemasan, kekhawatiran baik pada anak-anak, remaja (Singh, 2020) maupun orang tua (Horiuchi et al., 2020). Selain hal tersebut, orang tua dan pengasuh anak dengan disabilitas dihadapkan dengan tantangan baru akibat COVID-19 terutama dalam hal perubahan aktivitas (Figueiredo et al., 2021; Wardani & Ayriza, 2021). Seperti adanya penutupan layanan klinis, sekolah, pembatasan pelayanan medis, menjadi tantangan bagi keluarga untuk mendapatkan fasilitas tersebut (Campbell, et al., 2009). Perubahan rutinitas sehari-hari karena adanya kebijakan *lockdown* seperti '*stay at home*' untuk meminimalkan penularan virus (Permatasari et al., 2021), serta pembatasan bepergian memberikan dampak pada hampir setiap sektor kehidupan sehari-hari, yang paling dirasakan adalah dampak masalah psikososial pada keluarga atau *caregiver*, namun masih dibutuhkan penelitian lebih lanjut (Dubey et al., 2020; Figueiredo et

al., 2021).

Perubahan yang terjadi ini bisa menjadi sumber stres pada populasi dan bisa memengaruhi mental dan kesehatan fisik (Hagger et al., 2020) serta menimbulkan kekhawatiran (Otu et al., 2020) sehingga menuntut adanya adaptasi yang sebelumnya tidak terprediksi. Munculnya tuntutan tersebut membuat orang tua, khususnya ibu harus memiliki strategi *coping* yang digunakan untuk meminimalkan kekhawatiran dan ketidaksiapan untuk beradaptasi di masa pandemi COVID-19. Strategi *coping* merujuk pada usaha yang dilakukan secara sadar untuk beradaptasi dengan atau menyelesaikan situasi yang menimbulkan stres (Glidden & Natcher, 2009). Beberapa penelitian terkait strategi *coping* orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) telah dilakukan. Seperti studi penelitian yang dilakukan Moawad (2012) membahas mengenai identifikasi strategi *coping* apa saja yang digunakan ibu yang memiliki ABK dan menentukan hubungan antara strategi *coping* dengan variabel demografi para ibu. Hasil studi mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara usia, penilaian pasif dan mobilisasi keluarga untuk menerima bantuan.

Berdasarkan gambaran fenomena dan pemaparan studi terdahulu tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan kajian terhadap strategi *coping* ibu yang memiliki ABK di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini perlu dilakukan karena penting untuk mengetahui kemampuan ibu yang memiliki ABK dalam beradaptasi maupun menyelesaikan masalah yang timbul akibat stres di masa pandemi.

Strategi *coping* merujuk pada usaha yang dilakukan secara sadar untuk beradaptasi dengan atau menyelesaikan situasi yang menimbulkan stres (Glidden & Natcher, 2009). Pada tahun 1980 Lazarus (dalam Armajayanthi dkk., 2017) memaparkan terdapat skala *coping stress* yang dikenal dengan nama *ways of coping measure*. Komponen yang ada dalam skala tersebut dimasukkan ke dalam dua bentuk *coping stress* yaitu *problem focused coping* merupakan bentuk *coping* yang cenderung diarahkan dalam upaya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan dan *emotion focused coping*

merupakan bentuk *coping* yang digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap situasi yang menekan sehingga individu mampu menilai secara positif situasi yang terjadi (Maryam, 2017). Selain kedua *coping* tersebut, terdapat sebuah usaha dalam bentuk spiritual yang bisa menjadi *coping* dalam menghadapi tantangan seseorang. Seperti yang diungkapkan oleh Michie & Skinner (2010), bahwa ibu melakukan usaha spiritual seperti berdoa akan memberikan dorongan, dukungan dan memiliki makna yang signifikan dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Kemudian terdapat faktor yang mendukung melakukan *coping* diantaranya faktor ekspektasi dan dukungan. Ekspektasi dapat di definisikan sebagai bentuk keyakinan tentang keadaan masa depan (Olson, Roese & Zanna, 1996). Ekspektasi ibu menjadi salah satu faktor untuk melakukan *coping* karena adanya harapan agar masa depan lebih baik. Sementara faktor lain berupa dukungan, juga menjadi faktor pendukung ibu dalam menggunakan strategi *coping*, termasuk mencari dukungan spiritual maupun dukungan sosial (Moawad, 2012).

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Desain ini memiliki dasar filosofis yang kuat dan biasanya menggunakan wawancara (Giorgi, 2012; Moustakas, 1994). Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara semi terstruktur serta observasi melalui nada berbicara partisipan. Sumber data utama dalam penelitian ini berasal dari ibu ABK (*autism spectrum disorder*/ASD dan gangguan berbahasa ekspresif). Jumlah partisipan yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 2 orang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK). Data partisipan seperti usia, riwayat pendidikan dan lainnya akan dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 1. Identitas Partisipan

Partisipan	Usia, tahun	Status	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Usia Anak, tahun	Diagnosis
1	31	Menikah	S1	IRT	3	ASD
2	29	Menikah	S1	Wiraswasta	3	Speech Delayed

Catatan IRT = Ibu Rumah Tangga, ASD = *Autism Spectrum Disorder*

Analisis data disusun secara induktif dimulai dari bagian khusus hingga umum, dan peneliti membuat interpretasi tentang makna pada data. Hasil penulisan laporan memiliki struktur yang fleksibel (Creswell, 2014). Validitas dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber data dengan membandingkan hasil wawancara dan observasi dan *member checking* yang digunakan untuk menentukan ketepatan kualitatif yang ditemukan melalui deskripsi spesifik atau kembali ke tema partisipan dan menentukan keakuratan yang dirasakan partisipan atau *feedback* dari partisipan (Creswell, 2012).

HASIL

Berdasarkan penggalan data melalui wawancara semi terstruktur diperoleh hasil penelitian sebagai berikut:

Tema 1: aktivitas ibu sebelum dan saat pandemi

P1 mengungkapkan aktivitas sebelum pandemi diantaranya seperti melakukan aktivitas pekerjaan rumah tangga, mengurus anak, dan memberi stimulus pada anggota gerak anak. Ketika dimasa pandemi, P1 mengungkapkan bahwa perubahan aktivitas yang dilakukan diantaranya adalah memberikan perhatian lebih pada aktivitas memasak. Sementara P2 mengungkapkan bahwa aktivitas yang dilakukan sebelum pandemi diantaranya melakukan pekerjaan bisnis, membantu bisnis suami, serta mengurus anak. Sedangkan perubahan aktivitas di masa pandemi P2 mengungkapkan aktivitas menjadi lebih banyak dirumah serta adanya perubahan kegiatan kerja, berupa kegiatan *online* yang meningkat.

Tema 2: pencegahan COVID-19

P1 mengungkapkan bahwa keluarga mereka melakukan pencegahan COVID-19 baik secara internal maupun eksternal. Pencegahan internal yang dilakukan P1 diantaranya berupa konsumsi vitamin untuk menunjang daya tahan tubuh. Sementara pencegahan eksternal yang harus dilakukan P1 dan keluarga adalah dengan menjaga kebersihan diri dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Selain itu P1 juga mengungkapkan upaya lain yang dilakukan

adalah menggunakan masker dan menyemprot tangan dengan *hand sanitizer*. Sementara P2 mengungkapkan bahwa pencegahan eksternal lain diantaranya melalui tindakan pemerintah dalam melakukan aktivitas penyemprotan di semua rumah dan menutup toko di daerah sekitar tempat tinggal.

Tema 3: tantangan ibu

P1 mengungkapkan tantangan yang dihadapi ibu dimasa pandemi adalah menghadapi perilaku *maladaptive* anak, kemudian adanya kecemburuan pada anak dengan disabilitas terhadap saudara kandung yang baru lahir. Kemudian tantangan lain yang dihadapi P1 di masa pandemi adalah adanya rasa cemas karena perubahan rutinitas di masa pandemi maupun rasa takut jika terinfeksi virus. Sementara tantangan yang dihadapi P2 di masa pandemi adalah adanya perubahan aktivitas yang menimbulkan kecemasan karena kegiatan tidak berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Perubahan tersebut membuat P2 harus menata ulang daftar kegiatan harian, karena apa bila kegiatan tidak sesuai dengan daftar kegiatan tersebut akan membuat P2 merasa semakin stres. Selain itu P2 juga mengungkapkan tantangan lain yang dihadapi adalah adanya penurunan perkembangan bahasa anak yang menimbulkan stres pada ibu.

Tema 4: strategi coping ibu ABK

Dalam tema empat terungkap mengenai strategi *coping* yaitu *problem focused coping*/PFC, *emotion focused coping*, usaha spiritual; dukungan; serta faktor-faktor yang mampu memengaruhi ibu dalam melakukan *coping*. P1 menerapkan PFC dalam menghadapi rasa kekhawatiran di masa pandemi dengan memberikan perhatian lebih pada aktivitas memasak. Melalui aktivitas memasak mengurangi rasa khawatir dan membuat P1 lebih tenang. Sementara P2 menerapkan *emotion focused coping* untuk menerima sikap suami yang tidak konsisten dalam menerapkan aturan di masa pandemi. Sedangkan usaha spiritualitas diterapkan P1 untuk mengurangi rasa khawatir dan rasa takut di masa pandemi.

Tema 5: Efek strategi coping ibu

P1 mengungkapkan bahwa melalui penerapan PFC dengan mulai belajar dan memahami kondisi anak yang digunakan dalam menghadapi tantangan terkait rendahnya pengetahuan terhadap kondisi anak, memberikan efek berupa peningkatan pengetahuan ibu. Sementara efek dari penerapan *emotion focused coping* dan usaha spiritual yang dilakukan P2 berupa ketenangan setelah melakukan meditasi dan kegiatan religiusitas.

Tema 6: makna sebagai ibu ABK

Dalam tema ini terbagi menjadi dua makna oleh ibu. Pertama adalah makna ibu sebagai ibu dari ABK. P1 menilai atau memaknai sebagai pengasuh ABK merupakan tanggungjawab seorang ibu. Kemudian P1 juga mengungkapkan bahwa nilai anak bagi ibu adalah anak merupakan amanah dari Allah, sementara P2 mengungkapkan bahwa nilai setiap anak adalah spesial.

PEMBAHASAN

Berikut merupakan hasil dari penelitian yang didukung penelitian sebelumnya atau bahkan menjadi informasi baru dalam penelitian ini. Dalam penelitian ini P1 mengungkapkan bahwa aktivitas sehari-hari sebelum pandemi adalah melakukan aktivitas rumah tangga seperti pada umumnya seperti mencuci, memasak, mengasuh anak. Pernyataan tersebut menguatkan penelitian sebelumnya bahwa aktivitas domestik yang dilakukan ibu diantaranya seperti memasak, mencuci baju, mengasuh anak, kemudian aktivitas yang berhubungan dengan agama dan spiritualitas (Humbert, 2016; Thompson & Bryan, 2018). Sementara P2 mengungkapkan aktivitas ibu selain yang diungkapkan P1 adalah bekerja dan membantu suami.

Sementara aktivitas yang dilakukan ibu di saat pandemi mengalami beberapa perubahan. P1 mengungkapkan bahwa di masa pandemi perubahan aktivitas diantaranya seperti memberikan perhatian lebih pada aktivitas memasak, sehingga kebersihan dan kualitas makanan bisa dipastikan terjaga. Memastikan keamanan makanan selama dan setelah era

COVID-19 penting dilakukan untuk mengurangi resiko infeksi COVID-19 (Olaimat et al., 2020; Suryani & Jannah, 2021). Kemudian perubahan aktivitas lain adalah membantu anak untuk beradaptasi di masa pandemi. Seperti membantu menggunakan masker, membantu mencuci tangan, membantu menggunakan *handsanitizer* (Desiyanto & Djannah, 2013). Pernyataan P1 menjadi data temuan baru dalam penelitian ini, karena penelitian sebelumnya hanya mengungkapkan masalah pengasuhan yang menimbulkan stres, kelelahan (Sari et al., 2021) dan terganggunya kesejahteraan emosi anak tanpa memberikan gambaran perubahan aktivitas apa yang terjadi (Morelli, et al., 2020).

Terkait tema pencegahan COVID-19, P1 mengungkapkan bahwa selama masa pandemi, pencegahan secara internal yang dilakukan adalah ibu dan keluarga harus mengonsumsi asupan penunjang daya tahan tubuh. Peningkatan konsumsi air, sayur, buah, daging merah, ayam, ikan, susu serta mengurangi membeli makanan kemasan mampu mengurangi resiko penularan virus (Yilmaz, et al., 2020). Selanjutnya pencegahan secara eksternal yang dilakukan oleh P1 diantaranya adalah dengan menerapkan PHBS menjadi informasi tambahan yang baik untuk masyarakat karena penerapan PHBS belum diterapkan dengan maksimal pada keluarga maupun anak (Suryani et al., 2020), membatasi kegiatan di luar rumah, menggunakan masker, menyemprot tangan dengan *hand sanitizer*. Sebuah studi juga mengungkapkan bahwa upaya yang efektif mengendalikan COVID-19 diantaranya menghindari jabat tangan, mencuci tangan menggunakan sabun, menggunakan masker, menjaga jarak serta menghindari keramaian (Kebede et al., 2020; Tripathi, et al., 2020). Dalam penelitian ini terdapat temuan baru mengenai adanya sanksi sosial bisa menjadi salah satu upaya pencegahan penularan COVID-19. Tantangan pengasuhan yang dihadapi ibu diantaranya seperti *maladaptive behavior* anak (*mood* anak tidak stabil, rewel atau tantrum), kemudian di masa pandemi P1 telah melakukan persalinan, sehingga anak pertama menjadi seorang kakak. Di awal-awal memiliki saudara, anak menunjukkan perilaku

kecemburuan terhadap saudara, dari pernyataan tersebut muncul informasi baru yaitu kecemburuan anak disabilitas terhadap saudara kandung non-disabilitas.

Penelitian terdahulu mengungkapkan bahwa saudara kandung non-disabilitas cenderung memiliki kecemburuan terhadap saudaranya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anak dengan disabilitas dapat mengambil perhatian yang diinginkan oleh saudara kandung, sehingga menimbulkan kecemburuan (Schmidtová, 2018). Namun perilaku cemburu ternyata juga ditunjukkan anak disabilitas terhadap saudara kandung non-disabilitas. Sebuah tantangan lain yang dihadapi ibu di masa pandemi berkaitan dengan beban psikologis berupa rasa cemas karena adanya perubahan rutinitas seperti yang diungkapkan P2 maupun rasa takut terinfeksi seperti yang diungkapkan P1. Kenyataan ini menunjukkan bahwa pandemi memberikan dampak terhadap psikologis orang tua berupa level stres (Araújo et al., 2020), serta menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan bagi individu (Otu et al., 2020).

Strategi *coping* yang diterapkan ibu di masa pandemi diantaranya PFC yang lebih mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung. P1 mengungkapkan salah satu cara mengurangi rasa khawatir di masa pandemi adalah dengan memberikan perhatian lebih pada aktivitas memasak. Pernyataan tersebut relevan dengan hasil penelitian bahwa selama masa pandemi bagi beberapa responden memasak mungkin bisa digunakan sebagai strategi untuk mengurangi kecemasan dan stres di masa pandemi (Lazzarin et al., 2020).

Sementara *emotion focused coping* sebagai bentuk *coping* yang diarahkan untuk mengatur respon emosional terhadap situasi yang menekan, membuat individu mampu menilai secara positif atau menghindari permasalahan yang menjadi penyebab tekanan pada emosi meskipun hanya sementara saja (Maryam, 2017). P2 mengungkapkan bahwa dirinya menghadapi sikap suami yang tidak konsisten dalam mengikuti protokol kesehatan dengan menerimanya. Kemudian terkait usaha spiritual, P1 mengungkapkan bahwa melalui kegiatan spiritual seperti berdoa dapat menjaga kebersihan rohani dan mengurangi rasa takut di

masa pandemi. Sementara menurut P2 melalui usaha spiritual dan meditasi mampu memberikan ketenangan pikiran dan emosi. Kegiatan spiritual dapat memberikan dorongan, dukungan dan memiliki makna yang signifikan untuk menghadapi kehidupan sehari-hari (Michie & Skinner, 2010).

Tema berikutnya efek strategi *coping* ibu, P1 mengungkapkan melalui penerapan PFC berupa pengambilan keputusan untuk mulai belajar dan memahami kondisi anak membuat pengetahuan ibu meningkat sehingga ibu mampu menghadapi tantangan minimnya pengetahuan. Ibu yang memiliki pengetahuan yang kuat dapat terbantu dalam menghadapi tuntutan pengasuhan pada anak (Olawale et al., 2013). Sementara efek dari penerapan *emotion focused coping* dan usaha spiritual bagi P2 adalah memberikan ketenangan yang didapatkan melalui meditasi dan religiusitas. Pernyataan tersebut relevan dengan studi yang dilakukan oleh Miranda (2013) bahwa subjek cenderung menggunakan *emotion focused coping* yang berupa dukungan sosial emosional, interpretasi positif, penolakan dan religiusitas. P2 mengungkapkan meditasi dan religiusitas juga menjadi salah satu waktu luang yang bisa dinikmati oleh ibu, dengan cara mendengarkan podcast mengenai meditasi yang ada di *spotify*.

Kedua ibu juga melakukan pemaknaan terhadap perannya sebagai ibu ABK dan kehadiran ABK. P1 mengungkapkan bahwa makna menjadi ibu dari ABK merupakan sebuah tanggung jawab. Pernyataan tersebut selaras dengan anggapan masyarakat bahwa tugas ibu adalah merawat anak-anaknya (Duncan, 2003). Sementara nilai anak bagi ibu, seperti yang diungkapkan oleh P1 bahwa anak merupakan amanah dari Allah, sementara P2 mengungkapkan bahwa setiap anak adalah spesial. Seperti yang diungkapkan oleh sebuah penelitian bahwa proses penerimaan diri sebagai ibu dari anak dengan gangguan spektrum autisme diakhiri dengan kesadaran bahwa mereka adalah individu pilihan Tuhan yang diberi amanah mengasuh anak istimewa, dimana anak merupakan ladang ibadah (Daulay dkk, 2018).

KESIMPULAN

Dari penelitian terungkap bahwa ibu yang memiliki ABK melakukan proses adaptasi terhadap kondisi pandemi Covid-19 melalui strategi *coping* yang digunakan. Ada perubahan dalam aktivitas ibu sebelum dan saat pandemi, karena bertambah dengan kegiatan untuk upaya pencegahan COVID-19 dengan mengikuti protokol kesehatan. Ibu menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada problem maupun emosi, serta upaya spiritual. Kombinasi strategi tersebut membantu ibu ABK untuk beradaptasi dengan tugas pengasuhan dalam kondisi pandemi.

Informasi ini dapat dimanfaatkan oleh ibu ABK dengan kondisi yang serupa dalam menerapkan strategi *coping* di masa pandemi. Penerapan *coping* yang dilakukan ibu dapat membantu mengatasi tantrum pada anak, mengurangi rasa khawatir, serta menghindari stres. Ibu juga bertindak aktif dalam melakukan usaha pencegahan COVID-19 melalui kerjasama dengan suami, mengatur konsumsi makanan yang menunjang daya tahan tubuh, serta menerapkan protokol yang dianjurkan pemerintah seperti menggunakan masker, menerapkan PHBS, dan tidak menganggap remeh pandemi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akkus, P. Z., Yoldas, T. C., Kurtipek, G., & Özmert, E. N. (2018). Speech Delay in Toddlers: are the Only "Late Talkers"? *The Turkish Journal of Pediatrics*, *60*, 165-172. doi: 10.24953/turkjped.2018.02.008
- Apnoza, R., Madjid, E. M., & Savitri, L. S. Y. Penerapan Pivotal Response Training oleh Orangtua untuk Meningkatkan Kemampuan Attention pada Anak dengan Autism Spectrum Disorder. *Jurnal Psikologi*, *11*(1), 43-59. doi: <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i1.2073>
- Araújo, L. A., Veloso, C., Souza, M. dC., Azevedo, J. M. C., & Tarro, G. (2020). *Journal de Pediatria*. doi: 1016/j.jpmed.2020.08.008.

- Bawalsah, J. A. (2016). Stress and Coping Strategies in Parents of Children with Physical, Mental, and Hearing Disabilities in Jordan. *International Journal of Education*, 8(1). doi:10.5296/ije.v8i1.881
- Campbell, V. A., Gilyard, J. A., Sinclair, L., Sternberg, T., & Kailes, J. I. (2009). Preparing for and Responding to Pandemic Influenza: Implications for People with Disabilities. *American Journal of Public Health*. doi:10.2105/AJPH.2009.162677.
- Cluver, L. Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Kurg, E., Rakotomalala, S., et al. (2020). Parenting in a Time of COVID-19. *The Lancet Journal*. doi 10.1016/S0140-6736(20)30736-4
- Creswell, J.W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (4th ed.)*. Sage Publications.
- Creswell, J.W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research (4th ed.)*. Pearson Education.
- Daulay, N., Ramdhani, N., & Hadjam, N. R. (2018). Proses Menjadi Tangguh Bagi ibu yang Memiliki Anak dengan Gangguan Spektrum Autis. *Humanitas*, 15(2), 96-113.
- Desiyanto, F. A. & Djannah, S. N. (2013). Efektivitas Mencuci Tangan Menggunakan Cairan Pembersih Tangan Antiseptik (*Handsanitizer*) Terhadap Jumlah Angka Kuman. *Kesmas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 75-82.
- Dubey, S., Biswas, P., Ghosh, R., Chatterjee, S., Dubey, M. J., Chatterjee, S., et al. (2020). Psychosocial Impact of COVID-19. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 14, 779-788. doi: https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.05.035
- Duncan, S. (2003). Mothers, care and employment: values and theories, esrc research group for the study of care, values and the future of welfare (working paper no.1), may 2003. *Leeds: ESRC Research Group for the Study of Care, Values and the Future of Welfare*, University of Leeds.
- Figueiredo, C. S. de., Sandre, P. C., Portugal, L. C. L., Oliveira, T. M., Chagas, L. S., Raony, I., et al. (2021). COVID-19 Pandemic Impact on Children and Adolescents's Mental Health: Biological, Environmental, and Social Factors. *Progress in neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*, 106, 1-8. doi: https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110171
- Garbacz, S. A., McIntyre, L. L., & Santiago, R. T. (2016). Family Involvement and Parent-Teacher Relationships for Students with Autism Spectrum Disorders. *School Psychology Quarterly*, 31(4). doi: http://dx.doi.org/10.1037/spq0000157
- Giorgi, A. (2012). The descriptive phenomenological method in psychology: A modified Husserlian approach. *Journal of Phenomenological Psychology*.
- Glidden, L. M. & Natcher, A. L. (2009). Coping Strategy Use, Personality, and Adjustment of Parents Rearing Children with Developmental Disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(12), 998-1013. doi: 10.1111/j.1365-2788.2009.01217.x
- Hagger, M. S., Keech, J. J., & Hamilton, K. (2020). Managing Stress during The Coronavirus Disease 2019 Pandemic and beyond: Reappraisal and Mindset Approaches. *Stress Health*. doi: 10.1002/smi.2969.
- Humbert, T. (2016). *Spirituality and occupational therapy: a model for practice and research*. AOTA press: Bethesda, MD.
- Horiuchi, S., Shinohara, R., Otawa, S., Akiyama, Y., Ooka, T., Kojima, R., et al. (2020). Caregiver's Mental Distress and Child Health during the COVID-19 Outbreak in Japan. *PLOS ONE*, 15(12). doi: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0243702
- Howard, P. L., Liversedge, S. P., & Benson, V. (2017). Benchmark Eye Movements Effects During Natural Reading in

- Autism Spectrum Disorder. *Journal of Experimental Psychology: Learning Memory and Cognition*, 43(1), 109-127. doi:
<http://dx.doi.org/10.1037/xlm0000289>
- Kebede, Y., Yitayih, Y., Birhanu, Z., Mekonen, S., & Ambelu, A. (2020). Knowledge, Perceptions and Preventive Practices Towards COVID-19 Early in the Outbreak among Jimma University Medical Center Visitors, Southwest Ethiopia. *Plos One*, 15(5). doi:10.1371/journal.pone.0233744
- Lazzarin, P., Fernandes, C. M., Gines, A. P., Carolina, A., Cláudia, A., & Luci, G. (2020). Coping Skills During the COVID-19 Pandemic. *Revista de Nutrição*. doi: 10.1590/1678-9865202033e200172
- Manwaring, S. S., Mead, D. L., Swineford, L., & Thurm, A. Modelling Gesture Use and Early Language Development in Autism Spectrum Disorder. *International Journal Lang Commun Discord*, 52(5), 637-651. doi: doi:10.1111/1460-6984.12308
- Maryam, Siti. (2017). Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101-107.
- Michie, M., & Skinner, D. (2010). Narrating disability, narrating religious practice: reconciliation and fragile x syndrome. *National of Health Institutes*, 48(2), 99-111. doi:10.1352/1934-9556-48.2.99
- Moawad, G. E. N. A. (2012). Coping Strategies of Mothers Having Children with Special Needs. *Journal Biology Agriculture and Healthcare*, 2(8). <https://www.iiste.org/Journals/index.php/JBAH/article/view/2867/2893>
- Morelli, M., Cattellino, E., Baicoco, R., Trumello, C., Babore, A., Candelori, C., & Chirumbolo, A. (2020). Parents and Children During the COVID-19 Lockdown: The Influence of Parenting Distress and Parenting Self-Efficacy on Children's Emotional Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 11. doi: 10.3389/fpsyg.2020.584645
- Morgan, A., Fisher, S. E., Scheffer, I., & Hildebrand, M. FOXP2- Related Speech and Language Disorder. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27336128/>.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. Sage Publications.
- Olaimat, A. N., Shahbaz, H. M., Fatima, N., Munir, S., & Holley, R. A. (2020). Food Safety During and After the Era of COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Microbiology*. doi:10.3389/fmicb.2020.01854
- Olawale, O. A., et al. (2013). Psychological impact of cerebral palsy on families: the african perspective. *Journal of Neuroscience in rural practice*. doi: 10.4103/0976-3147.112752
- Olson, J. M., Roese, N. J., & Zanna, M. P. (1996). *Expectancies*. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of Basic Principles* (pp. 211– 238). New York: Guilford Press.
- Otu, A., Charles, C. C., & Yaya, S. (2020). Mental Health and Psychosocial Well-being During the COVID-19 Pandemic: the Invisible Elephant in the Room. *International Journal of Mental Health Systems*. doi:10.1186/s13033-020-00371-w
- Permatasari, A. N., Inten, D. N., & Widiyanto, K. N. (2021). Keintiman Komunikasi Keluarga saat Social Distancing Pandemi COVID-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 346-359. doi: <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.577>
- Rachmayanti, S. & Zulkaida, A. (2007). Penerimaan Diri Orangtua Terhadap Anak Autisme dan Peranannya dalam Terapi Autisme. *Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Russell, R. S. (2011). A Practical Approach to Implementing Therapy for Children with Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Play Therapy*, 20(4), 224-235. doi: 10.1037/a0024823
- Salter, K., Beamish, W., & Davies, M. (2016). The Effects of Child-Centered Play Therapy (CCPT) on the Social and Emotional Growth of Young Australian Children with Autism. *International*

- Journal of Play Therapy*, 25(2), 78-90.
doi:
<http://dx.doi.org/10.1037/pla0000012>
- Sari, D. A., Mutmainah, R. N., Yulianingsih, I., Tarihoran, T. A., Bahfen, M. (2021). Kesiapan Ibu Bermain Bersama Anak Selama Pandemi COVID-19 “Di Rumah Saja”. *Journal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 476-489. doi:
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.548>
- Schmidtová, V. (2018). Sibling Relationships of Children with Disability. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/329416135_Sibling_relationships_of_children_with_disability.
- Shriberg, L. D., Strand, E. A., Jakielski, K. J., & Mabie, H. L. (2019). Estimates of the Prevalence of Speech and Motor Speech Persons with Complex Neurodevelopmental Disorders. *Clinical Linguistic & Phonetics*, 33(8), 707-736. doi:
<https://doi.org/10.1080/02699206.2019.1595732>
- Singh, S., Roy, D., Sinha, K., Parveen, S., Sharma, G., & Joshi, G. (2020). Impact of COVID-19 and Lockdown on Mental Health of Children and Adolescents: a Narrative Review with Recommendations. *Psychiatry Research*, 293, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113429>
- Singogo, C., Mweshi, M., & Rhoda, A. (2015). Challenges experienced by mothers caring for children with cerebral palsy in zambia. *South African Journal of Physiotherapy*, 71(1). doi:
[doi:org/10.1155/2013/914738](https://doi.org/10.1155/2013/914738)
- Suryani, D., Maretalinia, Suyitno, Oktina, B. R., Juliansyah, E., et al. (2020). The Clean and Healthy Live Behavior (PHBS) among Elementary School Students in East Kuripan, West Nusa Tenggara Province. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 10-22. doi:
<https://doi.org/10.26553/jikm.2020.11.1.10-22>
- Suryani, D. & Jannah, A. A. (2021). Determinan Penerapan Higiene Sanitasi Makanan pada Pedagang Angkringan Selama Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 882-891. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/2156/pdf>.
- Thompson, K. & Bryan, M. (2018). Use of religious observance as a meaningful occupation in occupational therapy. *The Open Journal of Occupational Therapy*. doi: 10.15453/2168- 6408.1296.
- Tripathi, R., Alqahtani, S.S., Albarraq, A.A., Meraya, A. M., Tripathi, P., Banji, D., et al. (2020). Awareness and Preparedness of COVID-19 Outbreak Among Healthcare Workers and Other Residents of South-West Saudi Arabia: A CrossSectional Survey. *Frontiers in Public Health*, 8. doi: 10.3389/fpubh.2020.00482
- Wardani, A. & Ayriza, Y. (2021). Analisis Kendala Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 772-782. doi: 10.31004/obsesi.v5i1.705
- Yilmaz, H. O., Aslan, R., & Unal, C. (2020). Effect the COVID-19 Pandemic on Eating Habits and Food Purchasing Behavior of University Students. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 15(3), 154-159. doi: 10.21109/kesmas.v15i