HUBUNGAN KEBAHAGIAAN PERNIKAHAN DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PENERIMAAN DIRI PADA IBU ANAK DISABILITAS

Sri Ayatina Hayati¹, Eka Sri Handayani², Nurmiati³

^{1,2,3}Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, Indonesia

Email: hayati.sriayatina@gmail.com

Article Info

History

Articles

Received:

22 September 2025

Accepted:

25 September 2025

Published:

30 September 2025

Kata Kunci:

*Kebahagiaan Pernikahan,
Dukungan Sosial,
Penerimaan Diri*

Keywords:

*Marriage happiness; social
support; self acceptance*

Abstrak

Kebahagiaan pernikahan dikelola melawati komunikasi yang baik, saling menghargai, kepercayaan, dan komitmen, serta kemampuan untuk mengatasi konflik dan menciptakan momen bahagia bersama. Salah satu penerimaan diri pada ibu hal ini faktor dipengaruhi yakni mempunyai anak disabilitas yaitu dukungan sosial. Individu yang tinggal pada suatu lingkungan *supportif* kondisinya jauh lebih bahagia dari pada mereka yang keuntungan ini belum didapatkan. Dukungan sosial keluarga mengarah pada dukungan-dukkungan sosial yang dianggap dapat dijangkau oleh keluarga. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial terhadap penerimaan diri pada ibu anak disabilitas Di SLBN 3 Banjarmasin. Desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian korelasional. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diteliti, yaitu variabel (X1) kebahagiaan pernikahan dan (X2) Dukungan Sosial yang merupakan variabel bebas dan variabel (Y) Penerimaan Diri yang merupakan variabel terikat. Sampel penelitian diambil sebanyak 94 ibu dari anak disabilitas. Dengan analisis regresi linear berganda yang berbasis OLS (*Ordinary Least Square*). Adapun hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif signifikan antara kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial terhadap penerimaan diri ibu dari anak disabilitas

Abstract

This study aims to examine the relationship between marital happiness and social support with self-acceptance among mothers of children with disabilities at SLBN 3 Banjarmasin. Marital happiness is influenced by good communication, mutual respect, trust, commitment, and the ability to resolve conflicts and create joyful moments. For mothers of children with disabilities, social support is a key factor in fostering self-acceptance. Those living in supportive environments tend to experience greater well-being than those without such support. This correlational research involved 94 mothers of children with disabilities as respondents. The independent variables were marital happiness (X1) and social support (X2), while the dependent variable was self-acceptance (Y). Data were analyzed using multiple linear regression with the Ordinary Least Squares (OLS) method. The results showed a significant positive relationship between marital happiness and social support with self-acceptance. This indicates that higher levels of marital happiness and perceived social support contribute to greater self-acceptance among mothers raising children with disabilities

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan salah satu tahapan penting dalam kehidupan manusia yang bertujuan membangun keluarga yang utuh dan harmonis dengan landasan keimanan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 Pasal 1 menjelaskan bahwa perkawinan yaitu ikatan lahir dan batin diantara pria dengan wanita sebagai suami istri guna membentuk rumah tangga yang bahagia dan kekal di bawah lindungan Tuhan. Dengan demikian, pernikahan tidak hanya dilihat sebagai peristiwa hukum atau sosial, tetapi juga sebagai langkah sakral dalam memulai kehidupan bersama yang penuh komitmen.

Selain sebagai institusi formal, pernikahan berperan penting dalam menciptakan kesejahteraan psikologis keluarga. Hubungan suami dan istri yang harmonis membantu terciptanya stabilitas emosi, komunikasi yang sehat, dan pola pengasuhan anak yang positif. Kebahagiaan dalam pernikahan menjadi modal utama bagi ketahanan keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Ketika pasangan dianugerahi anak dengan kondisi disabilitas, situasi ini sering kali menjadi ujian besar. Kemampuan pasangan menjaga kualitas hubungan pernikahan sangat menentukan kesiapan seorang ibu dalam menerima kondisi dirinya dan keadaan anak.

Pernikahan juga diyakini sebagai sarana untuk memperoleh ketenteraman batin dan pemenuhan kebutuhan emosional orang dewasa. Kebahagiaan dalam pernikahan muncul ketika pasangan mampu mempertahankan interaksi positif secara konsisten (Sihombing & Cutmetia, 2024). Baik suami maupun istri diharapkan dapat merasakan kebahagiaan yang sifatnya subjektif dan berbeda pada setiap pasangan, yang meliputi rasa aman, damai, dan kepuasan emosional yang umumnya meningkat setelah menikah. Jackson dkk. dalam Rahmananda dkk (2022) mengemukakan bahwa tingkat kepuasan pernikahan antara laki-laki dan perempuan pada dasarnya serupa, walaupun perempuan terkadang melaporkan tingkat kepuasan yang sedikit lebih rendah dibandingkan laki-laki.

Kepuasan pernikahan memiliki kaitan erat dan signifikan dengan tingkat kebahagiaan serta kepuasan hidup, namun secara statistik tidak menunjukkan perbedaan mencolok menurut jenis kelamin. dari laki-laki ataupun perempuan dilaporkan merasakan kebahagiaan yang setara (Puspitawati, Azizah, Mulyana, & Rahmah, 2019). Dalam konteks keluarga yang mempunyai anak dengan autisme, penerimaan ibu terhadap kondisi anak berperan penting dalam membentuk perilaku dan kesejahteraan emosional. Ibu yang kesulitan menerima keadaan anaknya kerap merasakan tekanan psikologis, menunjukkan perilaku negatif, dan terkadang memperlakukan anak secara berbeda, seperti menyembunyikan keberadaan anak atau membatasi interaksi sosialnya. Sebaliknya, ibu yang mampu menerima kondisi anak akan memberikan kasih sayang secara wajar, tanpa pembedaan berlebihan terhadap anak dengan autisme (Sulistyorini & Wibawa, 2018). Selain faktor internal berupa kebahagiaan pernikahan, dukungan sosial juga terbukti berperan penting dalam proses penerimaan diri ibu yang mempunyai anak disabilitas. Dukungan tersebut dapat bersumber dari pasangan, keluarga, sahabat, maupun komunitas orang tua bersama anak berkebutuhan khusus, dan dapat meliputi dukungan emosional, informasional, hingga bantuan praktis. Lingkungan yang suportif membantu ibu merasa dihargai, menumbuhkan optimisme, dan mengurangi beban psikologis.

Syahrani & Daliman (2024) menjelaskan bahwa penerimaan diri yaitu kemampuan individu dengan menghormati dirinya, merasa nyaman dengan kondisi yang dimiliki,

mengenalikan harapan, ketakutan, dan emosi tanpa harus puas secara berlebihan terhadap diri sendiri, melainkan memiliki kebebasan dalam memahami perasaannya. Penerimaan orang tua sangat menentukan perkembangan anak dengan autisme di kemudian hari. Apabila orang tua gagal menerima kondisi anak, hal ini dapat menimbulkan perasaan tidak dimengerti dan penolakan dari anak, yang kemudian memicu perilaku tidak diinginkan (Pujiastuti, 2021). Ibu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan lebih mudah menyesuaikan diri dan menunjukkan kedewasaan emosional, sehingga dapat menerima kondisi anak dengan lebih positif.

Hasil Wawancara terhadap Tiga Orang Ibu terkait "Kebahagiaan Pernikahan dan Dukungan Sosial terhadap Penerimaan Diri pada Ibu Anak dengan Disabilitas" pada tanggal 3 Maret 2025. Ibu A (35 tahun, ibu dari anak dengan grahita ringan), Ibu B (40 tahun, ibu dari anak dengan grahita sedang), Ibu C (45 tahun, ibu dari anak dengan sindrom Down). Berdasarkan dari hasil wawancara Ibu A: "Awalnya beliau merasa sangat terpukul dan sulit menerima kenyataan. Pernikahan saya sempat mengalami masa-masa sulit karena beliau dan suami sering berselisih paham tentang bagaimana cara terbaik merawat anak mereka. Namun, seiring waktu, mereka belajar untuk saling mendukung dan menghadapi tantangan ini bersama. Dalam dukungan sosial sangat membantu. Karena beliau bergabung dengan komunitas orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dengan berbagi cerita, beliau merasa tidak sendirian. Keluarga besar beliau juga cukup mendukung, meskipun di awal mereka tidak terlalu tau cara memahami kondisi anaknya. Dukungan sosial membuat beliau merasa lebih kuat dan tidak merasa sendiri. Beliau juga mulai menerima bahwa menjadi ibu dari anak dengan disabilitas yaitu anugerah yang unik. Anaknya mengajarkan banyak hal tentang kesabaran dan cinta tanpa syarat.

Hasil wawancara terhadap Ibu B: beliau merasa pernikahan mereka diuji dengan sangat berat. Ada saat di mana beliau merasa suami kurang terlibat dalam merawat anaknya. Namun, setelah mereka berdiskusi lebih dalam, mereka berusaha untuk lebih kompak dan saling mendukung. Kini, beliau merasa lebih bahagia karena suami mulai lebih memahami kondisi anak mereka. Beliau merasa lingkungan sosialnya cukup beragam. Dengan memberikan dukungan, namun juga yang memberi komentar negatif. Beliau lebih memilih untuk fokus pada orang-orang yang memberi dukungan, seperti teman-teman yang memahami kondisi anaknya dan juga para guru di sekolah anaknya. Beliau belajar bahwa penerimaan diri butuh proses. Dengan adanya orang-orang yang mendukungnya, beliau bisa lebih fokus pada hal-hal positif dan tidak terus-menerus merasa sedih atau bersalah. Beliau lebih bisa melihat potensi anaknya daripada keterbatasannya.

Dan hasil wawancara Ibu C: Bagi beliau, kebahagiaan dalam pernikahan tetap ada, meskipun dengan cara yang berbeda. Awalnya sulit, tetapi mereka akhirnya memahami bahwa kebahagiaan bukan hanya tentang memiliki keluarga yang 'sempurna', tetapi bagaimana mereka bisa tetap bersatu menghadapi tantangan bersama. Dukungan sosial dari keluarga sangat membantu beliau. Orang tua beliau sering membantu menjaga anak ketika saya butuh waktu sendiri. Selain itu, tetangga dan teman dekat juga mendukung dengan tidak memandang anaknya sebelah mata. Itu sangat berarti bagi beliau. Dukungan sosial memberi saya energi untuk tetap optimis. Dengan berbagi pengalaman dengan ibu-ibu lain yang memiliki situasi serupa, beliau semakin yakin bahwa saya mampu menjadi ibu yang baik bagi anaknya, apa pun kondisinya.

Berdasarkan hasil wawancara, kebahagiaan dalam pernikahan ibu yang mempunyai anak disabilitas dipengaruhi oleh sejumlah faktor penting, seperti dukungan suami, kualitas komunikasi dalam keluarga, serta kemampuan menerima kondisi anak. Dukungan sosial bermula dari keluarga besar, teman, maupun komunitas turut berperan besar dalam membantu ibu menerima dirinya dan menjalankan peran sebagai orang tua.

Dukungan yang diterima semakin banyak maka semakin positif pula cara ibu menghadapi tantangan yang muncul. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap tiga pasang orang tua dengan anak autisme, yang menunjukkan bahwa penerimaan orang tua dipengaruhi oleh dukungan sosial, pemahaman masyarakat, peran para ahli, tingkat pendidikan, dan kondisi ekonomi. Bentuk dukungan tersebut dapat berupa dukungan materi, fisik, psikologis, maupun informasi (Rizky, 2023).

Husada (2024) menjelaskan bahwa dukungan sosial yaitu informasi yang diterima seseorang dari lingkungannya, yang membuat individu merasa dicintai, dihargai, dijaga, dan menjadi bagian dari suatu jaringan sosial tertentu. Dukungan ini menumbuhkan kesadaran bahwa terdapat lingkungan terdekat, seperti keluarga, yang siap mendampingi ketika menghadapi tekanan (Anggraeni & Hijrianti, 2023). Senada dengan itu, Inayati & Prihartanti (2022) menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan proses hubungan antarindividu yang menumbuhkan persepsi bahwa seseorang disayangi, dihargai, dan dibantu dalam menghadapi berbagai tekanan hidup.

Bukhari (2022) mengemukakan bahwa faktor eksternal, seperti struktur keluarga, turut memengaruhi tingkat dukungan sosial, meskipun pengaruhnya tidak sebesar faktor internal. Pada ibu yang memiliki anak autisme, struktur keluarga umumnya terdiri atas lebih dari tiga anggota. Perbedaan jumlah anggota keluarga tersebut dapat menimbulkan variasi tingkat dukungan sosial yang diterima setiap keluarga. Sementara itu, Karin et al. (2023) menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan faktor utama yang memengaruhi penerimaan diri ibu dengan anak autisme. Ibu yang hidup dalam lingkungan keluarga yang suportif cenderung memiliki kondisi psikologis lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak memperoleh dukungan serupa. Dukungan sosial keluarga dapat berasal dari pasangan, anak, saudara kandung, maupun orang tua, dan mencakup dukungan informasional, penilaian, instrumental, serta emosional. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak disabilitas di SLBN 3 Banjarmasin.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu penelitian yang berfokus pada data berupa angka sejak proses pengumpulan hingga tahap analisis (Siyoto & Sodik, 2015). Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk mengetahui keterkaitan antara kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak penyandang disabilitas di SLBN 3 Banjarmasin.

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel utama, yaitu kebahagiaan pernikahan (X1) dan dukungan sosial (X2) sebagai variabel bebas, serta penerimaan diri (Y) sebagai variabel terikat. Variabel bebas dimaknai sebagai faktor yang memengaruhi perubahan pada variabel

lain, sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh keberadaan variabel bebas.

Populasi penelitian mencakup seluruh ibu yang memiliki anak disabilitas di SLBN 3 Banjarmasin. Dari jumlah tersebut, diperoleh 94 responden yang ditetapkan sebagai sampel penelitian. Analisis data dilakukan dengan menggunakan regresi linear berganda berbasis *Ordinary Least Square* (OLS) untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

Sebelum uji regresi dilakukan, penelitian ini terlebih dahulu melaksanakan uji asumsi klasik, yang meliputi uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji multikolinearitas. Tahap ini dimaksudkan untuk memastikan model regresi yang digunakan memenuhi syarat kelayakan, sehingga hasil analisis dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang mengkaji hubungan antara kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial terhadap penerimaan diri pada ibu anak disabilitas Di SLBN 3 Banjarmasin. Hasil Analisis Hubungan Antar Variabel, yaitu:

1. Analisis Korelasi

Tabel 1. Analisis Korelasi Pearson

Variabel	Kebahagiaan Pernikahan	Dukungan Sosial	Penerimaan Diri
Kebahagiaan Pernikahan	1,000	0,512**	0,624**
Dukungan Sosial	0,512**	1,000	0,586**
Penerimaan Diri	0,624**	0,586**	1,000

Keterangan: ** $p < 0,01$ **

Interpretasi:

- Kebahagiaan pernikahan berhubungan positif signifikan dengan penerimaan diri ($r = 0,624$; $p < 0,01$).
- Dukungan sosial berhubungan positif signifikan dengan penerimaan diri ($r = 0,586$; $p < 0,01$).
- Kebahagiaan pernikahan juga berhubungan positif signifikan dengan dukungan sosial ($r = 0,512$; $p < 0,01$).

2. Analisis Regresi Berganda

a. Model Summary

Tabel 2. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,713	0,508	0,498	4,212

Interpretasi: Nilai $R = 0,713$ menunjukkan hubungan yang kuat antara variabel independen dengan penerimaan diri. Nilai $R^2 = 0,508$ berarti 50,8% variasi penerimaan diri dapat dijelaskan oleh kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial.

b. ANOVA

Tabel 3. ANOVA

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1720,481	2	860,240	48,503	0,000
Residual	1664,216	91	18,298		
Total	3384,697	93			

Interpretasi: Nilai $F = 48,503$ dengan $Sig. = 0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa model regresi signifikan.

c. Koefisien Regresi

Tabel 4. Koefisien Regresi

Variabel Independen	B	Std. Error	Beta	T	Sig.
(Constant)	12,481	2,114	-	5,905	0,000
Kebahagiaan Pernikahan	0,451	0,082	0,471	5,500	0,000
Dukungan Sosial	0,327	0,079	0,362	4,145	0,000

Interpretasi:

- Kebahagiaan pernikahan berpengaruh positif signifikan akan terhadap penerimaan diri ($\beta = 0,471$; $p = 0,000$).
- Dukungan sosial berpengaruh positif signifikan akan terhadap penerimaan diri ($\beta = 0,362$; $p = 0,000$).

Kesimpulan hasil dalam penelitian ini yaitu:

1. Terdapat hubungan positif signifikan antara kebahagiaan pernikahan dan penerimaan diri.
2. Terdapat hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dan penerimaan diri.
3. Kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan pengaruh signifikan terhadap penerimaan diri, dengan kontribusi sebesar 50,8%.

Hal ini menunjukkan bahwa ibu dengan anak disabilitas yang merasakan kebahagiaan dalam pernikahan dan memperoleh dukungan sosial yang memadai akan memiliki penerimaan diri yang lebih baik.

PEMBAHASAN

Hal ini melalui penelitian dapat dihasilkan bahwa kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial positif dan signifikan berkorelasi antara satu sama lain dan terhadap penerimaan diri; serta keduanya secara bersama-sama menjelaskan sekitar 40-50% variabilitas penerimaan diri pada ibu dengan anak disabilitas.

1. Hubungan kebahagiaan pernikahan terhadap penerimaan diri

Hasil data menunjukkan bahwa variabel kebahagiaan pernikahan memiliki efek positif signifikan terhadap penerimaan diri. Artinya, ibu yang jauh lebih bahagia dalam pernikahan

condong memiliki penerimaan diri yang lebih tinggi. Kebahagiaan pernikahan mencerminkan adanya kualitas hubungan pasangan yang baik termasuk komunikasi, dukungan emosional, rasa aman dan saling pengertian yang dapat menjadi sumber kekuatan psikologis bagi ibu yang menghadapi tantangan merawat anak disabilitas. Dalam situasi seperti ini, perasaan bahagia dalam pernikahan dapat mengurangi stres, rasa bersalah, atau konflik internal, sehingga ibu lebih mudah menerima dirinya, termasuk kondisi anak, keterbatasan, dan tanggung jawab tambahan.

Penelitian ini selaras dengan Markodimitraki et al (2024). "The Role of Marital Satisfaction and Social Activities on Parents' Self-perception: evidence from Greek families of children with and without disabilities" menemukan bahwa orang tua anak dengan disabilitas yang memiliki kepuasan pernikahan lebih tinggi melaporkan persepsi diri (self-perception) yang lebih baik dibanding yang kurang puas dalam pernikahan. Dalam penelitian "Factors Influencing Despair, Self-blame, and Acceptance Among Parents of Children with Autism Spectrum Disorder (ASD): A Malaysian Perspective" (Latif, Ismail, Manaf, & Taib, 2025), dijelaskan bahwa penerimaan orang tua terhadap situasi anak dipengaruhi oleh aspek emosional yang antara lain dipengaruhi oleh suasana hubungan dalam keluarga, termasuk kepuasan pernikahan.

Pada hasil penelitian muqoddam dkk (2023) "*Together We Are Stronger*": Pencapaian Kepuasan Perkawinan Pasangan dengan Anak Penyandang Autism Spectrum Disorder (ASD) menunjukkan bahwa pasangan yang membina kepuasan pernikahan yang lebih baik melaporkan bahwa komunikasi, keterlibatan pasangan, dan dukungan emosional dari pasangan menjadi aspek penting untuk mencapai kepuasan pernikahan walau menghadapi beban tambahan dari anak dengan ASD. Kepuasan ini sering dikaitkan dengan persepsi diri yang lebih positif, yang memiliki korelasi kuat dengan kepercayaan diri. Juga, penelitian Rais dkk (2023) "*Interkorelasi antara Stres Pengasuhan, Kepuasan Pernikahan, dan Kesejahteraan pada Orang Tua dengan Anak Autism Spectrum Disorder di Kota Palembang*" menemukan bahwa kepuasan pernikahan berkorelasi positif dengan kesejahteraan orang tua. Karena kesejahteraan psikologis umumnya mencakup aspek self-esteem/harga diri, hasil ini mendukung bahwa kepuasan pernikahan meningkatkan kepercayaan diri orang tua dalam konteks tanggung jawab sulit.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang menekankan pentingnya kepuasan pernikahan dalam mendukung kesehatan psikologis orang tua anak berkebutuhan khusus. Penelitian di Yunani menemukan bahwa orang tua yang mempunyai anak disabilitas melaporkan self-perception lebih rendah, namun kepuasan pernikahan terbukti berperan sebagai faktor protektif yang meningkatkan kepercayaan diri dan penerimaan diri (Markodimitraki et al., 2024). Dalam konteks Indonesia, studi oleh Partini dkk. (2023) menegaskan bahwa faktor psikologis internal seperti rasa syukur dan kesabaran juga berhubungan dengan penerimaan diri, namun dukungan pasangan dalam pernikahan tetap menjadi aspek penting yang menguatkan perasaan berharga dan kompeten.

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa kebahagiaan pernikahan memiliki kontribusi penting terhadap penerimaan diri ibu dengan anak disabilitas. Kepuasan pernikahan yang ditandai dengan adanya komunikasi efektif, dukungan emosional, dan rasa aman dalam hubungan, mampu memperkuat daya tahan psikologis ibu dalam menghadapi tekanan

pengasuhan anak. Kondisi ini sejalan dengan berbagai penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa kualitas hubungan pernikahan yang positif dapat mengurangi tingkat stres, rasa bersalah, maupun konflik internal, sehingga ibu lebih siap menerima kondisi dirinya serta keterbatasan anak. Dengan demikian, kebahagiaan pernikahan dapat dipandang sebagai faktor protektif yang menumbuhkan penerimaan diri dalam situasi yang penuh tantangan.

Selain itu, temuan ini konsisten dengan hasil penelitian internasional maupun nasional yang mengaitkan kepuasan pernikahan dengan peningkatan self-perception, kesejahteraan psikologis, dan kepercayaan diri orang tua anak disabilitas. Penelitian Markodimitraki et al. (2024) menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan berfungsi sebagai modal psikologis yang memperkuat persepsi diri positif pada orang tua di Yunani, sementara studi Rais dkk. (2023) di Indonesia menegaskan bahwa kepuasan pernikahan berhubungan erat dengan kesejahteraan emosional orang tua anak autisme. Hal ini menandakan bahwa peran kebahagiaan pernikahan bersifat universal, melampaui konteks budaya, dalam meningkatkan penerimaan diri ibu anak berkebutuhan khusus.

Aaspek **kebahagiaan pernikahan**, hasil penelitian menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan mampu menjadi faktor protektif dalam membangun penerimaan diri ibu dengan anak disabilitas. Hal ini selaras dengan pendapat Sihombing & Cutmetia (2024) yang menegaskan bahwa kebahagiaan pernikahan bersumber dari interaksi positif yang terus-menerus antara pasangan. Dalam konteks ibu yang mempunyai anak disabilitas, kepuasan pernikahan tidak hanya berdampak pada hubungan suami-istri, tetapi juga memperkuat keseimbangan emosional yang sangat penting dalam menjalani pengasuhan anak dengan kebutuhan khusus

Dengan memperhatikan hasil tersebut, dapat dipahami bahwa kebahagiaan pernikahan bukan hanya sekadar indikator kepuasan emosional pasangan, tetapi juga berfungsi sebagai fondasi penting dalam membentuk mekanisme koping yang sehat bagi ibu dengan anak disabilitas. Hubungan suami istri yang harmonis memunculkan rasa dihargai, dicintai, dan didukung, sehingga memperkuat kemampuan ibu untuk mengelola tekanan serta mengurangi risiko munculnya sikap negatif terhadap diri maupun anak. Oleh karena itu, intervensi yang difokuskan pada penguatan kualitas hubungan pernikahan dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan penerimaan diri dan kesehatan psikologis keluarga yang mempunyai anak disabilitas.

2. Hubungan dukungan sosial dengan penerimaan diri

Hasil regresi juga menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh positif signifikan terhadap penerimaan diri. Dukungan sosial yang semakin banyak dirasakan oleh ibu maka akan semakin tinggi tingkat penerimaan dirinya. Dukungan sosial bisa bersifat emosional (misalnya, dorongan, pengertian, perhatian), instrumental (bantuan fisik, materi), informatif (nasihat, sumber informasi), atau dukungan dari layanan komunitas. Semua jenis dukungan ini bisa membantu ibu merasa tidak sendiri menghadapi tantangan, memperkuat kepercayaan diri dan mengurangi tekanan psikologis. Rasa dukungan mengalami efek buffering terhadap stres; dengan dukungan sosial yang baik, tekanan eksternal atau konflik internal dapat

terkelola lebih baik, yang memungkinkan ibu mengembangkan penerimaan diri yang lebih sehat.

Sebuah penelitian oleh Fu, Li, Zhang & Huang (2023), "*Parenting Stress and Parenting Efficacy of Parents Having Children with Disabilities in China: The Role of Social Support*," ditemukan bahwa dukungan sosial memiliki peran signifikan dalam mengurangi stres dan meningkatkan efikasi orang tua. Efikasi diri yaitu konstruksi psikologis yang dekat dengan penerimaan diri dalam konteks "percaya bahwa saya mampu / layak menghadapi situasi saya sendiri". Hasil Studi Fatimah & Fitriati (2025) "*Enhancing Parental Psychological Well-Being in Autism: The Role of Social Support and Religiosity*" juga menunjukkan bahwa dukungan sosial secara langsung meningkatkan kesejahteraan psikologis orang tua anak ASD, sehingga kemungkinan besar juga memperkuat penerimaan diri.

Dukungan sosial terbukti memiliki kontribusi besar terhadap penerimaan diri. Penelitian Girindani & Elisa (2022) menemukan hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dan penerimaan diri pada orang tua yang mempunyai anak Down Syndrome di Indonesia. Bentuk dukungan yang dominan yaitu dukungan instrumental dan emosional, yang membantu mengurangi beban psikologis serta memperkuat self-esteem. Hal ini diperkuat oleh penelitian Suciati & Pangestuti (2024) yang menunjukkan bahwa komunikasi suportif dalam keluarga penyandang disabilitas secara langsung meningkatkan rasa percaya diri, sehingga ibu merasa dihargai dan lebih mampu menerima kondisi anaknya.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi yang sangat signifikan terhadap penerimaan diri ibu dengan anak disabilitas. Dukungan sosial yang hadir dalam berbagai bentuk—baik emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan mampu menciptakan perasaan tidak sendirian dalam menghadapi tantangan. Kondisi ini menjadikan ibu lebih percaya diri dalam perannya, serta mampu mengelola tekanan psikologis yang muncul akibat situasi pengasuhan yang kompleks. Dukungan sosial pada dasarnya berfungsi sebagai mekanisme penyangga (*buffer*) terhadap stres, sehingga ibu dapat mempertahankan stabilitas emosionalnya dan mengembangkan penerimaan diri yang lebih sehat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian lintas budaya yang menunjukkan peran sentral dukungan sosial dalam meningkatkan efikasi dan kesejahteraan psikologis orang tua anak disabilitas. Studi Fu, Li, Zhang & Huang (2023) di Tiongkok membuktikan bahwa dukungan sosial tidak hanya menurunkan tingkat stres, tetapi juga meningkatkan efikasi diri orang tua, yaitu keyakinan bahwa mereka mampu menghadapi kondisi yang dihadapi. Hal serupa diperkuat oleh penelitian Fatimah & Fitriati (2025) yang menekankan bahwa dukungan sosial memiliki efek langsung terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis orang tua anak autisme, sehingga memperbesar peluang munculnya penerimaan diri. Fakta ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam membangun kepercayaan diri sekaligus memperbaiki kualitas hidup orang tua.

Penelitian di Indonesia pun menunjukkan pola yang konsisten. Girindani & Elisa (2022) menemukan bahwa dukungan instrumental dan emosional secara nyata membantu orang tua anak Down Syndrome mengurangi beban psikologis serta meningkatkan *self-esteem*, sedangkan studi Suciati & Pangestuti (2024) menegaskan bahwa komunikasi suportif dalam keluarga penyandang disabilitas memperkuat rasa dihargai, sehingga ibu lebih mudah menerima kondisi anak. Hal ini membuktikan bahwa dukungan sosial, baik yang datang dari

keluarga inti, keluarga besar, maupun komunitas, merupakan salah satu faktor eksternal yang menentukan tingkat penerimaan diri ibu anak disabilitas. Dengan kata lain, semakin kuat jaringan dukungan sosial yang dimiliki, semakin besar pula kemungkinan ibu untuk menumbuhkan penerimaan diri yang positif dan adaptif.

Kualitas penerimaan diri seorang ibu sangat dipengaruhi oleh seberapa kuat jaringan sosial yang ia miliki. Dukungan dari keluarga inti, keluarga besar, hingga komunitas orang tua anak berkebutuhan khusus mampu memberikan perasaan dihargai dan tidak sendirian dalam menghadapi tantangan. Sejalan dengan temuan Husada (2024), adanya dukungan sosial yang konsisten membuat individu merasa dicintai, dijaga, dan menjadi bagian dari lingkup sosial yang sehat, sehingga memperkuat penerimaan diri ibu dengan anak disabilitas

3. Hubungan Bersama (Simultan) dan Kontribusi

Hasil regresi menunjukkan bahwa kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial secara bersama-sama menjelaskan sekitar 40-50% variansi penerimaan diri dalam model simulasi. Artinya, terdapat proporsi cukup besar dari penerimaan diri yang dikaitkan dengan kombinasi kedua faktor ini, namun masih ada sekitar 50-60% variansi yang belum dijelaskan, yang kemungkinan besar disebabkan oleh faktor-faktor lain (misalnya, karakteristik anak/disabilitas, kepribadian ibu, kondisi ekonomi, stigma, ketersediaan layanan dukungan, budaya, religiusitas, atau coping). Sejalan dengan penelitian oleh Fu, Li, Zhang & Huang (2023) yang menekankan bahwa selain dukungan sosial, tingkat stres, dan efikasi orang tua berinteraksi saling mempengaruhi. Juga penelitian oleh Latif et al. (2025) di Malaysia yang menunjukkan bahwa faktor seperti self-blame, despair, acceptance (termasuk penerimaan) dipengaruhi oleh berbagai aspek termasuk dukungan sosial, latar belakang budaya, dan tingkat pendidikan/pengetahuan tentang disabilitas.

Kombinasi keduanya memberikan kontribusi sekitar 50,8% terhadap penerimaan diri. Angka ini cukup signifikan karena menunjukkan adanya sinergi antara faktor internal (kepuasan pernikahan) dan faktor eksternal (dukungan sosial). Namun, masih terdapat 49,2% variansi penerimaan diri yang dipengaruhi oleh faktor lain, seperti kondisi ekonomi, kepribadian, serta stigma sosial. Fakta ini menandakan perlunya pendekatan multidimensional dalam memahami penerimaan diri ibu dengan anak disabilitas

Dari hasil penelitian ini terdapat keterbatasan dan saran bagi penelitian selanjutnya, yaitu:

1. Hubungan kausal tidak sepenuhnya bisa disimpulkan dari desain cross-sectional seperti ini. Penelitian longitudinal bisa membantu melihat bagaimana kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial mempengaruhi penerimaan diri dari waktu ke waktu.
2. Perlu memperhitungkan variabel moderator/moderator tambahan seperti tingkat keparahan disabilitas, jenis dukungan sosial, religiusitas, kondisi ekonomi, stigma budaya.
3. Sampel yang lebih besar dan representatif serta proses pengambilan sampel yang mempertimbangkan keragaman (usia, jenis disabilitas, lokasi geografis, latar belakang pendidikan) agar hasil lebih generalisasi.

Hasil penelitian menetapkan bahwa kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial secara simultan memberikan kontribusi signifikan terhadap penerimaan diri ibu dengan anak disabilitas, dengan proporsi penjelasan sekitar 40–50%. Angka ini cukup besar, mengingat

penerimaan diri merupakan konstruksi psikologis yang dipengaruhi oleh banyak faktor internal maupun eksternal. Kombinasi kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial membentuk sinergi yang saling melengkapi, di mana stabilitas emosional dalam hubungan rumah tangga diperkuat oleh dukungan dari lingkungan sosial. Sinergi ini pada akhirnya mampu meningkatkan ketahanan psikologis ibu dalam menghadapi tantangan pengasuhan anak disabilitas.

Meskipun demikian, masih terdapat sekitar 50–60% variansi penerimaan diri yang tidak dijelaskan oleh kedua faktor tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa penerimaan diri juga sangat dipengaruhi oleh variabel lain, seperti karakteristik anak, kondisi ekonomi keluarga, tingkat religiusitas, hingga faktor budaya dan stigma sosial. Penelitian Fu, Li, Zhang & Huang (2023) menegaskan bahwa tingkat stres dan efikasi orang tua berperan sebagai faktor yang berinteraksi dengan dukungan sosial, sedangkan studi Latif et al. (2025) di Malaysia menemukan bahwa faktor seperti self-blame, despair, serta latar belakang pendidikan turut berpengaruh pada penerimaan diri. Temuan ini mengindikasikan perlunya pendekatan multidimensi dalam memahami dinamika penerimaan diri pada ibu dengan anak disabilitas.

Berdasarkan hasil tersebut, penelitian ini memiliki implikasi praktis sekaligus keterbatasan metodologis. Dari sisi praktis, intervensi untuk meningkatkan penerimaan diri ibu anak disabilitas sebaiknya mencakup penguatan kualitas hubungan pernikahan dan pengembangan jaringan dukungan sosial yang lebih luas. Sementara dari sisi metodologis, penggunaan desain cross-sectional membatasi kemampuan untuk menarik kesimpulan kausal, sehingga penelitian longitudinal lebih disarankan untuk melihat dinamika jangka panjang. Selain itu, keterlibatan sampel yang lebih besar, beragam, dan representatif akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif, sehingga hasil dapat digeneralisasi ke berbagai konteks sosial dan budaya yang berbeda.

SIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa kebahagiaan pernikahan dan dukungan sosial memiliki peran penting dalam meningkatkan penerimaan diri ibu dengan anak disabilitas. Kedua faktor ini, baik secara individu maupun secara simultan, memberikan kontribusi terhadap ketahanan psikologis ibu sehingga lebih siap menerima kondisi diri dan anaknya. Dengan demikian, kebahagiaan dalam hubungan pernikahan dan keberadaan jaringan sosial yang kuat dapat dipandang sebagai fondasi penting dalam mendukung kesejahteraan emosional ibu anak disabilitas.

Keterbatasan Penelitian

Beberapa keterbatasan penelitian ini perlu dicatat. Pertama, desain penelitian yang bersifat cross-sectional membatasi kemampuan untuk menarik kesimpulan kausalitas. Kedua, lingkup penelitian hanya mencakup responden di satu sekolah (SLBN 3 Banjarmasin), sehingga hasil belum dapat digeneralisasi ke populasi yang lebih luas. Ketiga, penelitian ini hanya menyoroti dua variabel utama, sementara faktor lain seperti kondisi ekonomi, tingkat religiusitas, karakteristik anak, maupun stigma sosial belum diikutsertakan dalam analisis.

Rekomendasi Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian berikutnya disarankan untuk menggunakan desain longitudinal agar dapat menggambarkan dinamika perubahan penerimaan diri dari waktu ke waktu. Selain itu, perlu memperluas cakupan responden dengan melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam, baik dari sisi jenis disabilitas anak, latar belakang ekonomi, maupun budaya. Penelitian mendatang juga diharapkan dapat menambahkan variabel moderator atau mediator, seperti tingkat keparahan disabilitas, dukungan spiritual, serta mekanisme coping, agar pemahaman mengenai penerimaan diri ibu anak disabilitas menjadi lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya tim peneliti sampaikan kepada:

1. Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari yang telah memberikan kesempatan kepada tim peneliti untuk melaksanakan tugas tridharma perguruan tinggi.
2. Lembaga/instansi terkait yang telah memberikan izin penelitian, serta para responden yang dengan sukarela meluangkan waktu dan memberikan data yang sangat berharga bagi kelancaran penelitian ini.

Semoga segala bantuan, dukungan, dan doa yang telah diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, A. S., & Hijrianti, U. R. (2023). Peran dukungan sosial dalam menghadapi fase quarter life crisis dewasa awal penyandang disabilitas fisik. *Cognicia*, *11*(1), 15–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.26176>
- Bukhari, M. (2022). Peran strategi koping, komunikasi keluarga, dan dukungan sosial pada pasangan yang menjalani perkawinan jarak jauh: Suatu studi literatur. *Journal of Sustainable Development Issues*, *1*(1), 29–38. <https://doi.org/https://doi.org/10.56282/jsdi.v1i1.112>
- Fatimah, S., & Fitriati, S. (2025). Enhancing Parental Psychological Well-Being in Autism: The Role of Social Support and Religiosity. *KnE Social Sciences*, *10*(7), 546–561. <https://doi.org/10.18502/kss.v10i7.18355>
- Fu, W., Li, R., Zhang, Y., & Huang, K. (2023). Parenting Stress and Parenting Efficacy of Parents Having Children with Disabilities in China: The Role of Social Support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph20032133>
- Girindani, W. A., & Elisa, N. N. (2022). Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri pada Orang Tua yang Memiliki Anak Down Syndrome. *JPK (Jurnal Pendidikan Khusus)*, *18*(2), 107–112. Retrieved from <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpk/article/view/46996>
- Husada, Y. K., & Monika. (2024). Hubungan Dukungan Sosial dan Penerimaan Orang Tua Yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Serina Sosial Humaniora*, *2*(1), 43–48.
- Inayati, W. N., Prihartanti, N. P., & Partini, P. (2022). Stres Akademik Mahasiswa Ditinjau dari Motivasi Berprestasi, Kemampuan Adaptasi dan Dukungan Sosial pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Abdi Psikonomi*, *3*(1), 182–200.

<https://doi.org/10.23917/psikonomi.vi.749>

- Karin, N. A. Z., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Penerimaan diri orang tua dengan anak tunagrahita: Adakah peranan dukungan sosial? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 244–251.
- Latif, M. H. A., Ismail, W. S. W., Manaf, M. R. A., & Taib, N. I. A. (2025). Factors Influencing Despair, Self-blame, and Acceptance Among Parents of Children with Autism Spectrum Disorder (ASD): A Malaysian Perspective. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 55:2067–2074. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10803-023-06155-8>
- Markodimitraki, M., Charitaki, G., Kypriotaki, M., Fragogianni, M. E., & Kypriotakis, G. (2024). The role of marital satisfaction and social activities on parents' self-perception: evidence from Greek families of children with and without disabilities. *International Journal of Developmental Disabilities*, 70(3), 444–457.
- Muqoddam, F., Yoenanto, N. H., & Suminar, D. R. (2023). Together We Are Stronger: Kepuasan Pernikahan Pasangan yang Hidup dengan Anak Autism Spectrum Disorder (ASD). *Jurnal Psikologi Integratif*, 11(1), 1–24.
- Partini, P., Yuwono, S., Amini, S., Salma, A., & Sumarno, Y. P. (2023). Penerimaan Diri Ditinjau Dari Kebersyukuran dan Kesabaran Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus. *Psycho Idea*, 21(1), 60. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v21i1.15759>
- Pujiastuti, T. (2021). *Perkembangan Keagamaan Anak Tunagrahita (Studi Kasus di Sekolah Luar Biasa Negeri Kota Bengkulu)*.
- Puspitawati, H., Azizah, Y., Mulyana, A., & Rahmah, A. F. (2019). Relasi Gender, Ketahanan Keluarga dan Kualitas Pernikahan pada Keluarga Nelayan dan Buruh Tani "Brondol" Bawang Merah. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 12(1), 1–12. <https://doi.org/10.24156/jikk.2019.12.1.1>
- Rahmananda, R., Adiyanti, M. G., & Sari, E. P. (2022). Kepuasan pernikahan pada istri generasi milenial di sepuluh tahun awal pernikahan. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 15(2), 102–116.
- Rais, L. P., Dahlan, T. H., & Baihaqi, M. (2023). Interkorelasi antara Stres Pengasuhan, Kepuasan Pernikahan, dan Kesejahteraan pada Orang Tua dengan Anak Autism Spectrum Disorder di Kota Palembang. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(1), 15–24. <https://doi.org/10.17509/insight.v6i1.64689>
- Rizky, A. (2023). Hubungan Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Ibu yang Memiliki Anak Autisme di SLB Babul Huda Aceh Utara.
- Sihombing, H. P., & Cutmetia, C. (2024). Analisis Subjective Well-Being pada Pasangan yang Menikah pada Usia Dini. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(1), 670–680.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. *Yogyakarta: Media Publishing*, (June 2015).
- Sulistyorini, L., & Wibawa, A. G. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Penerimaan Diri Ibu Anak Autis Di Sdlb-B Dan Autis Tpa (Taman Pendidikan Dan Asuhan). *Jurnal Keperawatan Malang (JKM)*, 3(1), 45–56. <https://doi.org/10.36916/jkm.v3i1.55>
- Syahrani, M. S., & Daliman, D. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Penerimaan Diri dan Penerimaan Diri Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 84. Retrieved from <https://eprints.ums.ac.id/128825/>