

Pengaruh *Self-Acceptance* Terhadap *Coping Strategy* Orang Tua Dengan Anak *Down Syndrome* Di Yayasan Persatuan Orang Tua *Down Syndrome* (POTADS)

Pratiwi Jessy Saputri

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al-Azhar Indonesia

Zirmansyah Zirmansyah

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al-Azhar Indonesia

Jl. Sisimangaraja, Selong, Kebayoran Baru, Jakarta, 12110

Abstract : Parents who have children with Down syndrome experience various dynamics and problems to be able to accept the circumstances that occur. Parents' self-acceptance is an important aspect in caring for, educating, and raising the baby. This study aims to determine the effect of self-acceptance on coping strategies of parents who have children with Down syndrome. Research using quantitative methods with a sample of 287 parents, who are members of the Down Syndrome Parents Association Foundation (POTADS), there are 46 statement items on the coping strategy scale ($r = 0.873$) and 16 items on the self-acceptance scale ($r = 0.714$) on a Likert model scale. The results of data analysis using simple linear regression tests show that there is a significant effect of self-acceptance on coping strategies with a sig value. <0.05 . through the regression equation $\hat{Y} = 77.608 + 1.090X$. The correlation coefficient value is 0.489 and the coefficient of determination (R Square = 0.239). 23.9% self-acceptance influences the coping strategy of parents at the POTADS Foundation.

Keywords : *Self-Acceptance, Coping Strategy, Down Syndrome, Parents, POTADS*

Abstrak : Orang tua yang memiliki anak down dengan syndrome mengalami berbagai dinamika dan permasalahan untuk dapat menerima keadaan yang terjadi. Penerimaan diri orang tua aspek penting dalam merawat, mendidik, serta membesarkan sang buah hati. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self-acceptance terhadap coping strategy orang tua yang memiliki anak down syndrome. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan sampel 287 orang tua, yang tergabung dalam Yayasan Persatuan Orang Tua Down Syndrome (POTADS). terdapat 46 butir pernyataan pada skala coping strategy ($r = 0.873$) dan 16 butir skala self-acceptance ($r = 0.714$) dalam skala model Likert. Hasil analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana menunjukkan terdapat pengaruh signifikan self-acceptance terhadap coping strategy dengan nilai sig. < 0.05 . melalui persamaan regresi $\hat{Y} = 77.608 + 1.090X$. Nilai koefisien korelasi 0.489 dan koefisien determinasi (R Square = 0.239). 23.9% self-acceptance memengaruhi coping strategy orang tua di Yayasan POTADS.

Kata Kunci: *Self-Acceptance, Coping Strategy, Down Syndrome, Orang Tua, POTADS*

PENDAHULUAN

Pasangan suami istri akan menginginkan kehadiran buah hati, untuk menjadi satu faktor kebahagiaan, keharmonisan dan stabilitas dalam keluarga. Tidak jarang sebelum menjadi orang tua, mereka menambah pengetahuannya dengan mempelajari atau mengikuti pelatihan atau kursus tertentu tentang membesarkan dan mendidik anak nantinya.

Sebagai calon orang tua mereka mempersiapkan mental dan jiwa agar menjadi orang tua yang terbaik untuk sang anak. Kenyataannya, banyak pasangan memiliki anak yang

tidaksempurna. Beberapa anak lahir dengan keterbatasan baik fisik maupun psikisnya, yang tergolong anak berkebutuhan khusus (ABK) yakni *down syndrome*.

Diperkiraan 1 dari 1000, bati lahir tergolong dalam ABK (Pueschel, 2002). Sekitar 5.1000 bayi di Amerika Serikat terlahir dengan *down syndrome* setiap tahunnya (De Graaf, dkk., 2022). Indonesia Center for Biodiversity and Biotechnology (ICBB), merilis di Indonesia sendiri terdapat kurang lebih 300 ribu anak dengan kasus *down syndrome*. *Down syndrome* adalah kondisi dimana anak mengalami hambatan pada perkembangan fisik dan mental akibat adanya abnormalitas yang terjadi dalam perkembangan kromosom, akibat kegagalan dari sepasang kromosom memisahkan diri saat terjadi nya pembelahan.

American Association on Mental Retardation (AMR) menyatakan kemampuan intelektual di bawah rata-rata menjelaskan adanya keterbatasan yang signifikan perilaku adaptif, sosial, dan partikal (Hallan & Kauffman, 2006).

Teman sebayanya juga enggan berinteraksi dengan anak *down syndrome* dikarenakan adanya perbedaan kemampuan dan respon yang lambat (Renawati, dkk. 2017). Kurangnya kemampuan dalam mengkoordinasikan motorik kasar dan motoric halus menyebabkan anak *down syndrome* mengalami kesulitan tugas-tugas sederhana, seperti; menyisir rambut, memakai dan mengancingkan baju dan sebagainya (Selikowits, 2001). Banyak orang tua yang memiliki anak *down syndrome* mengalami permasalahan dalam penyesuaian psikologis, orang tua awalnya sedih, stress, bingung terkejut, putus asa, kecewa, kasihan, dan mengkhawatirkan akan masa depan anaknya, pernyataan ini dikutip dari Jurnal Psikologi Udayana yakni “Penyesuaian Psikologis Orang Tua Dengan Anak *Down syndrome*” (2015).

Stress menurut Selye (1950), adalah respon seseorang terhadap stimulus. *Stress* menjadi reaksi atau tanggapan tubuh secara spesifik yang terjadi terhadap penyebab stress atau yang mempengaruhi seseorang. Selye menciptakan model *stress* yang disebut *General Adaptation Syndrome* (GAS). Model ini disebabkan tidak sejalanya harapan dengan kenyataan (realita), dan tubuh menerima rangsangan dengan reaksi *flight or fight* dengan kondisi yang mengancam kestabilan individu dalam diri (Selye, dalam Lyon 2012).

Orang tua yang menerima kenyataan memmeiliki anak *down syndrome*, akan menyelesaikan masalah melalui coping strategy yang ada dalam diri. Lazarus menyatakan *coping* merupakan hal yang dilakukan individu dalam mengatasi kondisi stres atau tuntutan emosional yang cukup berat (Lazarus & Folkman, 1984).

Coping strategy salah satu cara dalam mengatasi masalah atau upaya mengatasi stress (Sundberg, dkk. 2007). Orang tua yang memiliki anak *down syndrome* membutuhkan motivasi, dukungan sosial, teknik, keterampilan, sikap positif dalam merawat anak *down syndrome*

(Magnawati, 2014). Orang tua dapat melakukan mekanisme *coping*, dan meningkatkan pemahaman terkait anak yang didiagnosis *down syndrome* agar dalam menjalani hidup sehari-hari (Smith, A. L, et, al., (2020). orang tua yang tidak mampu mengatasi *stressor* membuat keadaan menjadi negatif dan *stress* meningkat serta membuat semakin tertekan (Dabrowska & Pisula, 2010). *Coping strategy* yang baik akan membantu orang tua menerima anak secara optimal.

Penerimaan akan kenyataan yang tidak sesuai dengan ekspektasi bukan merupakan hal yang mudah. Meskipun anak dengan *down syndrome* tidak dapat disembuhkan namun mereka perlu mendapatkan perhatian serta kasih sayang untuk membantu mereka tetap merasa bahagia. Orang tua yang memiliki anak dengan *down syndrome* harus mampu menerima dengan lapang dada apa yang mereka miliki, memenuhi kebutuhan anak mereka, menjadi dekat dengan anak mereka, serta terus belajar meningkatkan kemampuan mereka, agar mampu menangani tantangan dengan baik. (Marta, 2017).

Dalam Islam dikatakan bahwa seseorang memiliki potensi untuk menghadapi berbagai tantangan dan permasalahan yang dihadapi sebagaimana makna Q S Al-Baqarah ayat 286. Penerimaan diri juga merupakan penghargaan dalam menilai diri secara realistis dengan apa yang dimiliki dengan adanya perasaan puas serta apresiasi pada kualitas dan bakat yang dimiliki (Resty, 2016).

Dalam melakukan *self-acceptance* dan *coping strategy* orang tua membutuhkan banyak informasi dan dukungan dalam menyelesaikan masalah kehidupan sehari-hari. Hal ini dikarenakan penerimaan diri akan terbentuk apabila orang tua mampu untuk mengatasi masalah-masalah stress yang dihadapinya.

Persatuan Orang Tua *Down Syndrome* (POTADS) merupakan suatu yayasan perkumpulan orang tua dengan anak *down syndrome*. Pada awalnya merupakan forum diskusi orang tua di Klinik Khusus Tumbuh Kembang Anak (KKTK) Rumah Sakit Harapan Kita dan berlanjut tahun 1997 hingga sekarang. Yayasan POTADS disahkan pada Juli 2003 yang berdomisili di Jakarta Selatan dan membuka cabang pada setiap daerah di Indonesia dengan nama Pusat Informasi dan Kegiatan POTADS (PIK POTADS).

Penelitian dengan judul Penerimaan Diri Ibu Terhadap Anak *Down Syndrome* oleh Amalia (2010), menyimpulkan bahwa mayoritas orang tua menerima kondisi anak mereka, bertanggung jawab mendidik anak dengan *down syndrome*, minimal agar anak dapat hidup mandiri seperti anak normal.

Hasil wawancara terhadap tiga orang tua yang tergabung dalam yayasan POTADS, dengan inisial AE, PC, dan QS, berdasarkan respon yang diberikan disimpulkan bahwa ketiga

orang tua tersebut cenderung putus asa, menyalahkan diri sendiri, sedih dan sering menangis tanpa sebab, takut akan pandangan orang lain terhadap anaknya yang tidak normal. Mereka juga *denial* bahwa dirinya memiliki anak yang mengalami *down syndrome*.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam “Pengaruh *Self-Acceptance* terhadap *Coping Strategy* Orang Tua dengan Anak *Down Syndrome* di Yayasan Persatuan Orang Tua *Down Syndrome* (POTADS)”. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap orang tua dalam meningkatkan *self-acceptance* dan dapat menyelesaikan masalah melalui *coping strategy* terhadap anak *down syndrome*. Serta agar orang tua menghapuskan diskriminasi atau pandangan negatif terhadap anak dengan *down syndrome*.

KERANGKA TEORI / TINJAUAN PUSTAKA

Coping Strategy

Lazarus & Folkman (1984), *coping* merupakan faktor penentu kemampuan individu menghadapi situasi yang menekan atau sulit. *Coping* yang dilakukan individu dapat bersifat adaptif atau maladaptif. *Coping* yang dilakukan secara adaptif akan membantu individu dalam menangani situasi stress yang dihadapi dengan efektif dan meminimalkan tekanan tersebut. Sedangkan *coping* yang maladaptif adalah bentuk *coping* yang dilakukan secara tidak efektif sehingga menyebabkan tekanan pada situasi stress.

Coping strategy merupakan penanganan dalam upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan oleh individu untuk menghadapi tuntutan *stress* atau tantangan dalam situasi secara kognitif dan perilaku (Lazarus & Folkman, 1984). Tak hanya itu, *coping strategy* memiliki tujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang menekan, menantang, dan membebani diri. *Coping strategy* terbagi menjadi dua bentuk yakni *Problem Focused Coping (PFC)* dan *Emotional Focused Coping (EFC)*.

Problem Focused Coping (PFC) mengarah bagaimana individu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. PFC diarahkan untuk menghadapi lingkungan diri sendiri. Pendekatan ini berusaha untuk mengubah *stressor* untuk dikontrol dan diubah secara positif dalam mengetahui kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi *stressor* secara langsung dalam jangka waktu (Lazarus & Folkman, 1984). Aspek dari PFC yakni (1) *Planful Problem Solving*; (2) *Confronting Coping*; dan (3) *Seeking Social Support*.

Emotional Focused Coping (EFC) merupakan pendekatan yang memusatkan perhatian regulasi sebagai pembatasan. EFC menjadi peran penting dalam menghadapi *stress* dan mengatur emosi sebagai upaya pengurangan *stress*. *Emotional Focused Coping* berupaya untuk

mengubah emosi dengan merespon situasi yang menimbulkan stress (Folkman & Lazarus, 1984). EFC terdapat lima aspek yakni (1) *Distancing*; (2) *Self-Controlling*; (3) *Positive Reappraisal*; (4) *Accepting Responsibility*; dan (5) *Escape Avoidance*.

Terdapat dua faktor utama dari *coping strategy* yakni faktor lingkungan dan faktor individu, Faktor lingkungan memiliki *temporary factor* berupa durasi, kesegaran, dan ketidakpastian. *Temporary factor* ini akan dipertimbangkan oleh individu apakah ada faktor utama yang mendukung (Lazarus & Folkman, 1984). Sedangkan faktor individu mempengaruhi bagaimana komitmen dan keyakinan yang dimiliki berupa pribadi atau konfigurasi kognitif atas budaya dilingkungan dan kontrol diri dalam memaknai hidup.

Self-Acceptance

Self-Acceptance merupakan sikap diri individu dalam menilai diri dan keadaan secara objektif, mampu menerima segala apapun yang dimiliki dalam diri baik kelebihan maupun kekurangan (Sheerer 1963, dalam Ratri Paramita dan Margaretha, 2014). Individu yang menerima diri menyadari, memahami, dan menerima diri dengan adanya keinginan dan kemampuan untuk senantiasa mengembangkan diri dalam menjalani hidup dengan baik dan penuh tanggung jawab (Sheerer, 1963).

Penerimaan diri merupakan kemampuan atau keinginan untuk hidup dengan karakteristik diri (Hurlock, 2006) Individu mampu menerima diri dan tidak adanya masalah secara personal, tidak memiliki beban perasaan diri, dan mampu untuk beradaptasi terhadap lingkungan. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan memiliki penghargaan atau apresiasi terhadap dirinya sendiri. *Self-acceptance* terbagi menjadi tujuh aspek yakni (1) Perasaan sederajat; (2) Percaya kemampuan diri; (3) Bertanggung jawab; (4) Orientasi keluar diri; (5) Berpendirian; (6) Menyadari keterbatasan; dan (7) Menerima sifat kemanusiaan.

Self-acceptance dipengaruhi oleh empat aspek yakni: (1) sikap masyarakat di lingkungan sekitar (2) hambatan dalam lingkungan yang mengganggu; (3) hambatan emosional yang cukup berat; dan (4) selalu berpikiran negatif terkait masa depan (Sherrer, 1963), *Self-acceptance* juga dipengaruhi oleh karakteristik individu, seperti; jenis kelamin, umur, status sosial (tingkat pendidikan, pekerjaan, ras, ekonomi), ras, budaya, lingkungan dan sebagainya yang dimiliki oleh individu tersebut. Setiap orang memiliki *self-acceptance* yang berbeda dalam tingkah laku yang dimilikinya. *Self-acceptance* seseorang tercermin dari perkataan ataupun perilaku kesehariannya. Bentuk perilaku yang dilakukan lebih cenderung positif dengan kegiatan yang berhubungan dengan individu serta memiliki dampak positif pada diri.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan sampel sebanyak 287 responden, diambil menggunakan teknik kuota sampling dari orang tua yang memiliki anak *down syndrome* di yayasan POTADS.

Data dikumpulkan antara bulan Juni – Juli 2023. menggunakan skala *self-acceptance* dan *coping strategy* masing-masing terdiri atas 18 dan 45 butir. Reliabilitas untuk *self-acceptance* sebesar (α) 0,896 dan *coping* sebesar (α) 0.873.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data hasil penelitian menggunakan regresi linear sederhana diperoleh harga konstanta sebagaimana tabel 4.1, berikut.

ANOVA Table						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
	Between Groups	18639.932	23	146.699	6.850	.000
Coping Strategy*	Linearity	11884.015	1	11884.015	100.443	.000
	Deviation from Linearity	6755.917	22	307.087	2.595	.000
	Within Groups	31117.225	263	118.316		
	Total	49757.157	286			

Tabel 4.1 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficient	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	77.608	6.536		11.974	.000
Self-Acceptance	1.090	.115	.489	9.457	.000

Asumsi signifikansi dan Linearitas persamaan regresi $Y = 77.608 + 1.090X$, terpenuhi, sehingga dapat dibaca setiap kenaikan satu skor *self-acceptance* akan meningkatkan *coping strategy* sebesar 1.090 pada nilai awal 77.608.

Besarnya sumbangan atau pengaruh variabel *Self-Acceptance* terhadap *Coping Strategy*, dapat diketahui melalui besarnya harga determinasi (R^2).

Harga koefisien *Self-Acceptance* dengan *Coping Strategy* sebesar 0.489 dan koefisiensi determinasi (R Square) sebesar 0.239, dengan perkataan lain 23.9 %, *coping strategy*

dipengaruhi oleh *Self-acceptance orang tua* melalui model persamaan regresi linear $Y = 77.608 + 1.090X$, 67.7% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian.

Pembahasan

Penelitian ini menemukan ada hubungan positif *Self-Acceptance* dengan *Coping Strategy*, dan besarnya sumbangan atau pengaruh self-acceptance terhadap coping stress 23.9%. temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Aisyah (2008), yang menyimpulkan bahwa orang tua menggunakan *coping* dengan mempertahankan *defence mechanisms* (ego), seperti bersikap sabar, rasionalitas, terhadap anaknya yang down syndrome, serta berusaha untuk menemukan jawaban terhadap permasalahan anaknya. Demikian juga penelitian yang dilakukan Triana dan Andriany (2010), yang menyatakan para orang tua menggunakan berbagai cara, seperti; ber sabar, berdo'a, dan menyesuaikan diri, sebagai *coping strategy* menghadapi anak yang mengalami down syndrome. Billings dan Moos (2003) menghadapi anak down syndrome perempuan coping strategis lebih berorientasi pada aspek emosi (Hapsari, 2002).

Tak hanya itu, terkadang orang tua tidak menghindari masalah tersebut dengan melupakan ataupun dengan menangis akan tetapi mereka berusaha untuk menyelesaikan masalah tersebut dengan solusi yang berupa suatu bentuk yang digunakan dalam menyelesaikan masalah. Pernyataan diatas tersebut mendukung responden memiliki kesadaran dan mempertahankan sifat untuk tidak lari dari masalah yang sedang dihadapi. Amalia Rahma (2023), menemukan bentuk *coping* lain yang dilakukan oleh orang tua anak *down syndrome* yakni membawa anak ke dokter, aatau kefasilitas kesehatan, mencari informasi dari berbagai sumber dan lingkungan, sosial media atau komunitas, dan fokus merawat anak agar tetap pada kondisi sehat.

Orang tua yang memiliki coping strategy PFC akan usaha yang dilakukan mengurangi situasi atau *stressor* dengan mengembangkan kemampuan diri atau mempelajari keterampilan baik itu *hard skills* maupun *soft skills* (Bala, 2020), meskipun menurut Folkman (2013) individu yang memiliki EFC memiliki usaha untuk mengendalikan emosi yang dimiliki agar tidak merasa sedih yang berlebihan, stress, depresi, atau berada dalam keadaan terpuruk dengan melakukan usaha lainnya dalam menyelesaikan permasalahan. Kesimpulan adalah orang tua yang memiliki *self-acceptance* yang baik menghadapi masalah anaknya dengan *coping strategy* secara *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

Temuan penelitian, ini sejalan dengan penelitian Smith et., al (2020), bahwa penerimaan diri orang tua dengan *coping strategy* melalui peningkatkan pemahaman.

Penelitian lainnya oleh Wakhid, et.al (2019) menemukan mayoritas orang tua (64,8%) yang memiliki anak *down syndrome* memiliki tingkatan penerimaan diri baik, serta tingkat stress normal (63,5%). Sementara penelitian Magnawiyah (2013), menunjukkan bahwa orang tua anak *down syndrome* menggunakan kedua bentuk *coping strategy problem focused coping* (PFC) dan *Emotional focused coping* (EFC) dengan cara yang berbeda berdasarkan *stressor* eksternal dan internal dari masing-masing orang tua.

Orang tua yang melakukan *coping* dengan *strategy EFC* cenderung hanya untuk mencegah emosi negatif yang menguasai dirinya Smett (1994), dan orang tua kurang mampu menghadapi situasi *stressfull* dan sulit untuk mengontrol emosi. Penelitian Palupi & Tirtayani (2022), menemukan orang tua yang mendampingi anak usia dini belajar dari rumah lebih dominan menggunakan *strategy PFC* dibandingkan *EFC* dikarenakan mereka lebih perlu untuk menyelesaikan masalah dengan bentuk yang akan digunakan sedangkan *EFC* ketika orang tua membutuhkan dukungan, tempat bercerita, dan motivasi dari lingkungan sekitar. Orang tua perlu memiliki *coping strategy* yang seimbang yakni baik menggunakan *strategy PFC* dan *EFC* yang memiliki efek dapat mempengaruhi *self-acceptance* dari orang tua anak *down syndrome* seimbang. Dukungan lingkungan baik dari internal (keluarga) maupun eksternal (komunitas, yayasan, sosial media) juga mampu mempengaruhi.

Terdapat faktor lain yang mempengaruhi pemilihan *strategy coping* yakni; perkembangan, usia, struktur psikologis, dan perkembangan usia dalam merespon suatu tekanan (Lestari, 2014).

Self-acceptance memberikan kontribusi pengaruh sebesar 23.9% terhadap *coping strategy* orang tua dengan anak *down syndrome* di yayasan POTADS sisanya sebesar 76.1% dipengaruhi oleh variabel lainnya, seperti, hambatan emosional yang cukup berat. Hambatan emosional bisa terjadi karena adanya pikiran negatif terhadap diri sendiri atau anak, menyalahkan diri sendiri mengapa memiliki anak *down syndrome*, dan sulitnya untuk mengontrol emosi karena adanya rasa sedih, malu, kecewa, dan gagal seperti yang dikatakan oleh orang lain atau pikiran pribadi. *Self-Acceptance* data dipengaruhi dari pemahaman individu tentang diri sendiri, pengharapan yang realitis, tidak adanya hambatan dilingkungan sosial, dan tidak ada gangguan emosi yang berat (Hurlock, 1992). Penerimaan diri juga dipengaruhi oleh dukungan sosial dimana seseorang akan merasa dirinya diterima (Sari & Reza, 2013).

Pendekatan diri dengan Tuhan (Allah SWT) menjadi salah satu poin penting bagi orang tua yang memiliki anak *down syndrome*. Tak jarang orang tua yang tidak siap secara mental akhirnya menyalahkan Tuhan, diri sendiri, dan menyangkal untuk menerima kenyataan bahwa

mereka memiliki anak *down syndrome*, sebagaimana penelitian Pahlewi, Reza (2019) terkait Makna *Self-acceptance* dalam Islam, menemukan penerimaan diri orang tua yang memiliki anak *down syndrome*, dengan sikap *Qann'ah*, bekerja, beribadah, dan bukan pasrah.

Ajaran Islam mengajarkan setiap orang untuk dapat menerima dan menjalankan kehidupan dengan penuh rasa syukur tanpa adanya keraguan. Orang tua harus tetap memberikan pemenuhan kebutuhan dalam menjaga dan merawat anak meskipun mengalami keterbatasan, karena anak adalah anugerah sekaligus titipan Allah SWT, diterima dan syukuri apapun kondisinya dengan *qana'ah*, sebagaimana firman Allah dalam surah Zukhruf ayat 32 yang berbunyi, “*Apakah mereka yang membagi-bagi rahmat Tuhanmu? Kami telah menentukan antara mereka penghidupan mereka dalam kehidupan dunia, dan Kami telah meninggikan sebahagian mereka atas sebagian yang lain beberapa derajat, agar sebagian mereka dapat mempergunakan sebagian yang lain. dan rahmat Tuhanmu lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan*”. Ayat tersebut mendukung laporan dari orang tua di Asia, bahwa *coping strategy* berkaitan dengan tingkat religiusitas, pengaruh lingkungan, penilaian sekitar, dukungan sosial, dan pola strategi yang dipilih (Norizan & Syamsuddin, 2010).

Rasulullah SAW bersabda, Sungguh mengagumkan urusannya orang mukmin itu, semua urusannya menjadi kebaikan untuknya, dan tidak didapati yang demikian itu kecuali pada orang mukmin. Apabila dia mendapatkan kesenangan dia bersyukur, maka yang demikian itu menjadi kebaikan baginya. Dan apabila dia ditimpa kesusahan ia bersabar, maka yang demikian itu pun menjadi kebaikan baginya”. [HR. Muslim].

KESIMPULAN

Kesimpulan

Kategorisasi masing-masing variable diketahui bahwa *coping strategy* (*problem focused coping & emotional focused coping*) menghasilkan skor sedang yang berjumlah 225 orang tua dengan *persentase* 78% dan *self-acceptance* menghasilkan skor tinggi yang berjumlah 256 orang tua dengan *persentase* 88.5%.

Berdasarkan hasil analisis korelasi serta regresi sederhana data *Self-Acceptance dan Coping Strategy* Orang Tua dengan Anak *Down Syndrome* di Yayasan Persatuan Orang Tua *Down syndrome* (POTADS), diketahui terdapat hubungan dan pengaruh *self-acceptance* terhadap *coping strategy* (*problem focused coping & emotional focused coping*) (R^2) sebesar 23,9%.

Pengaruh *coping strategy* terhadap *self-acceptance* apabila dilihat dari *Problem Focused Coping (PFC)* terhadap *Self-Acceptance* sebesar 32,3%. Apabila dilihat dari data yang

diperoleh *self-acceptance* orang tua yang memiliki anak *down syndrome* berada pada kategori tinggi. Adanya pengaruh *coping strategy* yang dilakukan oleh orang tua secara *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Temuan ini sejalan dengan pendapat Hurlock (1980), yang menyatakan semakin baik *self-acceptance* orang tua, maka semakin baik juga penyesuaian diri dan hubungan sosialnya. *Self-acceptance* yang tinggi membantu orang tua untuk berpikir positif bahwa dirinya memiliki kelemahan dan kekurangan untuk menjalani kehidupan sehari-hari (Heriyadi, 2013).

Self-acceptance dan *coping strategy* orang tua yang memiliki anak *down syndrome* dilakukan *coping* secara dua bentuk yakni *PFC* dan *EFC* untuk menerima dengan baik dan dapat menerima anak yang mengalami *down syndrome* dengan bentuk coping tersebut. Meskipun orang tua yang memiliki *EFC* belum baik tapi dapat ditingkatkan secara optimal. *Self-Acceptance* orang tua yang dilakukan oleh orang tua yakni berusaha untuk menerima seluruh keadaan yang dimiliki secara negatif ataupun positif. Individu memiliki kemungkinan untuk melakukan evaluasi yang tepat dan efektif atau tidak efektif yang dimiliki pada dirinya (Ramadhani, 2021).

Bart dan Smet (1994), menyatakan *self-acceptance* seseorang dipengaruhi oleh kondisi individu, sosial-kognitif, karakteristik kepribadian, dan hubungan individu dengan lingkungan sosial. Sementara itu, karakteristik kepribadian merupakan kepribadian secara introvert atau *ekstrovert*, stabilitas emosi, *hardness*, dan lainnya. Hubungan lingkungan sosial pada orang tua yakni interaksi yang dilakukan seperti dukungan sosial, pergaulan yang luas, serta sosial kognitif yakni dukungan sosial, kepribadian dan kontrol pribadi., penerimaan diri (Smet, 1994).

Stressor yang dirasakan orang tua yang memiliki anak *down syndrome* berbeda dan coping yang dilakukan juga berbeda. Orang tua memiliki nilai yang sama berpengaruh secara *Problem Focused Coping (PFC)* dan *Emotional Focused Coping (EFC)* dari masing-masing aspek. Orang tua yang melakukan *Problem Focused Coping (PFC)* membawa anak kedokter untuk mendapatkan pengobatan, terapi, mencari informasi dari lingkungan terdekat ataupun Yayasan yang berhubungan dengan anak, dan berfokus terhadap kondisi dan kesehatan anak.

Emotional Focused Coping (EFC) berfokus pada untuk mengatur diri dalam bersabar, berserah kepada Allah, mengambil hikmah, bersyukur, menerima dan memahami kondisi dengan baik. Sehingga orang tua yang melakukan *Coping Strategy (PFC dan EFC)* membuktikan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima yakni adanya pengaruh yang signifikan pada *self-acceptance* terhadap *coping strategy* orang tua yang memiliki anak *down syndrome* di Yayasan POTADS.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, R. R. (1995). Parenting stress index third edition: Professional manual. Lu\$, FL: Psychological Assesment Resources, Inc. Publikasi Elektronik, informasi dari internet
- Amelia, Mega. (2010). Penerimaan Diri Ibu Terhadap Anak Down syndrome . Skripsi. Riau: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim
- Al-Qur'an Terjemah dan Tajwid Warna. (n.d.). Jakarta Pusat: Beras.
- S.M. Sze, The Physics of Semiconductor Devices, Wiley, New York, p.245, 1981
- Azwar, S. (2007). Metode Penelitian . Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bartlett, D. (1998). Stress: Perspectives and processes. Philadelphia, USA: Open University Press.
- Bingol, T. Y., & Batik, M. V. (2018). Unconditional Self-acceptance and Perfectionistic Cognitions as Predictors of Psychological Well-Being. *Journal of Education and Training Studies*, 7(1), 67.
- Cameron, A. D. (2017). A comparative study of parent-child interactions in children with autism, children with Down syndrome and typically developing children. (Doctoral Dissertation). Northeastern University. Retrieved from <http://hdl.handle.net/2047/D20283090>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022). Facts about Down syndrome . Diakses secara 25 Desember 2022 CDC. <https://www.cdc.gov/ncbddd/birthdefects/downsyndrome.html>
- Chaplin, J. P. (2011). Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta: Rajawali Pers
- Cronbach, Lee, J. (1963). Education Psychology. New York: Harcourt Brace & World Inc.
- Fadhillah, N. A. (2017). Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Strategi Coping pada Penyandang Tunarungu. Skripsi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
- Faradiba, N. (2022). Down syndrome , Kondisi Tubuh Kelebihan Kromosom - Kompas.com. Diakses secara digital 25 Desember 2022. <https://amp.kompas.com/sains/read/2022/03/29/173100923/down-syndrome-kondisi-tubuh-kelebihan-kromosom>
- Fieldman, R. D., Old, S.W., & Papalia, D. E (2011). Human development: Psikologi perkembangan (9th ed). Jakarta: Kencana.
- Hurlock, E. (1998). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.

- Hurlock, E. B. (1992). *Personality Development*. New Delhi: TATA McGraw-Hill Publishing Company Ltd.
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Ruang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Irwanto, I. (2019). *A-Z Sindrom Down (1st ed.)*. Pusat Perpustakaan dan Percetakan Universitas Airlangga(AUP). https://repository.unair.ac.id/89288/3/A-ZSindromDown_compressed.pdf
- Lazarus, R., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, dan coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1985). *Ways of Coping (Revised)*. *Integrative Medicine*, 94143.
- Lyon, B. L. (2012). *Stress, coping, and health*. In Rice, H. V. (Eds.) *Handbook of stress, coping and health: Implications for nursing research, theory, and practice* (pp.3-23). USA: Sage Publication, Inc.
- Magnawiyah, Setyo M. (2014). *Strategi Koping orang Tua Pada Anak Yang Menderita Down syndrome di Sekolah Luar Biasa Negeri 1 Jakarta Lebak Bulus Jakarta*. Skripsi. Banten: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Maryam, S. (2017). *Strategi Coping : Teori Dan Sumberdayanya*. *Konseling Andi Matappa*, 1 (2), 101–107.
- Miller, S. R. (2014). *Shyness, social acceptance, and self-esteem in early adolescence : interrelationships and the role of parents' problem solving*. (Thesis). University of Georgia. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10724/21118>
- Mutmainah, Nisa. (2019). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak Keterbelakangan Mental di Sekolah Khusus “X” Tangerang Selatan*. Jakarta: Universitas Al Azhar Indonesia.
- Nawantara, R. D. (2022). *Self-acceptance of Mothers with Special Needs Children and Implications on Guidance and Counseling*. 899–906.
- Ningsih, Y., & Hanifah, M. (2019). *Kontribusi Penerimaan Diri Terhadap Kebahagiaan Orang Tua Yang Memiliki Anak Down syndrome di Bukit Tinggi*. 021, 1–11. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2019i4.7970>
- Nurmalita, T., Kristiana, I. F., Airlangga, U., & Airlangga, U. (2019). *Coping Parents ' Strategy with Down syndrome (DS) Children*. 04(01), 54
- Psikologi, P. S., Kedokteran, F., & Udayana, U. (2015). *PENYESUAIAN PSIKOLOGIS ORANGTUA DENGAN ANAK DOWN SYNDROME* Ni Made Diah Ayu Anggreni dan Tience Debora Valentina. 2(2), 185–197.
- Potads (Persatuan Orang Tua Dengan Down syndrome). (2019). *Trisomy-21 Down syndrome : Jakarta: PT. Elex Media Kumputindo*.

- Puji, D., Fiki, L., & Wakhid, A. (2019). The Correlation Between Self-acceptance and Stress Level Of Parents Of Down syndrome Children at Ungaran Special School. 7–8.
- Ramadhani, N. (2021). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Strategi Coping Pada Remaja Putri Korban Body Shaming Kelas XI MAN 1 Kabupaten Malang. Skripsi. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Renawati, R, Darwis, R, S, & Wibowo, H. (2017) Interaksi Sosial Anak Down syndrome Dengan Lingkungan Sosial (Studi Kasus Anak Down syndrome yang Bersekolah di SLB Pusppa Suryakanti Bandung). Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 4(2).
- Tentang Kami – POTADS. (n.d.). Retrieved December 10 (2022), from <https://potads.or.id/tentang-kami/>
- Endarti, A. (2015). Kualitas hidup kesehatan: konsep, model dan penggunaan. *Ilmiah Kesehatan*, 7(2) (September), 97–108. <http://lp3m.thamrin.ac.id/upload/jurnal/JURNAL-1519375940.pdf>
- Smet, B. (1994). Psikologi Kesehatan. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: PT Alfabet.
- Tentang Kami – POTADS. (n.d.). Retrieved December 10, 2022, from <https://potads.or.id/tentang-kami/>
- Westwood, S. C. A. (1976). A Comparative Study Of The Self-Acceptance Of Suicidal And Non-Suicidal Youths By Catherine Ann Westwood B . Scn ., Univeristy of Toronto , 1969 A Thesis Submitted In Partial Fulfillment Of The Requirements For The Degree Of Master Of Science In. 1976.
- Zahro Az, Adah. (2014). Gambaran Tingkat Stress Orang Tua Yang Memiliki Anak Down syndrome . Skripsi. Depok: Universitas Indonesia