

**PERAN *LEARNED RESOURCEFULNESS* TERHADAP  
*BURNOUT* PADA IBU DENGAN ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS**



**SKRIPSI**

**OLEH:**

**VIONA VALENSIA**

**04041282025020**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDRALAYA**

**2024**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PERAN *LEARNED RESOURCEFULNESS* TERHADAP *BURNOUT* PADA  
IBU DENGAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**SKRIPSI**

Dipersiapkan dan disusun oleh

**VIONA VALENSIA**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 15 Juli 2024

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing I

Pembimbing II



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy  
NIP. 19840922218032001



Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog  
NIP. 199010282018032001

Penguji I



Amalia Juniary, S.Psi., MA., Psikolog  
NIP. 197906262023212018

Penguji II



Angeline Hosana Z. Tarigan, S.Psi., M.Psi.  
NIP. 198704152018032001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi  
pada tanggal 15 Juli 2024



Sayang Ajeung Mardiyah, S.Psi., M.Si.  
NIP. 197805212002122004

## LEMBAR PERSETUJUAN

### UJIAN SKRIPSI

Nama : Viona Valensia  
NIM : 04041282025020  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Kedokteran  
Judul Skripsi : Peran *Learned Resourcefulness* terhadap *Burnout* pada Ibu  
pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus

Indralaya, 11 Juli 2024

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy  
NIP. 19840922218032001




Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog  
NIP. 199010282018032001

Mengetahui,

Ketua Bagian Psikologi



  
Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya, Viona Valensia, dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya sendiri dan belum pernah diajukan sebelumnya untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia untuk dicabut derajat kesarjanaannya.

**Indralaya, 15 Juli 2024**

**Peneliti.**



SPESIAL RIBU. RUPAH  
10000  
METERAI  
TEMPEL  
F2975ALX246110455  
**Viona Valensia**

**NIM. 04041282025020**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang yang tidak berhenti memberikan Rahmat dan perlindungan. Peneliti mempersembahkan tugas akhir skripsi ini dan ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua saya, yang telah mendidik dan merawat saya, yang selalu mendoakan saya sehingga saya dapat *survive* dan tidak menyerah dalam menjalani kehidupan. Terima kasih karena selalu memberikan kasih sayang dan selalu memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya.
2. Keluarga dan orang-orang terdekat. Terima kasih untuk keluarga saya yang selalu mendukung dan mendoakan yang terbaik untuk saya. Terima kasih saya ucapkan pula kepada orang-orang terdekat saya, Conny, Muti, Syifa, Feby, Fara, serta Alif yang telah memberikan semangat dan selalu menghibur saya.
3. Para teman saya di perkuliahan, *Partner in Crime* (Dinda, Indri, Silmi, Irpan), *Lonely Teenager* (Anin, Feby, Fae, Adel, Dhia), serta Rara, Debby, Giffa, Raisha, dan Dea yang telah menemani dan membantu saya dalam perkuliahan ini.
4. Saya sendiri. Terima kasih karena telah bertahan dan yakin pada diri sendiri.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peran *Learned Resourcefulness* terhadap *Burnout* pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus” dengan tepat waktu.

Pada proses pengerjaan tugas akhir skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan ilmu dan pengalaman baru. Saya juga ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Taufiq Marwa, SE., M.Si., selaku Rektor Universitas Sriwijaya
2. Bapak dr. H. Syarif Husin, M.S., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., MA, selaku Kepala Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
4. Ibu Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
5. Ibu Yeni Anna Appulembang, S.Psi., M.A., selaku Dosen Pembimbing I
6. Ibu Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II
7. Ibu Amalia Juniarly, S.Psi., M.A., Psikolog, selaku Dosen Penguji I
8. Ibu Angeline Hosana Z. Tarigan, S.Psi., M.Psi., selaku Dosen Penguji II
9. Para dosen dan staf di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

10. Kedua orang tua saya yang saya cintai serta keluarga besar saya yang selalu mendukung dan mendoakan saya.
11. Orang-orang terdekat saya, Conny, Fara, Feby, Muti, Syifa, serta Alif yang selalu memberikan dukungan dan semangat.
12. Teman-teman *Owlster Fighter* yang saya banggakan dan telah mewarnai kehidupan perkuliahan saya.

Karena masih banyak terdapat kekurangan dalam pengerjaan skripsi ini, saya mengharapkan kritik dan saran yang membangun dapat menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca dan pihak lain yang berkepentingan.

Palembang, 15 Juli 2024

Viona Valensia

NIM 04041282025020

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xvi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>17</b>
A. <i>Burnout</i> .....	17
1. Pengertian <i>Burnout</i> .....	17



2.	Faktor <i>Burnout</i> .....	18
3.	Dimensi <i>Burnout</i> .....	20
B.	<i>Learned Resourcefulness</i> .....	22
1.	Pengertian <i>Learned Resourcefulness</i> .....	22
2.	Aspek <i>Learned Resourcefulness</i> .....	23
C.	Anak Berkebutuhan Khusus.....	25
1.	Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus.....	25
2.	Kategori Anak Berkebutuhan Khusus .....	26
3.	Faktor Penyebab Anak Berkebutuhan Khusus .....	27
D.	Peran <i>Learned Resourcefulness</i> terhadap <i>Burnout</i> .....	29
E.	Kerangka Berpikir.....	31
F.	Hipotesis Penelitian.....	31
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b> .....	<b>32</b>
A.	Identifikasi Variabel Penelitian VT dan VB .....	32
1.	Variabel Bebas .....	32
2.	Variabel Terikat.....	32
B.	Definisi Operasional Variabel VT dan VB .....	33
1.	<i>Burnout</i> .....	33
2.	<i>Learned Resourcefulness</i> .....	33
C.	Populasi dan Sampel Penelitian .....	34
1.	Populasi Penelitian .....	34
2.	Sampel Penelitian .....	35
3.	Teknik <i>Sampling</i> .....	35
D.	Metode Pengumpulan Data .....	36
1.	Skala <i>Burnout</i> .....	37

2. Skala <i>Learned Resourcefulness</i> .....	38
E. Validitas dan Reliabilitas .....	39
1. Validitas.....	39
2. Reliabilitas .....	40
F. Metode Analisis Data .....	41
1. Uji Asumsi.....	41
2. Uji Hipotesis.....	42
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	43
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	43
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	45
1. Persiapan Administrasi .....	45
2. Persiapan Alat Ukur .....	46
3. Pelaksanaan Penelitian .....	52
C. Hasil Penelitian .....	60
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	60
2. Deskripsi Data Penelitian .....	65
3. Hasil Analisis Data Penelitian .....	67
D. Hasil Analisis Tambahan .....	71
1. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Usia Subjek.....	71
2. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Pulau Domisili .....	72
3. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Jenjang Pendidikan Terakhir .....	74
4. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Pekerjaan.....	76

5. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Status Pernikahan.....	77
6. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Jumlah Anak Berkebutuhan Khusus.....	77
7. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan yang Sering Mengurus Anak .....	78
8. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Usia Anak .....	79
9. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Jenis Kelamin Anak.....	80
10. Uji Beda Tingkat <i>Burnout</i> dan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Diagnosis Anak.....	81
11. Uji Sumbangan Efektif Fitur Inti <i>Learned Resourcefulness</i> terhadap <i>Burnout</i> .....	83
12. Uji Tingkat <i>Mean</i> pada Variabel <i>Burnout</i> .....	85
E. Pembahasan.....	86
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	92
A. Kesimpulan .....	92
B. Saran.....	92
C. Kelemahan Penelitian.....	94
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	96
<b>LAMPIRAN</b> .....	109

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring Skala Psikologis.....	37
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Burnout</i> .....	38
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala <i>Learned Resourcefulness</i> .....	39
Tabel 4.1 Distribusi Skala <i>Burnout</i> Setelah Uji Coba.....	49
Tabel 4.2 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Burnout</i> .....	49
Tabel 4.3 Distribusi Skala <i>Learned Resourcefulness</i> Setelah Uji Coba.....	51
Tabel 4.4 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Learned Resourcefulness</i> .....	52
Tabel 4.5 Penyebaran Skala <i>Try Out</i> .....	55
Tabel 4.6 Penyebaran Skala Penelitian.....	57
Tabel 4.7 Deskripsi Usia Subjek Penelitian .....	60
Tabel 4.8 Deskripsi Pulau Domisili Subjek Penelitian .....	61
Tabel 4.9 Pendidikan Terakhir Subjek Penelitian.....	61
Tabel 4.10 Pekerjaan Subjek Penelitian .....	62
Tabel 4.11 Status Pernikahan Subjek Penelitian .....	62
Tabel 4.12 Jumlah Anak Berkebutuhan Khusus Subjek Penelitian.....	63
Tabel 4.13 Yang Sering Mengurus Anak Subjek Penelitian.....	63
Tabel 4.14 Usia Anak Subjek Penelitian .....	63
Tabel 4.15 Jenis Kelamin Anak Subjek Penelitian .....	64
Tabel 4.16 Diagnosis Anak Subjek Penelitian .....	64
Tabel 4.17 Deskripsi Data Deskriptif Subjek Penelitian .....	65
Tabel 4.18 Formulasi Kategorisasi .....	66

<b>Tabel 4.19 Deskripsi Kategorisasi Burnout</b> .....	66
<b>Tabel 4.20 Deskripsi Kategorisasi Learned Resourcefulness</b> .....	67
<b>Tabel 4.21 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian</b> .....	68
<b>Tabel 4.22 Hasil Uji Linear Variabel Penelitian</b> .....	69
<b>Tabel 4.23 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana</b> .....	70
<b>Tabel 4.24 Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia Subjek</b> .....	71
<b>Tabel 4.25 Hasil Perbedaan <i>Learned Resourcefulness</i> berdasarkan Usia Subjek</b> .....	72
<b>Tabel 4.26 Hasil Uji Beda Berdasarkan Pulau Domisili</b> .....	73
<b>Tabel 4.27 Hasil <i>Mean</i> Variabel <i>Burnout</i> berdasarkan Pulau Domisili</b> .....	73
<b>Tabel 4.28 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenjang Pendidikan Terakhir</b> .....	74
<b>Tabel 4.29 Hasil LSD <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Jenjang Pendidikan Terakhir Subjek</b> .....	75
<b>Tabel 4.30 Hasil Perbedaan <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Jenjang Pendidikan Terakhir Subjek</b> .....	75
<b>Tabel 4.31 Hasil Uji Beda Berdasarkan Pekerjaan</b> .....	76
<b>Tabel 4.32 Hasil Uji Beda Berdasarkan Status Pernikahan</b> .....	77
<b>Tabel 4.33 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jumlah Anak Berkebutuhan Khusus</b> .....	78
<b>Tabel 4.34 Hasil Uji Beda Berdasarkan yang Sering Mengurus Anak</b> .....	79
<b>Tabel 4.35 Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia Anak</b> .....	80
<b>Tabel 4.36 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin Anak</b> .....	80
<b>Tabel 4.37 Hasil Uji Beda Berdasarkan Diagnosis Anak</b> .....	81

<b>Tabel 4.38 Nilai Mean <i>Burnout</i> Berdasarkan Diagnosis Anak .....</b>	<b>82</b>
<b>Tabel 4.39 Nilai Mean <i>Learned Resourcefulness</i> Berdasarkan Diagnosis Anak .....</b>	<b>83</b>
<b>Tabel 4.40 Hasil Uji Sumbangan Efektif .....</b>	<b>84</b>
<b>Tabel 4.41 Sumbangan Efektif Aspek <i>Learned Resourcefulness</i> .....</b>	<b>84</b>
<b>Tabel 4.42 Hasil Uji Mean Variabel <i>Burnout</i> .....</b>	<b>85</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN A</b> .....	110
<b>LAMPIRAN B</b> .....	116
<b>LAMPIRAN C</b> .....	128
<b>LAMPIRAN D</b> .....	138
<b>LAMPIRAN E</b> .....	157
<b>LAMPIRAN F</b> .....	163
<b>LAMPIRAN G</b> .....	167
<b>LAMPIRAN H</b> .....	170
<b>LAMPIRAN I</b> .....	184

**PERAN *LEARNED RESOURCEFULNESS* TERHADAP *BURNOUT* PADA  
IBU DENGAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**

Viona Valensia<sup>1</sup>, Yeni Anna Appulembang<sup>2</sup>

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *learned resourcefulness* terhadap *burnout* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat peran *learned resourcefulness* terhadap *burnout* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu dengan anak berkebutuhan khusus (ABK) berusia 15 tahun kebawah di Indonesia. Jumlah sampel dalam penelitian ini terdiri dari 155 ibu dari ABK dengan 50 ibu dari ABK untuk uji coba. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan dua skala sebagai alat ukur, yaitu skala *burnout* berdasarkan dimensi-dimensi *burnout* oleh Maslach dan Leiter (2016) dan skala *learned resourcefulness* berdasarkan aspek-aspek *learned resourcefulness* dari Rosenbaum (1993). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik analisis regresi sederhana.

Hasil analisis regresi menunjukkan data nilai *R square* antara *learned resourcefulness* dan *burnout* sebesar 0,385, nilai *F* sebesar 95,645, dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa *learned resourcefulness* memiliki peran terhadap *burnout* secara signifikan sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

**Kata Kunci:** *Learned Resourcefulness, Burnout*

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy  
NIP. 19840922218032001

Dosen Pembimbing II



Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog  
NIP. 199010282018032001





## THE ROLE OF LEARNED RESOURCEFULNESS TOWARDS BURNOUT IN MOTHER WITH SPECIAL NEEDS CHILDREN

Viona Valensia<sup>1</sup>, Yeni Anna Appulembang<sup>2</sup>

### Abstract

*This study aims to determine the role of learned resourcefulness towards burnout in mothers with special needs children. The hypothesis of this research is that there is a role for learned resourcefulness burnout in mothers with special needs children.*

*Populations in this study were mothers of special needs children aged under 15 in Indonesia. The number of samples in this study consisted of 155 mothers with 50 mothers for try out. The sampling technique used in this study is purposive sampling. The measuring instrument used to measure burnout variable is a burnout scale based of the dimensions proposed by Maslach and Leiter (2016). Learned resourcefulness variable are measured using learned resourcefulness scale based of the aspects of learned resourcefulness proposed by Rosenbaum (1993). Data analysis in this study used simple regression analysis techniques.*

*The results of the regression analysis showed that the data value of R square between learned resourcefulness and burnout was 0,385, the F-value was 95,645, and the significant value was 0,000 ( $p < 0,05$ ). This shows that learned resourcefulness has a significant role in burnout, with an effective contribution of 38,5%. Thus, the hypothesis proposed in this study can be accepted.*

**Keyword:** *Learned Resourcefulness, Burnout*

<sup>1</sup> Students of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

<sup>2</sup> Lecturer of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

Dosen Pembimbing I



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy  
NIP. 19840922218032001

Dosen Pembimbing II



Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog  
NIP. 199010282018032001



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Mempunyai anak merupakan keinginan sebagian besar pasangan yang sudah menikah. Kehadiran anak sangat dinantikan sekaligus menjadi harapan bagi setiap orang tua (Mulyana & Mutiudin, 2018). Semua orang tua pasti menginginkan anaknya terlahir sehat dan sempurna tanpa memiliki kekurangan (Tameon & Tlonaen, 2019). Nyatanya, tidak semua anak dilahirkan dengan kondisi sempurna sesuai dengan harapan orang tua. Beberapa orang tua harus menghadapi keadaan bahwa mereka dikaruniai oleh anak dengan kondisi berkekurangan yang dapat menghambat proses tumbuh kembangnya yang biasa disebut dengan anak berkebutuhan khusus atau yang biasa disebut dengan ABK (Damayanti, Wulandari, & Safitri, 2023).

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2013) mendefinisikan anak berkebutuhan khusus sebagai anak yang memiliki keterbatasan atau keluarbiasaan, baik secara fisik, mental-intelektual, sosial, maupun emosional, yang memiliki pengaruh signifikan terhadap proses pertumbuhan atau perkembangannya dibandingkan dengan anak-anak lain yang seusia dengannya. Desiningrum (2016) juga menjelaskan bahwa anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak.

Kategori anak berkebutuhan khusus oleh Kristiana dan Widayanti (2016) terdiri dari tunanetra, tunarungu, *cerebral palsy*, kognitif (gangguan intelektual, kesulitan belajar), hambatan perilaku (*Attention Deficit Hyperactive Disorder* atau ADHD, tunalaras), *Autism Spectrum Disorder* (ASD), dan anak cerdas istimewa. Sedangkan, Anggraini (2013) mengkategorikan anak berkebutuhan khusus ke beberapa macam, diantaranya anak-anak yang mengalami keterbelakangan mental, gangguan atensi, gangguan emosional, komunikasi, autisme, *traumatic brain injury*, hambatan pendengaran, hambatan penglihatan, dan anak-anak dengan bakat khusus.

Prevalensi anak berkebutuhan khusus di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2017, jumlah anak berkebutuhan khusus (ABK) di Indonesia mencapai angka 1,6 juta anak. Sedangkan, menurut data statistik 2021 dari Kemenko PMK, anak berkebutuhan khusus di Indonesia hampir menyentuh angka 2,2 juta atau sebanyak 2.197.833 anak. Namun, dari data Kemendikburistek per Agustus 2021, hanya sebanyak 269 ribu anak atau 12,26% dari semua anak berkebutuhan khusus yang menempuh jalur Sekolah Luar Biasa (SLB) dan inklusif. Sekolah inklusi sendiri merupakan pelayanan pendidikan untuk anak berkebutuhan khusus tanpa memandang kondisi fisik, intelegensi, sosial, emosional, dan kondisi lainnya untuk belajar bersama dengan anak-anak normal di sekolah regular (Pratiwi, 2015).

Dengan meningkatnya prevalensi anak berkebutuhan khusus dan masih banyak ABK yang belum menempuh SLB maupun sekolah inklusi, maka mereka memerlukan perhatian dan dukungan yang lebih khusus dari orang tua. Dukungan

tersebut dapat berupa keterlibatan orang tua dalam mengasuh anak (Hanifah, Haer, Widuri, & Santoso, 2021). Nur dan Jafar (2022) juga menambahkan bahwa anak berkebutuhan khusus sangat memerlukan keterlibatan orang tua dalam pengasuhannya, khususnya bagi anak berkebutuhan khusus yang berusia 15 tahun ke bawah karena mereka masih memerlukan bimbingan dalam melatih kemampuan dasarnya untuk menjalani kehidupan mandiri.

Pada kenyataannya, dalam mengasuh dan merawat anak berkebutuhan khusus, orang tua mengalami banyak tantangan dan kesulitan, terutama oleh ibu karena ibu merasa paling bertanggung jawab atas apa yang dialami anaknya (Lestari & Mariyati, 2015). Keterlibatan ibu dalam mengasuh dan merawat anak berkebutuhan khusus sangat krusial (Clement & Sekhar, 2021). Membesarkan anak berkebutuhan khusus membutuhkan tanggung jawab yang tinggi, terutama bagi para ibu (Maulinda, Murti, & Adriani, 2021). Sering kali ibu merasakan kelelahan dan tekanan yang berlebihan karena tuntunan pengasuhan (Asyari, 2014).

Tanggung jawab yang berat atas anak berkebutuhan khusus dapat membuat ibu merasakan *burnout* (Heiman, 2021). Mempunyai anak berkebutuhan khusus pada ibu dapat meningkatkan risiko *burnout* daripada ibu yang anaknya normal (Gérain & Zech, 2018). Orang tua dari anak berkebutuhan khusus rentan mengalami *burnout* karena anak merasa tidak berdaya dan dianggap bertanggung jawab atas situasi yang dialami orang tua, serta membebani sebagian besar tanggung jawab terhadap rumah dan anak (Dürüst, 2018). Diketahui, ibu dengan anak berkebutuhan khusus lebih rentan mengalami *burnout* daripada ibu tanpa anak berkebutuhan khusus (Findling, Barnoy, & Itzhaki, 2022).

Perkembangan *burnout* diawali oleh *emotional exhaustion* (Korunka, Tement, Zdrehus, & Borza, 2020). *Emotional exhaustion* merupakan inti dari *burnout* (Agiati & Huripah, 2019). *Burnout* pada orang tua dapat ditandai dengan kelelahan emosional dalam merawat anak, merasa ada jarak emosional dengan anak, dan merasa tidak menjadi orang tua yang baik (Roskam, Brianda, & Mikolajczak, 2018). Gejala *burnout* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus lebih sering muncul daripada ibu yang anaknya sehat (Masoumi, Abdoli, Esmaeilzadeh, & Sadeghi, 2020). Penelitian Alrahili (2023) mengenai ibu dengan anak berkebutuhan khusus 54,8% diantaranya mengalami *emotional exhaustion* dan 64,5% merasa mereka bukan ibu yang baik. Ibu dari anak ASD dilaporkan mengalami *burnout* yang lebih tinggi daripada ayah dari anak ASD dari orang tua yang anaknya normal (Kütük, Tufan, Kılıçaslan, Güler, Çelik, Altıntaş, Gökçen, Karadağ, Yektaş, Mutluer, Kandemir, Büber, Topal, Acikbas, Giray, & Kütük, 2021).

Penyebab *burnout* pada ibu dari anak berkebutuhan khusus cukup beragam. Penelitian Polat dan Karakas (2019) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak ADHD mengalami *burnout* sebagai hasil dari perilaku ADHD anaknya seperti tidak bisa fokus dan hiperaktif serta permasalahan sosial dan akademis yang diakibatkannya. Dari penelitian Kahrıman, Polat, dan Gürol (2019), ibu dengan anak *intellectual disability* yang mengalami kesulitan dalam merawat anaknya mengalami *burnout*. Selain itu, gejala pada anak ASD dapat menyebabkan *burnout* pada orang tua karena harus mengelola berbagai kebutuhan layanan anak-anak

mereka (misalnya rencana perawatan, adaptasi, dan pertimbangan finansial) (Petrongolo, 2014).

Contoh-contoh diatas sejalan dengan penelitian oleh Agiati dan Huripah (2019) dimana ibu dari anak berkebutuhan khusus merasakan *burnout* karena mereka terlibat secara emosional, merasa kewalahan, dan merasa terkuras energinya, sehingga meningkatkan perasaan frustrasi, putus asa, dan tidak berdaya. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa orang tua dengan anak berkebutuhan khusus memiliki *exhaustion* dan *lack of personal accomplishment* yang lebih tinggi daripada orang tua yang anaknya normal (Patty, Meeteren, Willemen, Mol, Verdonk, Ketelaar, & Schuengel, 2022).

*Burnout* merupakan sindrom psikologis yang muncul sebagai respons berkepanjangan terhadap stres interpersonal yang kronis pada pekerjaan (Maslach & Leiter, 2016). Menurut Maslach, dan Leiter (2016), *burnout* terdiri dari tiga dimensi yaitu *emotional exhaustion* (kelelahan emosional), *depersonalization* (depersonalisasi), dan *reduced personal accomplishment* (rendahnya penghargaan diri).

Gillis dan Roskam (2019) menjelaskan bahwa *burnout* pada orang tua dapat memperburuk kualitas hubungan orang tua dengan anak. Dimensi *burnout* seperti *emotional exhaustion* dan *personal accomplishment* yang rendah juga berhubungan dengan stres pada ibu (Lebert-Charron, Dorard, Boujut, & Wendland, 2018). *Burnout* juga berdampak negatif seperti kurangnya kesenangan, kecemasan, motivasi, stres yang dirasakan tinggi, gangguan mood dan gangguan kesehatan

(DeFreese & Smith, 2014). Apabila *burnout* mencapai puncaknya pada orang tua, kinerja orang tua akan berkurang sehingga dapat berdampak pada pengasuhan dan anak, dan kondisi ini dapat menyebabkan orang tua kehilangan kemampuan untuk mengontrol perilakunya (Agiati & Huripah, 2019).

Diketahui, *learned resourcefulness* dapat mencegah *burnout* karena individu yang memiliki *learned resourcefulness* dapat lebih mengatasi kesulitan yang dialaminya dalam pekerjaannya (Topcu & Yucekaya, 2017). Sejalan dengan penelitian sebelumnya, penelitian dari Genc (2016) juga menunjukkan bahwa jika tingkat *learned resourcefulness* tinggi, maka level *burnout* pada seseorang juga dapat berkurang karena individu dengan *learned resourcefulness* yang tinggi merasa bahwa mereka sukses dalam pekerjaannya.

*Learned resourcefulness* menurut Rosenbaum (1983) adalah kemampuan yang diperoleh dari perilaku dan keterampilan (biasanya secara kognitif) dengan meregulasi respons internal diri sendiri (seperti emosi, rasa sakit, dan kognisi) yang mengganggu individu dalam berperilaku. *Learned resourcefulness* dapat diartikan sebagai keterampilan kognitif-perilaku yang didapatkan dari kemampuan kontrol diri (Rosenbaum, 1989). Rosenbaum (1993) mengatakan bahwa *learned resourcefulness* terdiri dari tiga komponen, yaitu *redressive self-control* (melanjutkan fungsi normal yang sudah terganggu), *reformative self-control* (menghentikan kebiasaan yang tidak efektif atau mengganggu dan mencari perilaku atau kebiasaan yang lebih baik), dan *experiential self-control* (kemampuan yang memungkinkan seseorang untuk sepenuhnya mengalami aktivitas yang menyenangkan).

Hasil penelitian Eroglu, Akbaba, Adıgüzel, dan Peker (2014) menunjukkan bahwa *learned resourcefulness* dapat membantu ibu dengan anak berkebutuhan khusus mengatasi stres dan situasi yang menantang. Dengan *learned resourcefulness* seseorang dapat meregulasi emosi, perasaan, dan kognisi diri dengan baik (Khowaja, 2017). Penelitian Bekhet, Johnson, dan Zauszniewski (2013) menunjukkan tingkat *learned resourcefulness* yang tinggi pada individu dengan peran pengasuhan (termasuk ibu) berhubungan dengan keterampilan pemikiran yang positif, kesejahteraan psikologis, merasakan tekanan yang lebih rendah, dan kecenderungan depresi yang rendah. Individu dengan *learned resourcefulness* yang tinggi juga lebih dapat mengatasi masalah dan stres dengan lebih efektif dan lebih dapat mengontrol perasaan negatif (Alan, Bekar, Ciftcioglu, & Karadag, 2019).

Berdasarkan penjelasan mengenai fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap pengaruh *learned resourcefulness* terhadap *burnout* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan sebelumnya, rumusan penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah “apakah ada peranan *learned resourcefulness* terhadap *burnout* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus?”.



### **C. Tujuan Penelitian**

Dari latar belakang dan rumusan masalah yang diajukan, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan *learned resourcefulness* terhadap *burnout* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijabarkan, peneliti berharap bahwa penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis, maupun secara praktis.

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan dapat memberi sumbangan ilmu dalam pengembangan keilmuan psikologi dan memperkaya hasil penelitian sebelumnya khususnya mengenai psikologi positif, sosial, dan klinis.

#### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi subjek penelitian dan peneliti lain.

##### **a. Bagi Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus**

Penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan bagaimana peranan *learned resourcefulness* terhadap *burnout* pada ibu dengan

anak berkebutuhan khusus sehingga mereka dapat mengetahui dan mengurangi *burnout* ketika menghadapi situasi yang sulit.

b. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman dan wawasan baru bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian sejenis.

### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian mengenai *burnout* dan *learned resourcefulness* terhadap ibu dengan anak berkebutuhan khusus belum pernah diteliti sebelumnya sehingga penelitian ini memiliki kemiripan dengan penelitian terdahulu. Oleh sebab itu, peneliti melakukan kajian dari studi literatur pada penelitian terdahulu untuk membandingkan dan mengetahui apakah terdapat unsur-unsur yang berbeda dengan konteks penelitian yang peneliti lakukan.

Pertama, Muna dan Indrawati (2022) pernah melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial Suami dengan *Burnout* pada Ibu Rumah Tangga yang Tidak Bekerja di Perumahan Griya Praja Mukti Kendal”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial suami dengan *burnout* pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Subjek penelitian ini adalah 61 ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Perumahan Griya Praja Mukti Kendal dan pengambilan sampel dengan *convenience sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala *burnout* dan skala dukungan sosial suami. Hasil penelitian ini

menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial suami dengan *burnout* pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Semakin positif dukungan sosial suami, maka semakin rendah *burnout* pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja dan sebaliknya.

Perbedaan penelitian di atas terletak pada variabel bebas dan subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya, digunakan dukungan sosial suami sebagai variabel bebas, sedangkan pada penelitian ini menggunakan *learned resourcefulness* sebagai variabel bebas. Sampel pada penelitian sebelumnya merupakan ibu rumah tangga yang tidak bekerja, berbeda dengan penelitian ini yang menggunakan ibu dengan anak berkebutuhan khusus sebagai subjeknya.

Kedua, El-Zayat, Elewa, dan Hassan (2023) melakukan sebuah penelitian yang berjudul “*Effect of Empowerment Program on Reducing Burnout for Mothers having Children Suffering from Hearing Impairment*”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan *empowerment program* untuk mengurangi *burnout* pada ibu yang memiliki anak dengan disabilitas pendengaran. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuasi eksperimen. Subjek dalam penelitian ini adalah 220 ibu yang memiliki anak dengan disabilitas pendengaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peranan *empowerment program* dalam mengurangi *burnout* pada ibu yang anaknya memiliki disabilitas pendengaran.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini terdapat pada variabel bebas dan subjek penelitian. Di penelitian sebelumnya, *empowerment program* digunakan sebagai variabel bebas. Sementara di penelitian ini *learned*

*resourcefulness* digunakan sebagai variabel bebas. Sampel pada penelitian sebelumnya merupakan ibu yang memiliki anak dengan disabilitas pendengaran, sedangkan di penelitian ini sampel yang digunakan adalah ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

Berikutnya, Sofiani dan Fauziah (2022) melakukan penelitian berjudul “Hubungan *Avoidance Coping* dengan *Burnout* pada Ibu Bekerja *Part Time* di Kawasan Konveksi Kabupaten Tegal”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *avoidance coping* dengan *burnout* pada ibu bekerja *part time*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan subjek sebanyak 86 ibu bekerja *part time*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *burnout* dan skala *avoidance coping*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif tidak signifikan antara *avoidance coping* dengan *burnout*.

Penelitian sebelumnya dan penelitian ini berbeda dalam variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah *avoidance coping*. Pada penelitian ini, variabel bebas yang dipakai adalah *learned resourcefulness*. Subjek penelitian sebelumnya adalah ibu yang bekerja *part time*, sementara pada penelitian ini adalah ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

Keempat, Edward (2020) melakukan penelitian yang berjudul “Peran Stres Akademik terhadap Performa Akademik dengan *Learned Resourcefulness* sebagai Mediator pada Dewasa Awal”. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui peranan stres akademik terhadap performa akademik dengan *learned resourcefulness* sebagai mediator pada dewasa awal. Metode kuantitatif digunakan pada penelitian

ini dan pengumpulan data dengan kuesioner. Subjek penelitian ini adalah 318 mahasiswa semester dua di Fakultas Psikologi Universitas X. Didapatkan hasil bahwa *learned resourcefulness* memiliki peran sebagai mediator pada hubungan antara stres akademik dan performa akademik.

Penelitian sebelumnya dan penelitian ini berbeda dalam variabel bebas, variabel terikat, variabel mediator, dan subjek penelitian. Penelitian sebelumnya menggunakan variabel bebas stres akademik, variabel terikat performa akademik, dan variabel mediator *learned resourcefulness*. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan variabel bebas *learned resourcefulness* dan variabel terikat *burnout*. Penelitian sebelumnya menggunakan subjek mahasiswa semester dua di Fakultas Psikologi Universitas X. Sementara, subjek penelitian ini adalah ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

Pada penelitian selanjutnya, Kwiatkowski dan Sekułowicz (2017) melakukan penelitian yang berjudul "*Examining the Relationship of Individual Resources and Burnout in Mother of Children with Disabilities*". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *burnout* dengan *sense of coherence* dan *resiliency* pada ibu yang memiliki anak disabilitas. Subjek penelitian ini adalah 69 ibu yang memiliki anak disabilitas (ASD dan *cerebral palsy*). Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *individual resources* dengan *burnout* pada ibu dengan anak disabilitas.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini terletak pada variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas yang digunakan dalam

penelitian sebelumnya adalah *sense of coherence* dan *resiliency*, sedangkan pada penelitian ini, variabel bebas yang digunakan adalah *learned resourcefulness*. Subjek pada penelitian sebelumnya hanyalah ibu dengan anak ASD dan *cerebral palsy*, sedangkan di penelitian ini, subjeknya mencakup seluruh ibu yang anaknya memiliki *neurodevelopmental disorder*.

Keenam, penelitian mengenai *learned resourcefulness* dilakukan oleh Topcu dan Yucekaya (2017) dengan judul “*Relationship of Learned Resourcefulness and Burnout Levels: A Research in an Industrial Enterprise*”. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara *learned resourcefulness* dan *burnout* pada karyawan. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu karyawan perusahaan industri di Canakkale, Turki. Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa karyawan dengan *learned resourcefulness* yang lebih tinggi lebih mudah mengatasi stres kerja dan *learned resourcefulness* memiliki hubungan negatif dengan *burnout*.

Perbedaan penelitian diatas terletak pada variabel terikat dan subjek yang digunakan. Pada penelitian sebelumnya, *burnout* digunakan sebagai variabel terikat, sedangkan di penelitian ini, variabel terikat yang digunakan adalah *burnout*. Subjek yang digunakan pada penelitian sebelumnya menggunakan karyawan perusahaan industri di Canakkale, Turki, sedangkan pada penelitian ini menggunakan ibu dengan anak berkebutuhan khusus tanpa ada pengklasifikasian dan lokasi tertentu sebagai subjeknya.

Selanjutnya, penelitian Lai, Zauszniewski, Tang, Hou, Su, & Lai (2013) yang berjudul “*Personal beliefs, learned resourcefulness, and adaptive functioning in depressed adults*” bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *learned resourcefulness*, *personal beliefs*, dan *adaptive functioning simultaneously*, serta efek dari *personal belief* pada hubungan antara *learned resourcefulness* dan *adaptive functioning* pada orang dewasa dengan depresi. Subjek penelitian ini yaitu orang dewasa dengan depresi di Taiwan Selatan sebanyak 187 subjek. Metode penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif. *Hierarchical regression* digunakan sebagai teknik analisis data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *personal belief* memberi pengaruh pada *learned resourcefulness* dan *adaptive functioning* kepada orang dewasa dengan depresi dan memberikan arahan untuk merancang intervensi perawatan yang melibatkan *personal belief* saat mengajari skill *resourcefulness* pada orang dewasa dengan depresi.

Penelitian sebelumnya dan penelitian ini memiliki perbedaan pada variabel bebas, variabel terikat, dan subjek yang digunakan. Variabel bebas penelitian sebelumnya adalah *personal belief* dan variabel terikatnya *learned resourcefulness* dan *adaptive functioning*. Pada penelitian ini, variabel bebasnya adalah *learned resourcefulness* dan variabel terikatnya adalah *burnout*. Subjek yang digunakan dalam penelitian sebelumnya adalah orang dewasa dengan depresi di Taiwan, sementara pada penelitian ini menggunakan ibu dengan anak berkebutuhan khusus.

Kahrıman, Polat, dan Güro (2019) melakukan penelitian yang berjudul “*Determination of Perceived Social Support and Burnout Levels of Mothers of Children with Intellectual Disability*”. Tujuan penelitian ini adalah untuk

mengetahui hubungan antara *social support* dan *burnout levels* pada ibu dengan anak yang mempunyai disabilitas intelektual. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif *cross-sectional*. Sampel penelitian ini sebanyak 128 ibu yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual berumur 6-14 tahun. Alat ukur yang digunakan yaitu dengan *the multidimensional scale of perceived social support* dan *Maslach Burnout Inventory*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kurangnya *social support* berhubungan dengan *emotional exhaustion*, *depersonalization*, dan *burnout* pada ibu dengan anak yang memiliki disabilitas intelektual.

Perbedaan penelitian sebelumnya dan penelitian saat ini terletak pada variabel bebas dan subjek yang digunakan. Penelitian sebelumnya menggunakan *perceived social support* sebagai variabel bebas. Pada penelitian yang sekarang, variabel bebas yang digunakan adalah *learned resourcefulness*. Subjek penelitian sebelumnya hanya ibu dengan anak yang memiliki disabilitas intelektual, sedangkan di penelitian ini, yang digunakan bukan hanya ibu dengan anak yang memiliki disabilitas intelektual, tetapi juga ibu yang anaknya memiliki *neurodevelopmental disability*.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian mengenai *learned resourcefulness* dan *burnout* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus memiliki beberapa kesamaan dan perbedaan dengan penelitian terdahulu, namun penelitian mengenai pengaruh *learned resourcefulness* terhadap *burnout* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus belum pernah dilakukan sebelumnya sehingga peneliti memutuskan untuk meneliti variabel-variabel tersebut dan peneliti dapat mempertanggungjawabkan keaslian dari penelitian ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abshir, J. N., Osman, F., Dahir, G., & Dahlberg, A. (2023). Parental burnout among Somali mothers: Associations with mental health, perceived social support, and sociodemographic factor. *PLOS Global Public Health*, 3(10).
- Agiati, E., & Huripah, E. (2019). Burnout of parent who have children with cerebral palsy disability in Bandung city. *Asian Social Work Journal*, 4(2). 35-43.
- Agustin, M. A., & Rahmasari, D. (2023). *Burnout pada ibu peran ganda. Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 917-936.
- Ahmed, A. N., Raj, S. P. (2022). Self-compassion intervention for parents of children with developmental disabilities: A feasibility study. *Adv Neurodev Disorder*, 1-13.
- Akça, F., & Yaman, B. (2009). Okul yöneticilerinin problem çözme davranışlarını etkileyen faktörleri incelemeye yönelik bir çalışma. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(3), 767-780.
- Akgün, B. M., Hiçdurmaz, D., & Öz, F. (2019). The investigation of learned resourcefulness in terms of locus of control, sociotropy-autonomy personality traits, and demographic and professional variables in nurses. *Journal of Psychiatric Nursing*, 10(3), 155-164.
- Alan, H., Bekar, E. O., Ciftcioglu, G., & Karadag, M. (2019). Relationship between mobbing encountered by nurses and learned resourcefulness. *International Journal of Caring Sciences*, 12(2), 1008-1016.
- Aljunianti, V. (2020). Kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap *burnout* perawat kesehatan di RSUD Muara Labuh. *Prosiding*, 3, 763-774.
- Alrahili, N. (2023). Burnout and anxiety among parents of children with neurodevelopmental disorders: a cross-sectional study in Saudi Arabia. *Middle East Current Psychiatry*, 30(58).
- Andromeda, A., Hartini., N., Suryanto, S. (2023). The journey full of emotions: Parents' experiences in raising children with cerebral palsy. *Journal of ICSAR*, 7(2), 330-338.
- Anggraini, R. R. 2013. Persepsi orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 2(1), 258-265.
- Astuti, A. B., Santosa, S. W., Utami, M. S. (2000). Hubungan antara dukungan keluarga dengan penyesuaian perempuan pada kehamilan pertama. *Jurnal Psikologi*, 27(2).

- Astutik, S. (2014). Penerimaan orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus.
- Azis, S. (2015). *Pendidikan Keluarga: Konsep dan Strategi*. Yogyakarta: Gava Medika.
- Azni, H. N., Nugraha, S. (2017). Hubungan *social support* dengan *parenting stress* pada ibu dengan anak tunagrahita di SLB-C Z Bandung. *Prosiding Psikologi*, 3(1), 153-157.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II (II)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bekhet, A., Johnson, N., & Zauszniewski, J. A. (2012). Effects on resilience of caregivers of persons with autism spectrum disorder: The role of positive cognitions. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 18(6), 337-344.
- Bekhet, A., & Zauszniewski, J. (2014). Psychometric properties of the Resourcefulness Scale among caregivers of persons with autism spectrum disorder. *Western Journal of Nursing Research*, 36(5), 685-702.
- Bekhet, A., & Zauszniewski, J. (2013). Measuring use of positive-thinking skills scale: Psychometric testing of a new scale. *Western Journal of Nursing Research*, 35(8), 1074-1093.
- Bishop, C. L. (2013). Psychosocial Stages of Development. *The Encyclopedia of Cross-Cultural Psychology*.
- Bull, R. (2020). *How do parents of children with autism who received intensive child psychotherapy view the treatment now*. University of East London.
- Cañadas-De la Fuente, G., Ortega, E., Ramirez-Baena, L., De la Fuente-Solana, E., Vargas, C., & Gómez-Urquiza, J. (2018). Gender, marital status, and children as risk factors for burnout in nurses: A meta-analytic study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15.
- Chen, M.-C., Chen, K.-M., & Chu, T.-P. (2014). Caregiver burden, health status, and learned resourcefulness of older caregivers. *Western Journal of Nursing Research*, 37(6), 767-780.
- Chen, M.-C., Palmer, M. H., & Lin, S.-Y. (2021). Pilot test of a learned resourcefulness program for older family caregivers in Taiwan. *Geriatric Nursing*, 42(5), 1129-1134.

- Chung, C.-C., Lin, M.-F., Ching, Y.-C., Kao, C.-C., Chou, Y.-Y., Ho, P.-H., & Chang, H.-J. (2012). *Mediating and moderating effects of learned resourcefulness on depressive symptoms and positive ideation in hospital nurses in Taiwan*. *Research in Nursing & Health*, 35(6), 576–588. doi:10.1002/nur.21505
- Cilliers, F. (2003). Burnout and salutogenic functioning of nurses. *Curationis*, 26(1), 62-74. doi: 10.4102/curationis.v26i1.1296.
- Clanton, L. D., Rude, S. S., & Taylor, C. (1992). Learned resourcefulness as a moderator of burnout in a sample of rehabilitation providers. *Rehabilitation Psychology*, 37(2), 131–140. doi:10.1037/h0079105
- Clement, P., & Sekhar, C. (2021). Burnout among parents of children with special needs study based on the mothers' and children's background. *International Journal of Creative Research Thoughts*, 9(11), 544-555.
- Damayanti, E., Wulandari, I., Safitri, R. (2023). Penerimaan ibu dengan anak berkebutuhan khusus ditinjau dari dukungan sosial. *Indonesian Journal of Economic and Social Science*, 1(1), 23-28.
- Darmayanti, N., Hutagalung, T., & Lubis, R. (2012). *Perbedaan kecenderungan burnout pada perawat rumah sakit jiwa ditinjau dari jenis kelamin dan latar belakang etnis*. Universitas Medan Area.
- DeFreese, J. D., & Smith, A. L. (2014). Athlete social support, negative social interactions, and psychological health across a competitive sport season. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36(6), 619–630. doi:10.1123/jsep.2014-0040
- Denis, G., & Bernard, S. (2013). Exposure and response prevention with or without parent management training for children with obsessive - compulsive disorder complicated by disruptive behavior: A multiple - baseline across responses design study. *J Anxiety Disorder*, 27(3), 298-305.
- Desiningrum, D. R. (2016). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Penerbit: Psikosain.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499-512.
- Demerouti, E., Mostert, K., & Bakker, A. B. (2010). Burnout and work engagement: A thorough investigation of the independency of both constructs. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(3), 209–222. doi:10.1037/a0019408
- Dürüst, Ç. (2018). The comparison of the fatigue of families with children who have normal and different developments (with the help of teachers). *Journal of Educators, Teachers and Trainers*, 9(2), 24-46.

- Edward, Edward. (2020). *Peran stres akademik terhadap performa akademik dengan learned resourcefulness sebagai mediator pada dewasa awal*. Universitas Tarumanagara.
- Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A review of theory and measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3).
- El-Zayat, O. S. M., Elewa, A. A., Hassan, R. A. (2023). Effect of empowerment program on reducing burnout for mothers having children suffering from hearing impairment. *International Egyptian Journal of Nursing Science and Research*, 3(2), 224-243.
- Eroğlu, Y., Akbaba, S., Adıgüzel, O., & Peker, A. (2014). Learned resourcefulness and coping with stress in mothers of children with disabilities. *Eurasian Journal of Educational Research*, 55, 243-262.
- Erozkan, A., & Deniz, S. (2012). The influence of social self-efficacy and learned resourcefulness on loneliness. *The Online Journal of Counseling and Education*, 1(2), 57-74.
- Feist, J., Feist, G., J., & Roberts, T. A. (2017). *Teori Kepribadian Buku 1: Edisi 8*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fijianto, D., Rejeki, H., & Aryati, D. P. (2021). Hubungan tingkat pendidikan dengan strategi koping warga binaan pemasyarakatan di Lapas Kelas II B Brebes. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(1), 31-36.
- Finardi, G., Paleari, G., & Fincham, F. D. (2022). Parenting a child with learning disabilities: mothers' self-forgiveness, well-being, and parental behaviors. *Journal of Child and Family Studies*, 31, 2454-2471.
- Findling, Y., Barnoy, S., & Itzhaki, M. (2022). Burden of treatment, emotion work and parental burnout of mothers to children with or without special needs: A pilot study. *Current Psychology*, 42, 19273-19285. Doi:10.1007/s12144-022-03074-2
- Findling, Y., Barnoy, S., & Itzhaki, M. (2023). "God gave you a special child because you are special": difficulties, coping strategies, and parental burnout of Jewish mothers - a qualitative study. *Frontiers Psychology*, 14. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1259670
- Gannagé, M., Besson, E., Harfouche, J., Roskam, I., Mikolajczak, M. (2020). Parental burnout in Lebanon: Validation psychometric properties of the Lebanese Arabic version of the Parental Burnout Assessment. *New Directions for Child and Adolescent Development*, (174), 51-65.

- Gérain, P., & Zech, E. (2018). Does informal caregiving lead to parental burnout? Comparing parents having (or not) children with mental and physical issues. *Frontier Psychology, 9*. doi:10.3389/fpsyg.2018.00884
- Gillis, A., & Roskam, I. (2019). Regulation between daily exhaustion and support in parenting: A dyadic perspective. *Int. J. Behav. Dev., 44*, 226-235. Doi:10.1177/0165025419868536
- Gintner, G. G., West, J. D., & Zarski, J. J. (2014). Learned resourcefulness and situation-specific coping with stress. *The Journal of Psychology, 23*(3).
- Giraldo, C. P., Sentelices, M. P., Oyarce, D., Chalco, E. F., & Escobar, M. J. (2022). Children's age matters: Parental burnout in Chilean families during the COVID-19 pandemic. *Front Psychology, 13*.
- Hasan, Sugiharto, D. Y., & Sunawan. (2019). Group counseling with self-instruction technique to enhance self-efficacy and reduce academic burnout. *Jurnal Bimbingan Konseling, 8*(1), 91-96.
- Heiman, T. (2021). Parents' voice: Parents' emotional and practical coping with a child with special needs. *Scientific Research Publishing Psychology, 12*, 675-691. doi:10.4236/psych.2021.125042
- Hernández Martín, L., Fernández Calvo, B., Ramos Campos, F., & Contador Castillo, I. (2006). Burnout, expectativas de control y afrontamiento en un grupo de funcionarios de prisiones. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 11*(3). doi:10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.
- Hidayati, D. A. I., Werdiningsih, Y. K., Sulanjari, B. (2021). Etika hidup orang jawa menurut *serat kandha bumi* karya Ki Padmasusastra (sebuah kajian sosiologi sastra). *Jurnal Ilmiah Sastra dan Bahasa Daerah, Serta Pengajarannya, 2*(2), 16-30.
- Hooley, J. M., & Franklin, J. C. (2018). Why do people hurt themselves? A new conceptual model of nonsuicidal self-injury. *Clinical Psychological Science, 6*(3), 428-451.
- Ibda, F. (2015). Perkembangan kognitif: Teori Jean Piaget. *Intelektualita, 3*(1), 27-38.
- İşsever, O., & Bektas, M. (2021). Effects of learned resourcefulness, work-life quality, and burnout on pediatric nurses' intention to leave job. *Perspective Psychiatric Care, 57*(1), 263-271.
- Kahrıman, İ., Polat, S., & Gürol, A. (2019). Determination of perceived social support and burnout levels of mothers of children with intellectual disability. *J Pediatr Res, 6*(4), 266-279.

- Kemenppa. (2013). Panduan Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus Bagi Pendamping.
- Keinan, G., & Melamed, S. (1987). Personality characteristics and proneness to burnout: A study among internists. *Stress Medicine*, 3, 307-315.
- Kennett, D. J., & Keefer, K. V. (2006). Impact of learned resourcefulness and theories of intelligence on academic achievement of university students: An integrated approach. *Educational Psychology*, 26(3), 441-457.
- Kennett, D. J., & van Gulick, C. (2001). *Dealing with academic success and failure: The association between learned resourcefulness, explanatory style, reported grades and sharing experiences with academic self-control*. Peterborough, ON: Trent University Press.
- Khanif, A., & Mahmudiono, T. (2023). Hubungan tingkat pendidikan terhadap pengathuan pedagang tahu putih tentang kandungan formalin di Pasar Tradisional Kota Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 118-124.
- Khowaja, M. (2017). *Associations between stress and resourcefulness among parents of children at risk for autism spectrum disorder and developmental delays*. Dissertation, Georgia State University.
- Kloping, N. A., Citraningtyas, T., Lili, R., Farrell, S., & Molodynski, A. (2021). Mental health and wellbeing of Indonesian medical students: A regional comparison study. *International Journal of Social Psychiatry*, 68(5).
- Korunka, C., Tement, S., Zdrehus, C., & Borza, A. (2020). *Burnout: Definition, recognition and prevention approaches*. Burnout Intervention Training for Managers and Team Leaders.
- Kristiana, I. F., & Widayanti, C. G. (2016). *Buku Ajar Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Semarang: UNDIP Press.
- Kusnadi, S. K., Mardiyanti, R., Kusnadi, S. A., Maisaroh, L. L. D., Elisnawati, E. (2022). Dukungan sosial terhadap kecemasan ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Pengaruhustamaan Gender dan Inklusi Sosial untuk Pembangunan Berkelanjutan*, 9(1), 133-142.
- Kütük, M., Tufan, A. E., Kılıçaslan, F., Güler, G., Çelik, F., Altıntaş, E., Gökçen, C., Karadağ, M., Yektaş, Ç., Mutluer, T., Kandemir, H., Büber, A., Topal, Z., Acikbas, U., Giray, A., & Kütük, Ö. (2021). High depression symptoms and burnout levels among parents of children with autism spectrum disorders: A multi-center, cross-sectional, case-control study. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. doi:10.1007/s10803-021-04874-4
- Kwiatkowski, P., & Sekułowicz, M. (2017). Examining the relationship of individual resources and burnout in mothers of children with disabilities. *International Journal of Special Education*, 32(4), 823-841.

- Lai, C. Y., Zauszniewski, J. A., Tang, T. C., Hou, S. Y., Su, S. F., & Lai, P. Y. (2013). Personal beliefs, learned resourcefulness, and adaptive functioning in depressed adults. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 21(3), 280–287.
- Lamuri, A., Shatri, H., Umar, J., Sudaryo, M., Malik, K., Sitepu, M., Saraswati, Muzellina, V., Nursyirwan, S., Idrus, M. F., Renaldi, K., & Abdullah, M. (2023). Burnout dimension profiles among healthcare workers in Indonesia. *Heliyon*, 9(3).
- Laufer, N. C. (2017). *Raising a child with a disability: Coping mechanisms and support needs*. PCOM Psychology Dissertations.
- Lebert-Charron, A., Dorard, G., Boujut, E., Wendland, J. (2018). Maternal burnout syndrome: Contextual and psychological associated factors. *Front Psychology*, 9.
- Lestari, F. A., & Mariyati, L. I. (2015). Resiliensi ibu yang memiliki anak *down syndrome* di Sidoarjo. *PSIKOLOGI*, 3(1).
- Li, X., Theisen, A., Seo, C., Sibley, D. S. (2018). Resourcefulness: Current insights and future directions for family scholars and clinicians. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 26(4), 433-443.
- Lindström, C., Åman, J., Anderzén-Carlsson, A., & Norberg, A. (2016). Group intervention for burnout in parents of chronically ill children - a small-scale study. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 30(4), 678–686. doi: 10.1111/scs.12287
- Listyanti, I. N. (2012). *Interpersonal psychotherapy untuk meningkatkan self-esteem pada mahasiswa Universitas Indonesia yang mengalami distress psikologis*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Llorent, V. J., & Ruiz-Calzado, I. (2016). Burnout and its relation to sociodemographic variables among education professionals working with people with disabilities in Córdoba (Spain). *Ciência & Saúde Coletiva* 21(10), 3287-3295.
- Mangunsong, F. (2011). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Depok: LPSP3, Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Maslach, C. (1998). A multidimensional theory of burnout. *Theories of Organizational Stress*, 68-85.
- Maslach, C., & Goldberg, J. (1998). Prevention of burnout: New perspective. *Applied and Preventive Psychology*, 7, 63-74.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*.

- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15, 103-111.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2007). Burnout. *Encyclopedia of Stress*, 358-362.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111. doi:10.1002/wps.20311
- Matthews, E. J., Pupilampu, V. A., Gelech, J. M. (2021). Tactics and strategies of family adaptation among parents caring for children and youth with developmental disabilities. *Global Qualitative Nursing Research*, 8, 1-18. doi:10.1177/23333936211028184
- Maraslı, M. (2003). *Lise öğretmenlerinin bazı özelliklerine ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre tükenmişlik düzeyleri [High school teachers burnout levels according to some characteristics and learned resourcefulness levels of teachers]*. (Disertasi tidak dipublikasikan). Hacettepe University, Ankara, Turkey.
- Masoumi, Z., Abdoli, F., Esmailzadeh, S., & Sadeghi, T. (2020). The effect of supportive-training intervention on the burnout of mothers with disabled child: A randomized clinical trial. *Journal Caring Science*, 9(3), 133-139.
- Maulinda, A. V., Murti, B., Adriani, R. B. (2021). the experience of mothers caring for children with disability at the *Persatuan Rakyat Indonesia* special school in Pekalongan, Central Java: A Phenomenological Study. *Journal of Maternal and Child Health*, 6(6), 632-641.
- Maysa, P., Khairiyah, U. (2019). *Hardiness* dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Jurnal RAP UNP*, 10(1), 88-101.
- Meichenbaum, D. (1977). *Cognitive-Behavior Modification: An Integrative Approach*. New York: Plenum.
- Melamed, S., Shirom, A., Toker, S., Berliner, S., & Saphira, I. (2006). Burnout and Risk of Cardiovascular Disease: Evidence, Possible Causal Paths, and Promising Research Directions. *Psychological Bulletin*, 132(3), 327-353.
- Meeussen, L., & Van Laar, C. (2018). Feeling pressure to be a perfect mother relates to parental burnout and career ambitions. *Frontier in Psychology*, 9. 10.3389/fpsyg.2018.02113
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2019). Parental burnout: What is it and why does it matter? *Clinical Psychological Science*, 7, 1319-1329.
- Mohan, R. (2021). Counseling parents of special children: Insight from resilient parents. 10.5772/intechopen.99573.



- Morris-Rosendahl, D., & Crocq, M-A. (2020). Neurodevelopmental disorders-the history and future of a diagnostic concept. *Dialogues Clinical Neuroscience*, 22(1), 65-72. 10.31887/DCNS.2020.22.1/macrocq
- Muliana, A., & Mutiudin, A, I. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan kemampuan keterampilan sosial anak berkebutuhan khusus (tunarungu) di SLB Yayasan Bahagia Kota Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*, 1(2), 61-70.
- Muna, M., Indrawati, E. S. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial Suami dengan *Burnout* pada Ibu Rumah Tangga yang Tidak Bekerja di Perumahan Griya Praja Mukti Kendal. *Jurnal Empati*, 11(1), 1-7.
- Musil C. M., Wallace M. K., Jeanblanc A. B., Toly V. B., Zauszniewski J. A., Burant C. J. (2021). Theoretical and operational consideration of mindfulness, resilience, and resourcefulness. *West J Nurs*, 43(3), 210-218.
- Naisberg-Fennig, S., Fennig, S., Keinan, G., & Elizur, A. (1991). Personality characteristics and proneness to burnout: A study among psychiatrists. *Stress Medicine*, 7(4), 201–205. doi:10.1002/smi.2460070402
- Nawantara, R. D., Atrup. (2022). Self-acceptance on mothers with special needs children and implications on guidance and counseling. *Prosiding Semdikjar*, 5, 899-906.
- Nelson, S. K., Kushlev, K., & Lyubomirsky, S. (2014). The pains and pleasures of parenting: When, why, and how is parenthood associated with more or less well-being? *Psychological Bulletin*, 140(3), 846–895. doi:10.1037/a0035444
- Nirmala, A. P. (2013). Tingkat kebermaknaan hidup dan optimisme pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. *Developmental and Clinical Psychology*, 2(2).
- Nur, H., & Jafar, E. S. (2022). Harapan Orangtua dengan Anak Berkebutuhan Khusus yang Beranjak Dewasa. *Seminar Nasional Hasil Penelitian 2022*, 1644-1659.
- Patty, N., van Meeteren, K., Willemen, A., Mol, M., Verdonk, M., Ketelaar, M., & Schuengel, C. (2022). Understanding burnout among parents of children with complex care needs: A scoping review followed by a stakeholder consultation.
- Paula, A. J., Condeles, P. C., Moreno, A. L., Ferreira, M. B. G., Fonseca, L. M. M., & Ruiz, M. T. (2021). Parental burnout: a scoping review. *Rev Bras Enferm*. doi:10.1590/0034-7167-2021-0203

- Pedler, M. L., Willis, R., Nieuwoudt, J. E. (2021). A sense of belonging at university: student retention, motivation, and enjoyment. *Journal of Further and Higher Education*, 46, 397-408.
- Petrongolo, M. (2014). Stress in mothers of newly diagnosed children with autism spectrum disorders: Barriers to care use of support services, and child behavior. *PCOM Psychology Dissertations*.
- Pitaloka, A. A. P., Fakhiratunnisa, S. A., & Ningrum, T. K. (2022). Konsep Dasar Anak Berkebutuhan Khusus. *MASALIQ: Jurnal Pendidikan dan Sains*, 2(1) 26-42.
- Piotrowski, K., Bojanowska, A., Szczygiel, D., Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2023). Parental burnout at different stages of parenthood: Links with temperament, Big Five traits, and parental identity. *Front. Psychol.*, 14.
- Polat, H., & Karakas, S. A. (2019). An examination of the perceived social support, burnout levels and child raising attitudes of mothers of children diagnosed with attention deficit hyperactivity disorder in Turkey. *International Journal of Caring Sciences*, 12(2), 1165-1174.
- Prasetya, K. B. T. (2019). Burnout berdasarkan profesi pekerjaan dan faktor demografi pada pekerja wanita. *Jurnal Manajemen*, 2(2), 153-163.
- Pratiwi, J. C. (2015). Sekolah inklusi untuk anak berkebutuhan khusus: tanggapan terhadap tantangan kedepannya. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*.
- Ramasubramanian, V., Chellamuthu, R., Selvikumari, R., Pandian, R. S., & Gopi, R. (2019). Caregiver burden in children with intellectual disability: Does special school education help? *Industrial Psychiatry Journal*, 28(2), 176-184. Doi:10.4103/ipj.ipj\_7\_15
- Ren, X., Cai, Y., Wang, J., & Chen, O. (2024). A systematic review of parental burnout and related factors among parents. *BMC Public Health*, 24(1).
- Riandita, A. A. (2017). *Tingkat stres ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Riyono, B., & Rezki, G. (2022). Burnout among working mothers: The role of work-life balance and perceived organizational support. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 19(2), 109-121.
- Rogner, J., Wessels, E. T. (1994). Coping strategies of mothers and fathers with a first or second born mentally handicapped child. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 43(4), 125-129.
- Rosenbaum, M. (1988). Learned resourcefulness, stress and self-regulation. In: Fisher S & Reason J, editors. *Handbook of Life Stress, Cognition and Health*. Chichester: Wiley, 483-96.

- Rosenbaum, M. (1989). Self-control under stress: The role of learned resourcefulness. *Advances in Behavior Research and Therapy*, 11(4), 249–258.
- Rosenbaum, M. (1990). *Learned resourcefulness: On coping skills, self-control, and adaptive behavior*. New York: Springer.
- Rosenbaum, M. (1993). The three functions of self-control behavior: Redressive, reformative and experiential. *Work and Stress*, 7(1), 33-46.
- Rosenbaum, M., & Ben-Ari, K. (1985). Learned helplessness and learned resourcefulness: Effects of noncontingent success and failure on individuals differing in self-control skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 198–215.
- Rosenbaum, M., & Jaffe, Y. (1983). Learned helplessness: The role of individual differences in learned resourcefulness. *British Journal of Social Psychology*, 22(3), 215–225.
- Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers Psychology*, 9, Article 758. 10.3389/fpsyg.2018.00758
- Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the Parental Burnout Inventory. *Front. Psychol.* 10.3389/fpsyg.2017.00163
- Sadziak, A., Willinski, W., & Wieczorek, M. (2019). Parental burnout as a health determinant in mothers raising disabled children. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 11(3), 77-89.
- Safaria. (2005). *Interpersonal Intelligence: Metode Pengembangan Kecerdasan Interpersonal Anak*. Yogyakarta: Amara Books.
- Saliez, Z., Vandeuken, A., Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2022). Are parents of intellectually gifted child(ren) at higher, lower or equal risk for parental burnout? *Front. Psychiatry*, 13. doi: 10.3389/fpsyg.2022.1003167
- Samsanovich, A. (2021). *Theory and diversity: A descriptive study of Erikson's psychosocial development stages*. Thesis.
- Santoso, S. (2010). *Mastering SPSS 18*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. (2013). *Perkembangan Anak*. Edisi ke-14, New York: Pendidikan McGraw-Hill.
- Sarjono, H., & Julianita, W. (2011). *Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*. Jakarta: Salemba Empat.

- Sekol, M. A., & Kim, S. C. (2014). Job satisfaction, burnout, and stress among pediatric nurses in various specialty units at an acute care hospital. *Journal of Nursing Education and Practice*, 4(12), 115-124.
- Sekułowicz, N., Boroń-Krupińska, K., Kwiatkowski, P., & Latawiec, B. (2019). Sense of coherence, resilience and coping as correlates of burnout of parents of children with disabilities: The New Burnout Screening Instrument. *Discourses of Special Education*, 36, 254-268.
- Shields, B. L. (2019). Delayed gratification: A double-edged sword? A study on the relationship between delayed gratification, work-life conflict and career burnout. *Current Psychology*, 43(2), 1-13.
- Shirom, A., Melamed, S., Toker, S., Berliner, S., & Saphira, I. (2006). Burnout and health review; Current knowledge and future research directions. *International Review of Industrial and Organizational Psychology*, 20.
- Simpedak. (2019). Referensi Pengelompokan Jenis Pekerjaan. Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Blitar. [https://simpedak.blitarkota.go.id/buku\\_data/jenis\\_pekerjaan](https://simpedak.blitarkota.go.id/buku_data/jenis_pekerjaan)
- Sorkkila, M., & Aunola, K. (2020). Risk factors for parental burnout among Finnish Parents: The role of socially prescribed perfectionism. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 648-659.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Surur, L., Kawuryan, F., & Astuti, R. D. (2022). *Coping stress* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(2), 215-231.
- Tameon, S. M., & Tlonaen, T. (2019). Analisis penerimaan orang tua terhadap anak autisme di Kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang. *Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity (JIREH)*, 1(2), 139-148.
- Thalib, T., Nurhikmah, & Aditya, A. M. (2022). Self-blame and tension reduction: self-criticism stability study on the students. *Riau Medical Scientific and Expo*.
- Thwala, S. K., Ntinda, K., Hlanze, B. (2015). Lived experiences of parents' of children with disabilities in Swaziland. *Journal of Education and Training Studies*, 3(4). 206-215. Doi:10.11114/jets.v3i4.902.
- Topcu, U. C., & Yucekaya, P. (2017). Relationship of learned resourcefulness and burnout levels: A research in an industrial enterprise. *International Journal of Economic Studies*, 3(4), 663-671.

- Undang-Undang (UU) Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Veilleux, J. C., Hill, M. A., Skinner, K. D., Pollert, G. A., Baker, D. E., & Spero, K. D. (2018). The dynamics of persisting through distress: Development of a momentary distress intolerance scale using ecological momentary assessment. *Psychological Assessment*, 30(11), 1468–1478.
- Vigouroux, S. L., & Scola, C. (2018). Differences in parental burnout: Influence of demographic factors and personality of parents and children,” *Front. Psychol.*, 9, p. 887. doi:10.3389/fpsyg.2018.00887
- Widayana, I. W. (2020). *Uji Persyaratan Analisis*. Klik Media: Jawa Timur.
- Williams, L. J., & Abdi, H. (2010). Fisher’s least significant difference (LSD) test. *Neil Salkind (Ed.), Encyclopedia of Research Design*. Thousand Oaks.
- Yang, F.-Y., Lai, C. Y., Yen, C.-F., Hsu, Y.-Y., & Zauszniewski, J. A. (2017). The depressive symptoms, resourcefulness, and self-harm behaviors of adolescents. *Journal of Nursing Research*, 25(1), 41–49. doi:10.1097/jnr.000000000000012
- Yulianto, A. (2020). Mewaspada *response bias* dalam skala psikologi.
- Yürür, Ş. (2011). Öğrenilmiş güçlülük, kidem ve medeni durumun duygusal tükenmedeki rolü: Kaynakların korunması teorisi kapsamında bir analiz. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 25(1), 107-126.
- Zauszniewski, J. A. (1995). Learned resourcefulness: A conceptual analysis. *Issues in Mental Health Nursing*, 16(1), 13–31.
- Zauszniewski, J. A. (1995). Theoretical and empirical considerations of resourcefulness. *Image: Journal of Nursing Scholarship*, 27(3), 177-180.
- Zauszniewski, J. A. (2016). Resourcefulness. *Western Journal of Nursing Research*.
- Zulfitri, N. M. (2013). Studi deskriptif: Nilai anak bagi orang tua. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(2), 1–22.