

Judul : Mindful Parenting pada Orang Tua Tunggal dengan Anak Tunagrahita : Studi Kasus di Desa Panggungrejo Kecamatan Tulungagung Kabupaten Tulungagung. Ditulis oleh Tri Wahyuningsih (126308203210) dengan dosen pembimbing Bapak Dr. Rizqa Ahmadi, L.C, M.A.

Kata kunci : Mindul Parenting, Orang Tua Tunggal

ABSTRAK

Mengasuh anak bukanlah tugas yang sederhana bagi setiap orang tua, terutama bagi mereka yang menjalani peran sebagai orang tua tunggal. Secara mendasar, setiap orang tua perlu memiliki pemahaman yang baik tentang metode pengasuhan yang sesuai karena akan berpengaruh pada perkembangan anak, baik secara mental maupun fisik. Cara orang tua mendidik anak akan menjadi faktor yang akan menjadi penentu dalam kemajuan anak. *Mindful parenting* dianggap sebagai pola asuh yang tepat untuk membantu orang tua mengatasi stress dan meningkatkan kualitas hubungan interaksi antara orangtua dengan anak. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa pentingnya *mindful parenting* dalam pengasuhan anak dengan gangguan tunagrahita.

Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kualitatif dan menggunakan pendekatan studi kasus karena peneliti ingin menemukan fakta tentang “mindful parenting pada orangtua tunggal terhadap anak tunagrahita” yaitu pada penelitian ini menunjukkan bahwa *mindful parenting* dapat meningkatkan kualitas hubungan antara orangtua dengan anak. Metode ini mengutamakan kemampuan analisis peneliti dalam menggali dan memahami inti dari permasalahan yang sedang terjadi serta menekankan pemahaman terhadap pengasuhan *mindful parenting* yang dilakukan oleh orang tua tunggal dengan anak

tunagrahita. peneliti memilih informan yaitu saudara terdekatnya subjek penelitian. dalam metode ini, data dikumpulkan dengan metode triangulasi.

Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa ayah yang memiliki anak dengan gangguan tunagrahita mampu mengasuh anaknya seorang diri dengan mengedepankan *mindfull parenting* dengan baik. Hal tersebut dapat dilihat dari bagaimana cara subjek mengasuh anaknya dengan memenuhi kelima aspek yang dibutuhkan dalam *mindful parenting* yaitu mendengarkan dengan penuh perhatian, penerimaan untuk tidak menghakimi diri sendiri dan anak, kesadaran emosi diri dan anak, pengaturan diri dalam pengasuhan, dan pemberian kasih sayang pada diri dan anak.

Title : Mindful Parenting in Single Parents with Tunagrahita Children : Case Study in Panggungrejo Village, Tulungagung District, Tulungagung Regency. Written by Tri Wahyuningsih (126308203210) with the supervisor Mr. Dr.Rizqa Ahmadi, L.C, M.A.

Keyword : *Mindful Parenting, Single Parent*

ABSTRACT

Parenting is not a simple task for every parent, especially for those who are single parents. Fundamentally, every parent needs to have a good understanding of the appropriate parenting method as it will affect the child's development, both mentally and physically. The way parents educate their children will be a determining factor in the child's progress. Mindful parenting is considered as the right parenting to help parents cope with stress and improve the quality of the interaction relationship between parents and children. The purpose of this research is to find out how important mindful parenting is in the care of children with disabilities.

This study uses a descriptive qualitative research design and uses a case study approach because researchers want to find facts about "mindful parenting in single parents towards children with tunagrahita". namely in this study showing that mindful parenting can improve the quality of relationships between parents and children. This method prioritizes the researcher's analytical ability in exploring and understanding the core of the problems that are happening and emphasizes an understanding of mindful parenting carried out by single parents with children with disabilities. Researchers chose informants, namely the closest relatives of the research subjects. In this method, data is collected by the triangulation method.

From the results of the research conducted, it can be concluded that fathers who have children with tunagrahita disorders are able to take care of their children alone by prioritizing mindful parenting well. This can be seen from how the subject cares for his child by fulfilling the five aspects needed in mindful parenting, namely attentive listening, acceptance not to judge oneself and the child, awareness of emotions of self and child, self regulation in parenting, and giving affection to self and child.

العنوان: التربية الواعية لدى الآباء والأمهات الوحيدين الذين لديهم أطفال في توناجرايتا: دراسة حالة في قرية بانغونغريجو، منطقة تولونغونغ، محافظة تولونغونغ

الكلمات المفتاحية الأبوة والأمومة، الوالد الوحيد

الملخص

التربية ليست مهمة بسيطة بالنسبة لأي والد أو والدة، خاصة بالنسبة للوالدين الوحيدين. وبشكل أساسي، يحتاج كل والد أو والدة إلى فهم جيد لأساليب التربية المناسبة لأنها ستؤثر على نمو الطفل عقلياً وجسدياً. ستكون طريقة تربية الوالدين لأطفالهم عاملاً حاسماً في تقدم الطفل. تعتبر التربية الواعية أسلوباً مناسباً لمساعدة الوالدين على التعامل مع التوتر وتحسين جودة التفاعل بين الوالدين والأطفال. الغرض من هذه الدراسة هو معرفة مدى أهمية التربية الواعية في رعاية الأطفال المصابين بالصمم والعمى

في هذه الدراسة باستخدام تصميم البحث الوصفي الكيفي وباستخدام منهج دراسة الحالة لأن الباحثين يريدون إيجاد حقائق حول "التربية الوالدية الواعية لدى الوالدين الوحيدين تجاه الأطفال ذوي الإعاقة"، أي في هذه الدراسة التي تبين أن التربية الوالدية الواعية يمكن أن تحسن من جودة العلاقة بين الوالدين والأطفال. وتعطي هذه الطريقة الأولوية لقدرة الباحث التحليلية في استكشاف وفهم جوهر المشاكل التي تحدث، وتؤكد على فهم التربية الواعية لدى الوالدين الوحيدين مع الأطفال ذوي الإعاقة، وقد اختار الباحثون المخبرين وهم أقرب الأقارب لموضوع البحث، وفي هذه الطريقة يتم جمع البيانات بطريقة التثليث

من نتائج البحث الذي تم إجراؤه، يمكن استنتاج أن الآباء الذين لديهم أطفال يعانون من اضطرابات توناجرايتا قادرون على رعاية أطفالهم بمفردهم من خلال تعزيز التربية الواعية بشكل جيد. ويمكن ملاحظة ذلك من خلال كيفية رعاية الشخص لطفله من خلال استيفاء الجوانب الخمسة اللازمة في التربية الواعية وهي الاستماع اليقظ، وتقبل عدم الحكم على الذات والطفل، والوعي بمشاعر الذات والطفل، والتنظيم الذاتي في التربية، وإعطاء المودة للذات والطفل.