

THE RELATIONSHIP BETWEEN HUSBAND'S SOCIAL SUPPORT AND PARENTING STRESS OF MOTHERS WHO HAVE CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS

Fahila Dini Eka Nurrubianti
15000120120065

Faculty of Psychology, Diponegoro University
fahiladini12@gmail.com

ABSTRACT

Parents of children with autism spectrum disorder (ASD) experience higher levels of stress compared to parents of children with other special needs. The burden is particularly heavy on mothers, who often serve as the primary attachment figure for children with ASD and spend the most time with them, leading to increased parenting stress. Mothers as the attachment figure need social support from their husbands as their closest support system. The social support from the husband can provide a buffering or reinforcing effect on the psychological well-being of mothers raising children with ASD. This study aims to examine the relationship between husband's social support and parenting stress in mothers of children with autism spectrum disorder. The method used in this research is quantitative correlational. The subjects of the study involved 57 mothers of children with ASD, selected using the convenience sampling technique. Data collection was conducted using the Husband's Social Support Scale (17 items, $\alpha = 0.951$) and the Parenting Stress Scale (14 items, $\alpha = 0.876$), both in the form of Likert scales with four response options. Data analysis using Spearman's Rho indicated a negative relationship between husband's social support and parenting stress, with a correlation coefficient of -0.507 and a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). This means that the greater the social support provided by the husband, the lower the parenting stress experienced by mothers of children with ASD.

Keywords: husband's social support, parenting stress, mothers, children with autism spectrum disorder

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL SUAMI
DENGAN STRES PENGASUHAN IBU YANG MEMILIKI
ANAK DENGAN GANGGUAN SPEKTRUM AUTISME**

**Fahila Dini Eka Nurrubianti
15000120120065**

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
fahiladini12@gmail.com

ABSTRAK

Orang tua yang dikaruniai anak dengan gangguan spektrum autisme mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi, dibanding orang tua anak berkebutuhan khusus lain. Terdapat beban berat yang harus ditanggung oleh ibu sebagai figur lekat anak dengan gangguan spektrum autisme, dimana ibu paling banyak menghabiskan waktu dengan anak yang dapat membuat mereka mengalami stres pengasuhan. Ibu sebagai figur lekat anak membutuhkan dukungan sosial suami sebagai *support system* terdekatnya. Dukungan sosial suami dapat memberikan efek penyangga atau penguat pada psikologis ibu yang membesarkan anak dengan GSA. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Subjek penelitian melibatkan ibu yang memiliki anak GSA sejumlah 57 subjek yang dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Metode pengumpulan data dilakukan menggunakan Skala Dukungan Sosial Suami (17 butir, $\alpha = 0.951$) dan Skala Stres Pengasuhan (14 butir, $\alpha = 0.876$) yang berbentuk skala likert dengan empat pilihan jawaban. Analisis data menggunakan *Spearman's Rho* yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan, dengan koefisien korelasi -0,507 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Artinya, semakin besar dukungan sosial suami yang diberikan, maka semakin rendah stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme.

Kata kunci: dukungan sosial suami, stres pengasuhan, ibu, anak dengan gangguan spektrum autisme

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehadiran anak dalam sebuah keluarga menjadi karunia yang diberikan Tuhan kepada setiap pasangan suami istri. Anak juga diharapkan dapat menjadi penerus garis keturunan sebuah keluarga. Dalam perkembangannya, anak akan bertumbuh dan berkembang dalam pengasuhan orang tua. Menurut Harlinda (2018), mengasuh dan membesarkan anak bisa memberikan banyak kepuasan, tetapi juga menghadirkan banyak tantangan bagi orang tua. Bagi sebagian orang dewasa, menjadi orang tua merupakan sebuah penghargaan yang disertai dengan sejumlah tantangan.

Harapan setiap orang tua tentu anak dapat mengalami tumbuh kembang yang baik dan sehat seperti anak lainnya, baik dari segi fisik ataupun mental. Namun, sebagian anak dilahirkan dengan kekurangan, seperti kekurangan fisik, sosial, emosional, mental-intelektual, dan sebagainya yang umumnya dikenal dengan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa (dalam Faradina, 2016) menjelaskan ABK sebagai anak yang memiliki gangguan maupun kelainan, baik dari fisik, sosial, emosional, dan mental-intelektual dalam proses perkembangannya. Berbagai perspektif, seperti psikologis, biologis, dan sosiokultural, dapat digunakan untuk memahami anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan konteks psikologis, ABK lebih mudah diidentifikasi dari sikap dan perilaku, misalnya gangguan komunikasi pada anak GSA atau ADHD, serta gangguan emosional dan interaksi sosial pada anak GSA. Dari perspektif biologis, penggolongan ABK sering kali dikaitkan dengan kelainan genetik. Terakhir, ABK dalam konteks sosio-kultural dianggap sebagai seseorang yang mempunyai kemampuan dan perilaku yang berbeda dari kebanyakan anak dan memerlukan perlakuan dan penanganan khusus (Desiningrum, 2016).

Salah satu ABK yang membutuhkan perawatan secara khusus yaitu anak dengan Gangguan Spektrum Autisme (GSA) yang merupakan gangguan perkembangan saraf yang ditandai dengan gangguan dalam komunikasi, pola perilaku, minat, serta aktivitas yang terbatas dan berulang. Gangguan spektrum autisme ditandai oleh kekurangan kemampuan dalam komunikasi, interaksi sosial, dan memahami hubungan, termasuk defisit dalam komunikasi nonverbal untuk berinteraksi sosial (American Psychiatric Association, 2013).

Individuals with Disabilities Education Act Amendments (dalam Desiningrum, 2016) menyatakan bahwa autisme merupakan gangguan perkembangan pada anak yang dipicu karena gangguan sistem saraf pusat yang memicu gangguan perilaku, komunikasi, serta berinteraksi. Menurut Mangunsong (dalam Azni & Nugraha, 2017), terdapat 3 ciri dari GSA, seperti gangguan pada interaksi sosial, komunikasi, dan perilaku. Ada pula ciri lain, yakni gangguan kognitif, afektif, motorik, persepsi sensori, perilaku agresif, gangguan pola makan dan tidur (Hallahan & Kauffman dalam Azni & Nugraha, 2017). Menurut Johnson dkk. (2015), autisme merupakan suatu kondisi yang muncul pada awal kehidupan masa anak-anak dengan gejala seperti kesulitan dalam berinteraksi sosial, masalah dalam pengembangan bahasa seperti keterlambatan berbicara, pembalikan kalimat, dan sejenisnya.

Prevalensi GSA meningkat secara signifikan selama dekade terakhir. *World Health Organization* (dalam Baxter dkk., 2015) memperkirakan bahwa 0,76% anak di dunia menderita GSA dan memprediksi 1 dari 160 anak di dunia menderita GSA. Kemudian Kementerian Kesehatan (2022), pada tahun 2021 melaporkan bahwa jumlah individu penyandang GSA di Indonesia sendiri diprediksi meningkat hingga 500 orang/tahun. Berdasarkan Pusdatin Kemendikbud (2020), pada tahun 2020 terdapat 16.987 anak GSA di Indonesia. GSA lebih kerap terjadi pada anak laki-laki, dengan prevalensi sekitar 3 hingga 4 kali lipat dibandingkan dengan anak perempuan. Sekitar 10% hingga 15% anak GSA memiliki tingkat kecerdasan yang berada pada batas rata-rata atau di atas rata-rata. Lalu, sebanyak 25% memiliki tingkat

kecerdasan yang berada di rentang antara *borderline* hingga retardasi mental, sementara yang lainnya mengalami tingkat retardasi mental sedang hingga berat (Hoogsteen & Woodgate, 2013).

Data prevalensi di atas menunjukkan bahwa panyandang GSA terus meningkat setiap tahunnya. Gejala dan permasalahan yang dihadapi oleh anak GSA juga jauh lebih kompleks dibandingkan dengan anak dengan gangguan perkembangan yang lain. Menurut Brei (dalam Lu dkk., 2018), orang tua yang dikaruniai anak GSA mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi, dibanding orang tua anak berkebutuhan khusus lain. Pengasuhan anak GSA tidak hanya menantang karena gejala inti, perilaku komorbid, dan gejala fisik dari GSA sendiri, tetapi juga karena beban dan biaya yang cukup tinggi. Dalam perkembangannya anak GSA memerlukan perawatan yang lebih dibandingkan dengan anak pada umumnya, seperti sekolah atau pendidikan khusus, terapi, maupun pelayanan medis. Hal tersebut seperti pernyataan Chan dkk. (2018) bahwa terapi anak GSA membutuhkan biaya yang cukup tinggi untuk terapi, konsultasi medis, dan pengobatan. Serta, pendidikan untuk persiapan masa depan anak yang juga memerlukan biaya yang tidak sedikit (Bashir dkk., 2014).

Anak GSA biasanya mengalami kesulitan dalam mengungkapkan permintaan, interaksi sosial, dan mempertahankan hubungan sosialnya. Selain mengalami kesulitan dalam interaksi sosial dan komunikasi, anak GSA juga menunjukkan perilaku mengganggu dan sulit untuk diatur (Wang dkk., 2022). Watson dkk (dalam Chodidjah & Kusumasari, 2018) menyebutkan bahwa menjadi orang tua dari anak GSA merupakan pengalaman yang penuh dengan stres. Senada dengan Derguy dkk. (2016) yang mengutarakan bahwa 70% orang tua dari anak GSA memiliki tingkat stres pengasuhan yang tinggi.

Stres pengasuhan merupakan reaksi fisiologis maupun psikologis yang timbul dari upaya beradaptasi sebagai orang tua (Deater-Deckard dalam Sharda dkk., 2019). Menurut Abidin (dalam Azni & Nugraha, 2017), stres pengasuhan diuraikan sebagai sebuah ketegangan

dan kecemasan yang melebihi batas, serta berkaitan dengan hubungan antara orang tua dengan anak. Orang tua dari anak GSA lebih banyak menghadapi tantangan pada masalah perilaku, seperti tantrum, repetitif dan agresif (Ludlow dkk., 2012). Adanya kesulitan regulasi diri yang dapat membuat anak memiliki emosi negatif, serta adanya gangguan komunikasi menjadi tantangan bagi orang tua anak GSA.

Beban yang cukup berat yang harus ditanggung oleh ibu sebagai figur lekat anak GSA, dimana ibu paling banyak menghabiskan waktu dengan sang anak yang dapat membuat mereka mengalami stres pengasuhan (Rahayu dkk., 2019). Ibu yang dikaruniai anak GSA biasanya mengalami stres pengasuhan karena besarnya tantangan dan tuntutan akan perannya sebagai orang tua. Fido dan Saad (2013) juga menyatakan bahwa ibu dari anak GSA lebih berisiko mengalami *distress* dibandingkan ayah karena ibu lebih banyak terlibat dalam perawatan dan tugas praktis yang dibutuhkan anak GSA. Rahayu dkk. (2019) juga mengungkapkan bahwa stres pengasuhan dapat terjadi apabila pemahaman orang tua terkait permasalahan anak kurang, serta kesulitan dalam mengendalikan perilaku anak yang cenderung sulit diatur. Beberapa dampak dari stres pengasuhan di antaranya adalah depresi, kecemasan, kesulitan dalam *family functioning*, masalah pernikahan, dan kesehatan orang tua yang semakin menurun (Lu dkk., 2018).

Wang dkk. (2022) menyebutkan bahwa anak GSA biasanya mengalami kesulitan dalam komunikasi dan interaksi sosial. Kesulitan untuk berkomunikasi dan menyampaikan kebutuhan pada orang tua, membuat anak GSA cenderung sering menunjukkan perilaku tantrum dan mengamuk. Hal tersebut menjadi tantangan tersendiri bagi ibu karena ibu sulit mengerti apa yang dibutuhkan dan diinginkan oleh anak GSA. Kebingungan atas keadaan anak juga akan menjadi tantangan, terutama bagi yang ibu belum memahami mengenai GSA itu sendiri. Penelitian oleh Hutchison dkk. (2016) mengungkap bahwa gangguan pada anak GSA, meliputi kesulitan mengatur perilaku, mengendalikan impuls, serta mengalihkan dan

memusatkan perhatian. Karakteristik tersebut dapat meningkatkan stres pengasuhan karena setiap hari ibu harus menghadapi perilaku anak GSA yang tidak terduga dan sulit untuk dikendalikan.

Tugas pengasuhan dari ibu yang memiliki anak GSA berbeda dibandingkan ibu yang lain, meliputi tuntutan perawatan yang lebih besar, kualitas hubungan antar anggota keluarga, kekhawatiran mengenai masa depan dan pendidikan anak, tenaga yang lebih ekstra, serta permasalahan keuangan (Raina dkk. dalam Larasati dkk., 2021). Hal itu sesuai dengan pernyataan Chan dkk. (2018) bahwa anak GSA membutuhkan biaya yang cukup tinggi untuk terapi, konsultasi medis, dan pengobatan. Serta, pendidikan untuk persiapan masa depan anak (Bashir dkk., 2014). Tugas pengasuhan yang berat tersebut dapat menjadi tekanan bagi ibu, yang selanjutnya dapat menimbulkan stres pengasuhan.

Kondisi kesehatan mental ibu yang buruk memiliki hubungan yang erat dengan kesejahteraan psikologis ibu yang memiliki anak GSA. Kesejahteraan psikologis ibu yang kurang baik dapat menyebabkan stres yang berdampak negatif pada proses pengasuhan anak GSA. Menurut model stres pengasuhan, kondisi tersebut dapat menyebabkan disfungsi dalam pengasuhan. Ibu yang mengalami stres cenderung memperburuk kondisi anak dengan GSA, yang selanjutnya dapat berdampak negatif pada pengasuhan (Sa'diyah, 2016). Stres pengasuhan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menghambat perkembangan anak. Ibu juga akan cenderung merasa terpuruk dan enggan melakukan apapun untuk mendukung perkembangan anaknya, sehingga kondisi keterbelakangan anak semakin memburuk (Davis & Carter dalam Sa'diyah, 2016).

Ketidakmampuan orang tua untuk mengatasi stres dalam pengasuhan akan memiliki efek negatif pada hubungan orang tua dan anak. Orang tua akan menunjukkan tanda-tanda penolakan, kurangnya ekspresi kasih sayang, dan lebih reaktif dalam merespons anak (Gani dkk., 2019). Deater-Deckard (dalam Asri & Hendriani, 2024) juga mengemukakan bahwa

apabila stres pengasuhan meningkat, kualitas pengasuhan cenderung menurun dan memburuk yang mana dapat mengakibatkan peningkatan masalah perilaku dan emosional pada anak. Stres pengasuhan pada ibu yang tidak dikelola dengan baik akan berdampak negatif pada pengasuhan itu sendiri. Dimana stres pengasuhan juga akan menurunkan keyakinan ibu pada kemampuan mereka dalam menjalani pengasuhan (Coleman & Karraker dalam Larasati dkk., 2021).

Kondisi orang tua yang sedang stres mengasuh, intensitasnya dalam menunjukkan emosi cenderung meningkat. Menurut Gunarsa (dalam Azni & Nugraha, 2017), orang tua yang mengalami tingkat stres pengasuhan yang tinggi lebih sering memperlihatkan perilaku marah, dibandingkan mereka yang memiliki stres pengasuhan yang rendah. Stres dalam mengasuh yang dirasakan oleh seorang ibu dapat berdampak pada tidak optimalnya pengasuhan anak. Lestari (2012) mengungkapkan bahwa ketidakmampuan mengatasi stres pengasuhan dapat menyebabkan orang tua lebih mudah melakukan tindakan kekerasan terhadap anak yang nantinya akan berdampak negatif pada pembentukan kepribadian anak. Penelitian Evin dan Laveena (2021) juga mengungkap bahwa stres pengasuhan dapat menjadi beban yang akan memengaruhi perilaku ibu. Dimana ibu yang mengalami stres pengasuhan akan cenderung menunjukkan sikap pengabaian hingga berperilaku kasar pada anak. Tantangan pengasuhan pada anak dengan GSA yang kompleks dan beragam, ditambah dengan perbedaan individu dalam memahami kondisi anak, dapat menyebabkan ibu mengalami stres pengasuhan.

Ibu dengan kesehatan mental yang baik dan tidak mengalami stres akan memberikan pengasuhan yang lebih positif pada anak. Selain itu, ibu akan memenuhi kebutuhan asah, asih, dan asuh yang merupakan faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak (Syahputra dkk., 2022). Gangguan kompleks yang dimiliki anak GSA membatasi kemandirian mereka dalam melakukan tugas-tugas harian. Dengan itu, anak GSA membutuhkan bantuan dari anggota keluarga untuk menjalankan aktivitasnya sehari-hari

(Bashir dkk., 2014). Keterbatasan yang dimiliki anak GSA dapat menyebabkan berbagai tantangan, sehingga ibu perlu memiliki ketangguhan dalam menjalankan peran pengasuhan (Daulay dkk., 2018). Dengan mempertimbangkan dampak negatif yang ditimbulkan oleh stres pengasuhan, baik pada anak maupun kesehatan mental ibu sendiri, penting untuk mencegah dan menjaga agar ibu tidak mengalami stres pengasuhan.

Salah satu faktor yang bisa menurunkan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak GSA adalah adanya dukungan sosial yang dirasakan. Penelitian dari Ramadhany dkk. (2017) menunjukkan bahwa salah satu faktor yang saling terkait dengan stres pengasuhan yakni dukungan sosial. Sarafino (dalam Azni & Nugraha, 2017) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan, apresiasi, perhatian, maupun pertolongan yang didapatkan dari individu lain. Dukungan sosial dapat diartikan sebagai sebuah kenyamanan secara psikologis maupun fisik dari individu lain, seperti teman maupun keluarga, yang berguna ketika sedang menghadapi situasi stres (Sarason & Pierce dalam Purnomo & Kristiana, 2016). Dukungan sosial tersebut salah satunya berasal dari pasangan atau suami. Dukungan sosial suami merupakan sesuatu yang bermanfaat untuk istri, sehingga istri mengetahui bahwa ada sosok suami yang mendukung dan mencintainya.

Menurut Sarafino (dalam Savitri & Herdajani, 2023), seorang ibu akan menilai bahwa mengasuh bukanlah aktivitas yang penuh tekanan atau stres apabila mendapatkan dukungan sosial dari suami. Dukungan tersebut akan membuat ibu merasa bahwa suami akan membantunya ketika ia mengalami kesulitan. Temuan dari studi Savitri dan Herdajani (2023) pada ibu anak usia prasekolah, mengungkap bahwa saat seorang ibu menerima dan memaknai dukungan sosial yang diberikan suami, ibu akan lebih menikmati perannya dalam mengasuh anak. Senada dengan penelitian dari Purnomo dan Kristiana (2016) pada ibu yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan istri. Dapat diartikan bahwa semakin

rendah dukungan sosial suami, maka semakin tinggi stres pengasuhan istri, begitu pula sebaliknya. Pengaruh dukungan sosial suami terhadap stres pengasuhan istri mencapai 25,3%.

Dukungan sosial suami dapat memberikan efek penyangga atau penguat pada psikologis ibu yang membesarkan anak dengan GSA (Miranda dkk., 2019). Dukungan sosial, khususnya dari pasangan, berperan sebagai faktor protektif yang melindungi individu dari stres dan kecemasan (Ilska & Przybyła-Basista, 2017). Dengan dukungan pasangan, ibu juga diharapkan dapat menjalankan pengasuhan dengan optimal. Anak GSA membutuhkan orang tua sebagai *caregiver* yang penyayang dan tangguh agar dapat mendampingi anak GSA berkembang secara optimal.

Hal yang membuat penelitian ini berbeda dari beberapa penelitian sebelumnya yakni pada penelitian Miranda dkk. (2019) mengenai stres pengasuhan pada ibu dari anak GSA tanpa disabilitas intelektual. Dimana hasil penelitiannya hanya berlaku untuk anak GSA yang memiliki IQ normal. Selain itu, sebagian besar anak GSA dalam penelitian tersebut adalah anak laki-laki, sehingga tidak dapat digeneralisasikan pada anak perempuan GSA. Selain itu, penelitian oleh Miranda dkk. (2019) dilakukan di Spanyol yang mana memungkinkan adanya perbedaan dalam budaya pengasuhan yang ada di Indonesia. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang tertera pada latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris ada atau tidaknya hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme.

D. Manfaat Penelitian

Diharapkan penelitian ini mampu memberikan manfaat, adapun manfaat yang ingin dicapai sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Memberikan masukan ilmu pada bidang Psikologi Keluarga dan Pengasuhan Positif, terutama mengenai hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan bagi subjek penelitian mengenai keterkaitan antara variabel dukungan sosial suami dengan variabel stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak GSA.

b. Bagi Keluarga

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi keluarga mengenai hubungan antara variabel dukungan sosial suami dengan variabel stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. Dengan demikian, dapat dijadikan salah satu referensi untuk mengembangkan pendekatan yang adaptif dalam menghadapi tantangan pengasuhan anak GSA. Serta, menjadi referensi dalam menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis dan mendukung bagi anak GSA.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan bagi peneliti berikutnya yang berminat untuk menjalankan penelitian mengenai dukungan sosial suami dan stres pengasuhan.