

PARENTING STRESS PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTIS: FAKTOR PENYEBAB DAN RESPON STRES

Ikhda Izzatul Aqilah¹⁾, Wiwin Hendriani²⁾

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga

¹email: ikhda.izzatu.aqilah-2021@psikologi.unair.ac.id

²Wiwin.hendriani@psikologi.unair.ac.id

Informasi Artikel

Riwayat Artikel :

Submit, 22 Februari 2023

Revisi, 1 April 2023

Diterima, 29 Agustus 2023

Publish, 15 September 2023

Kata Kunci :

Faktor Stres

Ibu Dengan Anak Autis

Respon Stres

Stres Pola asuh

ABSTRAK

Gangguan autisme merupakan hambatan pada aspek interaksi sosial, komunikasi, serta terbatasnya aktivitas dan ketertarikan. Kondisi perilaku anak yang kompleks membuat kebutuhan anak dengan ASD cukup kompleks sehingga menyebabkan tingkat stres pada orang tua meningkat, terutama ibu. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi stres pengasuhan yang terjadi pada ibu dengan anak ASD. Metode penelitian yang digunakan adalah Science Direct, Google Scholar, SINTA, APA, Taylor and Francis, SAGE, Springer. Dari 18 jurnal terdapat 3 jurnal artikel penelitian yang dinilai relevan dengan tujuan utama penelitian. Skrining artikel dilakukan dengan cara: 1) skrining dengan mengambil artikel dengan tema “stress pengasuhan pada ibu dengan anak autis”, 2) studi empiris (kualitatif dan kuantitatif), 3) jurnal berbahasa Indonesia, 4) jurnal berbahasa Inggris, 5) mengunduh per artikel secara keseluruhan. Hasil telaah literatur revidi ini menyimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara stres pola asuh yang dialami ibu dengan anak terdiagnosa autisme. Selain itu, penyebab atau faktor yang menyebabkan stres pada ibu yang memiliki anak autis adalah perilaku yang agresif, emosi yang tidak stabil, menangis dan tertawa tanpa sebab, perilaku hiperaktif, membuat ibu mengalami stres pola asuh. Beberapa respon stres yang ditunjukkan, yakni respon fisiologis, respon, respon emosi, serta respon tingkah laku.

This is an open access article under the CC BY-SA license



Corresponding Author:

Ikhda Izzatul Aqilah

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga

email: ikhda.izzatu.aqilah-2021@psikologi.unair.ac.id

1. PENDAHULUAN

Autis dinukil dari kata “autos” yang memiliki makna segala sesuatu yang mengarah pada diri sendiri. Menurut *American Psychological Association* (2000, dalam Desiningrum, 2016). Autistic Disorder merupakan hendaya perkembangan yang fokusnya terhadap interaksi sosial dan komunikasi dengan terbatasnya aktivitas dan ketertarikan. Desiningrum (2016) juga mengatakan bahwa terdapat beberapa perilaku autisme, yakni perilaku yang eksekutif (berlebihan) atau hiperaktif dan tantrum, seperti mendorong, memukul tiba-tiba, mencakar, menggigit, atau bahkan berteriak, serta memukul diri sendiri. Adanya perilaku yang defisit ditandai dengan perilaku sosial yang kurang sesuai, gangguan bicara, memainkan mainan tidak sesuai dengan fungsinya

(menjejerkan), emosi tidak tepat, seperti tertawa, marah, dan menangis tanpa sebab.

Zager (2005), menyatakan ada beberapa ciri-ciri anak yang mengalami autisme, yakni gangguan kualitatif dalam interaksi sosial. Anak/seseorang yang terdiagnosa autistic spectrum disorder memiliki ciri-ciri pada gangguan hubungan sosial timbal balik. Hubungan sosial yang dimaksud adalah tidak adanya interaksi sosial “take and give”, tidak mampu mengintegrasikan aspek-aspek percakapan verbal dan non verbal, gangguan pada interaksi sosial dalam pertemanan, tidak ada ekspresi kegembiraan, ketertarikan, dan suka cita dengan orang lain (Filipek et al., 2000; Volkmar et al., 1999; Volkmar & Klin, 1999, dalam Zager, 2005). Selain itu adanya gangguan kualitatif dalam berkomunikasi, menurut Zager (2005)

Individu autisme mengalami gangguan komunikasi pada wilayah nonverbal dan linguistik yang pragmatis dan semantik. Artinya tidak mampu memahami makna bahasa dan gestur tubuh. Individu dengan autisme juga cenderung berkomunikasi untuk mengekspresikan kebutuhan, keinginan, dan sesuatu yang disukai, ketimbang mengucapakan dengan sungguh-sungguh ketertarikannya pada orang lain, berbagi pengalaman, menunjukkan kegembiraan, dan perasaannya, bahkan tidak ada ekspresi. Komunikasi ekspresif cenderung eksplisit, langsung, dan konkrit. Adanya pola yang kaku, berulang, dan stereotipik terhadap perilaku dan keterbatasan aktivitas juga merupakan ciri-ciri anak yang mengalami autisme, seperti sensitif terhadap input sensori pada suara, visual, dan penciuman. Perilaku yang berulang, seperti flapping. Ritual yang kaku, seperti jalan di rute yang sama, menggunakan baju yang sama, dan memakan makanan yang sama (Zager, 2005).

Kondisi perilaku anak yang kompleks membuat kebutuhan anak autisme juga rumit. Tanggung jawab orang yang memiliki anak autisme juga semakin besar. Lambrechts (2011), menyatakan bahwa orang tua dengan gaya pengasuhannya juga perlu memahami kondisi dan perilaku anak yang menyandang autisme, baik dalam pemenuhan kasih sayang, maupun pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Perilaku autisme anak yang rumit juga turut meningkatkan stress orang tua (Sheperd, D., Landon, J., Goedeke S., & Meads, J, 2021). Schieve, Blumberg, Rice, Visser, dan Boyle (2007), menyatakan bahwa 55% orang tua mengalami tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan orang tua yang memiliki anak normal pada umumnya. Menurut Putri, Pramesti, dan Hapsari (2019), 59% orang tua dengan anak autisme mengalami stress ringan, 35,9% mengalami stress yang sedang, dan 5,1% mengalami stress yang berat.

Pengasuhan yang dominan dijalankan oleh ibu membuat ibu juga mengalami stress pengasuhan. Riandita (2017) menyatakan bahwa 57% . Perilaku ritual, berulang dan tidak tertarik dengan lingkungan sosial membuat ibu yang memiliki anak ASD mengalami kecemasan dan depresi ketika mengontrol perilaku anak yang muncul (Lecavalier, dkk., 2006; Bitsika & Sharpley, 2017). Membesarkan anak autisme juga membuat seorang ibu merasa kesulitan dalam menjalani kehidupan dan menghadapi tantangan untuk mengasuh anak dengan ASD, rendahnya dukungan sosial juga menjadi faktor meningkatnya kecemasan dan depresi (Boyd, 2002).

Penelitian yang mengungkap parenting stress beserta penyebab dan respon stress pada ibu dengan anak autisme ini jarang dilakukan, oleh karena itu tujuan literatur revidi ini adalah untuk mengidentifikasi stress pengasuhan, penyebab stress, dan respon stress yang dialami oleh ibu dengan anak ASD. Pada literatur revidi ini tidak ditemukan tema yang sama. Diharapkan literatur revidi ini mampu menyediakan informasi dan tambahan ilmu kepada para ibu di

Indonesia mengenai parenting stress pada ibu yang memiliki anak dengan Autism Spectrum Disorder.

2. METODE PENELITIAN

Strategi pencarian jurnal dan database

Penelitian ini adalah studi revidi yang sistematis dengan tujuan untuk mengidentifikasi stress pengasuhan yang terjadi pada ibu dengan anak autisme. Pencarian dilakukan melalui pencarian data jurnal online pada beberapa database dengan mencari hasil penelitian yang diterbitkan (2009-2021). Database yang digunakan oleh peneliti dalam mencari jurnal yakni, Science Direct, Google Scholar, SINTA, APA, Taylor and Francis, SAGE, Springer, dengan kata kunci "parenting stress", "parenting stress on mother with autism", "parenting stress on mother with ASD", "Stres pengasuhan", "ibu dengan memiliki anak autisme".

Proses skirning

Skrining artikel dilakukan dengan cara: 1) artikel yang terkumpul di skrining dengan mengambil artikel dengan tema "stress pengasuhan pada ibu dengan anak autisme", 2) studi empiris (kualitatif dan kuantitatif), 3) jurnal dengan bahasa Indonesia, 4) jurnal dengan bahasa Inggris, 5) melakukan download per artikel secara keseluruhan. Total jurnal yang akan dianalisa adalah 3 jurnal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan pencarian dan proses seleksi, 3 jurnal terpilih berikut ini:

Tabel 1. Ringkasan hasil artikel yang terpilih

| Judul, Penulis, Tahun | Metode Penelitian | Ukuran Sampel | Temuan |
|---|--|--|--|
| Parenting Stress in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder Phetrasuwan, S., & Miles, S, M (2009) | Desain penelitian ini merupakan desain korelasional deskriptif dengan mengumpulkan data melalui kuisioner | Partisipan merupakan 106 ibu biologis dan 2 ibu adoptif yang memiliki anak-anak terdiagnosa ASD. | Gejala-gejala perilaku autisme merupakan sumber utama stress pengasuhan pada ibu. Tidak adanya hubungan karakteristik anak dengan stress pengasuhan. Ibu yang lebih stress dalam pengasuhan memiliki gejala yang lebih depresif dan rendahnya tingkat kesejahteraan (<i>well-being</i>). |
| Parenting Stress Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis Sari, P, F., & Fitriyani, N (2019) | Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif fenomenologi. Teknik pengambilan data dari penelitian ini menggunakan teknik triangulasi data dengan analisis | subjek merupakan 4 orang ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme. | Hasil penelitian menyimpulkan bahwa respon stress ibu yang timbul mengasuh anak autisme bervariasi, ada respon fisiologi berupa keadaan fisik yang mudah lelah, respon kognitif berupa kecemasan, dan respon emosi berupa malu, kecewa, takut, |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | data fenomenologi | | sedih, serta respon emosi berupa menangis, memukul, dan mencubit anak. |
| Parenting Stress in Mothers of Children With Autism Without Intellectual Disability. Meditation of Behavioral Problems and Coping Strategies Miranda, Ana, Alvaro M., Barenguer C., Rosello Balen., Immaculada Baixauli (2019) | Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasi | Menggunakan 52 ibu yang terestimasi ASD pada anak-anaknya | Analisis korelasi menunjukkan bahwa parenting stress berhubungan dengan gejala ASD yang muncul dan masalah perilaku. Namun, parenting stress secara negatif berkorelasi pada engagement coping dan dukungan Fungsi sosial yang dilaporkan oleh para ibu. Analisis multipel mediasi mengindikasikan bahwa engagement coping dan behavioral difficulties menjadi mediator yang penting dalam hubungan antara gejala ASD dan parenting stress dan variabel engagement memiliki efek yang besar. |

| | |
|----------------------------|---|
| | sama dengan anak-anak pada umumnya dilihat dari gejala-gejala anak yang muncul dan perkembangannya. |
| Respon Tingkah Laku | Gejala yang kompleks yang ditunjukkan anak autis, seperti tantrum, mengamuk, sulit diajak komunikasi, mengakibatkan munculnya respon tingkah laku yang bervariasi dari ibu yang memiliki anak autis diantaranya perilaku-perilaku yang muncul pada anak autis membuat ibu menangis, memukul, tidak mampu mengontrol emosi, dan mencubit, terlebih ketika sulit memahami keinginan anak. |

Dengan membaca dan menganalisa lebih dalam pada artikel terpilih, beberapa hasil didapatkan pada literatur revidi ini.

Tabel 2. Hasil 2 Artikel Kuantitatif

| TEMA STRES PENGASUHAN | HASIL |
|--|---|
| Kaitan antara ibu dengan anak autis dan stres pola asuh | hasil menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara stres pengasuhan seorang ibu dengan memiliki anak autis. Ibu yang mengalami parenting stress yang tinggi memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih rendah. |
| Faktor penyebab stres | Perilaku anak autis yang kompleks menjadi penyebab ibu mengalami stress pengasuhan. Gangguan perilaku yang dimiliki dan perkembangan kognitif yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari menjadikan ibu mengalami stres. |

Tabel 3. Hasil 1 Artikel Kualitatif

| TEMA STRES PENGASUHAN | HASIL |
|-------------------------|---|
| RESPON STRES | |
| Respon Fisiologi | Ibu dalam mengasuh anak autis mengeluarkan tenaga yang lebih besar dibandingkan mengasuh anak-anak pada umumnya. Sehingga, ibu mengalami kelelahan. |
| Respon Kognitif | Kecemasan yang muncul akibat khawatir tidak mampu untuk mengasuh anak autis dengan minimnya informasi mengenai anak autis. Kekhawatiran akan masa depan anaknya. Sebagai respon kekhawatiran perilaku yang muncul dari ibu yang memiliki anak autis adalah berdiskusi dengan ahli mengenai autis, melakukan pengobatan alternatif, melakukan terapi, dan menyekolahkan ke SLB |
| Respon Emosi | Merasa kecewa, sedih, takut, malu, dan marah, serta menutup diri dari lingkungan. Respon ini muncul diakibatkan karena anak-anak autis tidak |

Berdasarkan ketiga penelaahan penelitian, diketahui bahwa adanya kaitan stres pola asuh yang dimiliki ibu dengan anak autis, faktor penyebab stres, dan respon stres. Menurut Phetrasuwan & Miles (2009), adanya korelasi positif antara stres pola asuh yang dimiliki ibu dengan anak yang menyandang autis. Adanya korelasi yang signifikan antara parenting stress dengan ibu yang memiliki anak autis, skor PSS:DD dengan CES-D ($r=.61, p<0.1$) yang menandakan bahwa ibu dengan parenting stress yang lebih tinggi maka akan memiliki gejala depresi yang lebih. Selain itu menurut Alvaro M., Barenguer C., Rosello Balen., Immaculada Baixauli (2019), adanya hubungan yang signifikan antara parenting stress dengan ibu yang memiliki anak ASD, pada penelitian ini stres diukur menggunakan *Parenting Index Short Form*. Pada skala ini ada 36 aitem dengan total skor diatas 90 dan secara klinis dikatakan signifikan dengan konsistensi internal cornbach alpha sebesar 0.91 (*parental distress*), *dysfunctional parent-child interaction* (0,82), dan *difficult child* (0.90). Semakin tinggi tingkat depresi yang dimiliki oleh ibu dengan anak autis maka semakin rendah kesejahteraannya. Perilaku anak autis yang kompleks dan rumit, seperti tantrum, mengamuk, sulit berkomunikasi, kontak mata tidak bertahan lama, dan kondisi emosi yang tidak bisa ditebak menjadi penyebab munculnya stres pada ibu yang memiliki anak autis (Phetrasuwan & Miles, 2009). Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari & Fitriyani (2019), perilaku anak yang marah-marrah, agresif, dan membahayakan, seperti membenturkan kepala, memukul diri sendiri, dan agresivitas yang sama sekali tidak diketahui penyebabnya membuat ibu sulit mengontrol perilaku dan memicu stres pada ibu.

Beberapa respon stres muncul, seperti respon fisiologis, kognitif, emosi, dan tingkah laku. Menurut Taylor (1991), stres mampu menghasilkan respon yang bervariasi, yakni ada respon fisiologis. Respon fisiologis melibatkan tekanan dara, detak jantung, nadi, dan sistem pernapasan yang meningkat. Sedangkan Respon, kognitif melibatkan terganggunya

proses kognitif individu, contohnya adalah inatensi, pemikiran yang tidak wajar, serta kacau dalam pikiran. Berikutnya adalah respon emosi, respon ini melibatkan emosi negatif yang dialami oleh individu, seperti cemas, takut, malu, dan marah. Selanjutnya, respon tingkah laku, yakni melawan situasi yang menghimpit dan menghindari situasi berat dan sedang menghimpit.

Respon fisiologis yang muncul adalah kelelahan yang dialami ibu dalam mengasuh anak autis disebabkan karena perilaku agresif dan emosi yang tidak stabil yang dialami oleh anak autis. Perilaku-perilaku yang hiperaktif membuat ibu kewalahan dalam mengurus anak autis. Respon kognitif yang muncul adanya kecemasan yang muncul pada ibu dikarenakan adanya ketakutan dan kecemasan akan masa depan anak, respon-responnya berupa mencari ahli dan media untuk berdiskusi. Respon emosi yang muncul adalah rasa malu yang dimiliki ibu dikarenakan memiliki anak autis. Ibu cenderung menarik diri dari kehidupan sosial. Kecewa, sedih, dan takut dialami oleh ibu dengan anak autis disebabkan karena ketidaknormalan pada anak autis. Respon stress berikutnya adalah tingkah laku. Respon yang muncul adalah menangis, memukul, dan mencubit. Kemampuan mengontrol emosi yang kurang dan kesulitan dalam mengerti keinginan anak dengan diagnosa autis membuat ibu mengalami stres.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan telaah literatur yang dilakukan dihasilkan temuan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara stres pola asuh yang dialami ibu dengan anak terdiagnosa autisme. Selain itu, penyebab atau faktor yang menyebabkan stres pada ibu yang memiliki anak autis adalah perilaku yang agresif, seperti tantrum, emosi yang tidak stabil, seperti menangis tanpa sebab, tertawa tanpa sebab, dan perilaku hiperaktif, seperti lari-lari dan tidak mampu duduk dengan tenang membuat ibu mengalami stres pola asuh. Ada beberapa respon stres yang ditunjukkan, yakni respon fisiologis, subjek merasa kelelahan menghadapi perilaku autisme yang muncul pada anak, seperti hiperaktivitas (lari-lari), agresivitas (memukul diri sendiri), tertawa, marah, dan menangis tanpa sebab. Respon yang ke dua adalah respon kognitif (kecemasan dan ketakutan akan masa depan anak), adanya perasaan ibu yang khawatir dan takut dikarenakan masa depan anaknya yang mengalami autisme. Berikutnya adalah respon emosi, ibu dengan anak autis cenderung menarik diri dari lingkungan, kecewa, sedih akan keadaan anak, serta respon tingkah laku, seperti memukul, menangis, dan mencubit ketika anak sedang tantrum atau hiperaktif.

5. REFERENSI

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorder (fifth ed.). Washington DC: American Psychiatric Publishing.

- Bitsika, V., and Sharpley, C. F. (2017). The association between autism spectrum disorder symptoms in high-functioning male adolescent and their mother's anxiety and depression. *J. Dev. Phys. Disabil.* 9, 461-473. doi: 10.1007/s10882-017-9537-1
- Boyd, B. A. (2002). Examining the relationship between stress and lack of social support in mothers of children with autism. *Focus Autism Dev. Dis.* 17, 208-215. doi: 10.1177/10883576020170040301
- Desiningrum, D.R. (2016). Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: Psikosain.
- Lambrechts, G., Van Leeuwen, K., Boonen, H., Maes, B., & Noens, I. (2011). Parenting behaviour among parents of children with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 5(3), 1143- 1152.
- Miranda, Ana, Alvaro M., Barenguer C., Rosello Balen., Immaculada Baixauli. (2019). Parenting Stress in Mothers of Children With Autism Without Intellectual Disability. Meditation of Behavioral Problems and Coping Strategies. *Front. Psychol*, 10, 464-476. DOI: 10:464. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00464
- Putri M, A., Pramesti Woro., & Hapsari, D, R. (2019). Stress Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Dengan Gangguan Spektrum Autisme. *Jurnal Psikologi Malahyati*, 1 (1), 7-11.
- Riandita, A.A. (2017). Tingkat Stres Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sari, P, F., & Fitriyani, N (2019). Parenting Stress Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 16 (1), 21-36.
- Schieve, L. A., Blumberg, S. J., Rice, C., Visser, S. N., & Boyle, C. (2007). The relationship between autism and parenting stress. *Pediatrics*, 119 (Supplement 1), S114-S121
- Shepherd, D., Goedeke, S., Landon, J., & Meads, J. (2020). The types and functions of social supports used by parents caring for a child with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(4), 1337-1352. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04359-5>.
- Phetrasuwan, S., & Miles, S.M. (2009). Parenting Stress in Mothers of Children With Autism Spectrum Disorders. *Journal Compilation*, 13 (3), 158-165.
- Taylor & Bogdan. (1984). *Pengantar Metode Penelitian Kualitatif: Suatu Pendekatan Fenomenologis terhadap Ilmu-Ilmu Sosial*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Zager, D. (2005). *Autism Spectrum Disorders: Identification, Education, and Treatment (3rd ed)*. London, New Jersey: Lawrence Erlsbaum Associates Publisher