

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTISME

Adi Prasetyo Pradana, Erin Ratna Kustanti

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro Semarang

Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

prass1994@gmail.com, erintanjung@yahoo.co.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. *Psychological well-being* merupakan gambaran kesehatan psikologi individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologis positif. Populasi pada penelitian ini adalah ibu dari siswa-siswi SLB yang mengalami gangguan autis di kota Semarang, Magelang dan Salatiga. Sampel penelitian berjumlah 60 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *psychological well-being* (37 Aitem, $\alpha = .933$) dan skala dukungan sosial suami (44 Aitem, $\alpha = .963$). Analisis data menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being* ($r_{xy} = .485$ dengan $p = .000$ ($p < .05$)). Dukungan sosial suami memberikan sumbangan efektif sebesar 23,6% terhadap *psychological well-being*.

Kata Kunci: *psychological well-being*; dukungan sosial suami; autisme

Abstract

This research aims to determine the relationship between husbands' social support and psychological well-being in mothers of children with autism. Psychological well-being is a description of individual psychological health based on the fulfillment of positive psychological function. The population in this research is the mother of extraordinary school students who have autism disorders in the city of Semarang, Magelang and Salatiga. These samples included 60 people. The sampling technique used cluster random sampling. Measuring instrument used in this research is psychological well-being scale (37-item, $\alpha = .933$) and husband' social support scale (44-item, $\alpha = .963$). Analysis of data used simple regression analysis. The results showed significant positive relationship between husband' social support and psychological well-being ($r_{xy} = .485$, $p = .000$ ($p < .05$)). Husband' social support husbands gives effective contribution as much as 23.6% to psychological well-being

Key Word: psychological well-being; husband' social support; autism

PENDAHULUAN

Kehadiran seorang anak di dalam keluarga merupakan harapan dari pasangan suami istri. Orangtua juga berharap bahwa anaknya akan tumbuh dan berkembang dengan sempurna. Pada kenyataannya, proses pertumbuhan dan perkembangan anak tidak selalu sesuai dengan apa yang diharapkan oleh orangtua. Pada beberapa kasus, orangtua harus menerima kenyataan bahwa anak yang dilahirkan mengalami gangguan autisme.

Baron-Cohen dan Belmonte (dalam Pinel, 2009) berpendapat bahwa terdapat tiga gejala inti yang diperlihatkan oleh kebanyakan kasus autisme seperti (1) berkurangnya kemampuan untuk menginterpretasikan emosi dan intense orang lain; (2) berkurangnya kapasitas untuk interaksi dan komunikasi sosial; dan (3) preokupasi dengan sebuah subjek atau kegiatan. Berdasarkan data dari Badan Penelitian Statistik (BPS) sejak 2010 dengan perkiraan hingga 2016, terdapat sekitar 140.000 anak di bawah usia 17 tahun menyandang autisme (dalam Kurnia, 2015). Anak yang memiliki gangguan autisme akan sulit dalam berinteraksi, berkomunikasi dan berperilaku (Mangunsong, 2009).

Memiliki anak dengan gangguan autisme merupakan sebuah beban berat bagi orang tua baik secara fisik maupun mental. Menurut Safaria (2005), sebagian besar orang tua mengalami *shock*, sedih, khawatir, cemas, dan marah ketika mendengar anaknya mengalami gangguan autisme. Emosi yang muncul tentu saja akan membawa dampak negatif bagi orang tua. Menurut Safira (2005), efek negatif yang muncul dapat berupa depresi, kecemasan, gejala somatisasi dan stres.

Pada dasarnya orang tua baik ayah maupun ibu memiliki tanggung jawab yang besar dalam mengasuh anak. Berdasarkan konsep *coparenting* dimana orang tua saling memberikan dukungan dalam membesarkan anak (Doherty dan Beaton dalam Santrock, 2007). Hasil penelitian Davis dan Carter (2008) mengatakan bahwa tingkat stres pengasuhan dan depresi pada ibu lebih besar dari ayah. Beban yang diterima ibu lebih besar karena ibu sebagai pengasuh utama lebih sering berinteraksi dengan anak dibandingkan dengan ayah.

Pisula (dalam Mohammadi, 2011) menjelaskan bahwa ibu dari anak autisme memperlihatkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan ibu dengan anak *Down Syndrome*. Ibu merasa stres karena perilaku yang ditampilkan oleh anaknya seperti tantrum, hiperaktif, kesulitan bicara, perilaku yang tidak lazim, ketidakmampuan bersosialisasi dan berteman (Cohen & Volkmar dalam Hadis, 2006). Secara umum, ibu dengan anak autisme lebih tertekan, cemas, dan stres karena kendala finansial, kurangnya fasilitas, kurangnya tenaga profesional, tekanan sosial dan keluarga dibandingkan ayah dari anak dengan gangguan autisme (Iftikar dan Butt, 2013).

Dampak terhadap psikologis, keuangan, waktu dan hubungan dengan keluarga menjadi beban yang dialami oleh ibu. Hastings, Kovshoff, Ward, Degli, Brown & Remington (2005) mengatakan bahwa permasalahan perilaku anak juga menjadi salah satu penyebab utama yang mempengaruhi kesejahteraan orangtua, sehingga beban yang dirasakan subjek dapat pula menghambat subjek untuk mencari informasi sebagai solusi penanganan yang tepat dalam merawat anaknya yang mengalami autisme (Kusumastuti, 2014).

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis merupakan gambaran kesehatan psikologi yang berdasarkan pada pemenuhan fungsi psikologi positif (Ryff dalam Dewi, 2012). Menurut Dewi (2012), kesejahteraan psikologis sering dimaknai bagaimana individu mengevaluasi dirinya yang bersifat kognitif (penilaian umum) dan afektif (frekuensi terhadap emosi menyenangkan dan tidak menyenangkan).

Menurut Ryff (dalam Wells, 2010) terdapat 6 dimensi kesejahteraan psikologi yang meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Seseorang dengan tingkat kesejahteraan psikologi yang tinggi akan memiliki kepuasan hidup dan lebih sedikit mengalami emosi negative (Dewi, 2012). Berdasarkan penelitian Sa'diyah (2016), ditemukan hasil bahwa individu yang memiliki *psychological well being* yang tinggi mampu meredam stres pengasuhan. Pengasuh

yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologi yang tinggi secara umum memasukkan pengasuhan sebagai bagian terpenting dari tujuan hidup, menetapkan kontrol terhadap keterbatasan hidup, melihat tuntutan pengasuhan dalam perspektif yang lebih luas dan mencari pengalaman terbaik yang memungkinkan untuk saat ini (Larson, 2010).

Kondisi *psychological well being* yang kurang baik akan berpengaruh pada proses pengasuhan anak. Kesejahteraan psikologis yang rendah akan mengakibatkan seseorang merasa bahwa pengasuhan adalah hal yang wajib dilakukan, merasa hancur di masa sekarang dan kehidupannya diliputi oleh tuntutan pengasuhan (Larson, 2010). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga dikaitkan dengan peningkatan optimisme yang pada akhirnya meningkatkan dampak positif pengasuhan ibu dan menurunkan dampak negatif pengasuhan ibu (Ekas, Lickenbrock dan Whitman, 2010).

Dukungan sosial merupakan faktor penting dalam merawat anak dengan gangguan autisme. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau ketersediaan bantuan kepada seseorang dari orang lain atau suatu kelompok (Uchino dalam Sarafino dan Smith, 2011). Weiss (dalam Bulmer, 2015) mengemukakan bahwa dukungan sosial berasal dari seseorang (profesional maupun tidak) yang dapat mengatasi permasalahan individu yang mengalami distress. Hasil penelitian lain yang dilakukan Susilowati (2007) dimana dukungan sosial yang tinggi dapat membuat individu merasa diterima, diperhatikan, dihargai dan dicintai, sehingga konsep diri, kepercayaan diri dan efikasi diri individu berkembang.

Terdapat beberapa sumber dukungan sosial yang dikemukakan oleh beberapa ahli. Menurut Taylor (2012), dukungan sosial bisa didapatkan dari orangtua, pasangan atau kekasih, kerabat, teman, kontak sosial dan masyarakat. Dukungan sosial juga didapatkan dari beberapa tipe, yaitu dari lingkungan informal (keluarga, teman, rekan kerja, atasan) dan beberapa lagi dari lingkungan bantuan formal (pekerja kesehatan, pekerja jasa kemanusiaan) (Glanz, Barbara dan Viswanath, 2008).

Agneessens, Waege dan Leavens (dalam Glanz dkk., 2008) mengatakan bahwa keefektifan dukungan yang dibutuhkan tergantung dari sumber yang memberikan dukungan. Berdasarkan penelitian Twistiandayani dan Handika (2015) ditemukan hasil bahwa semakin baik dukungan yang diberikan keluarga (suami) terhadap ibu yang memiliki anak autisme maka semakin positif penerimaan ibu terhadap anak. Dukungan yang diberikan oleh suami dapat berupa perhatian, rasa percaya diri dan empati yang dapat menciptakan perasaan aman, dicintai dan dihormati pada ibu. Menurut Lestari (2012), dukungan yang diberikan oleh suami kepada ibu akan membuat ibu merasa diterima dengan kondisi yang dialaminya.

Pada penelitian ini, dukungan yang digunakan adalah dukungan yang berasal dari suami. Dukungan suami diperlukan karena suami merupakan sumber terdekat bagi ibu dan mampu memberikan dukungan dalam jangka waktu yang lama. McLeroy, Gottlieb dan Heaney (dalam Glanz dkk., 2008) mengatakan bahwa pendampingan jangka panjang lebih banyak diberikan oleh anggota keluarga, sedangkan tetangga dan teman sebaya memberikan pendampingan jangka pendek.

Berdasarkan uraian diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial suamidengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. Hipotesis yang diajukan adalah Ada hubungan positif antara dukungan sosialsuami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. Artinya semakin tinggi dukungan sosial suami yang dirasakan semakin tinggi *psychological well-being* pada

ibu yang memiliki anak autisme dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial suami yang dirasakan semakin rendah *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu dari siswa-siswi SLB yang mengalami gangguan autis di kota Semarang, Magelang dan Salatiga. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 117 orang. Jumlah sampel uji coba sebanyak 34 orang dan jumlah sampel penelitian sebanyak 60 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *psychological well-being* (37 Aitem, $\alpha = .933$) yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Ryff (dalam Wells, 2010) dan skala dukungan sosial suami (44 Aitem, $\alpha = .963$) yang disusun berdasarkan aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Weiss (dalam Mayes dan Lewis, 2012).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji normalitas terhadap variabel dukungan sosial suami dan *psychological well-being* diperoleh signifikansi nilai *Kolmogorov-Smirnov* masing-masing 0.892 dan 0.857 dengan $p = 0.403$ dan $p = 0.455$. Nilai probabilitas kedua variabel lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$) yang berarti bahwa sebaran data kedua variabel adalah normal. Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh hasil koefisiensi $F = 17.870$ dengan tingkat signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being*. Hasil uji normalitas dan uji linieritas yang menunjukkan bahwa data yang diperoleh dari penelitian ini adalah normal dan linier, maka dalam penelitian ini dapat menggunakan metode analisis regresi sederhana.

Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana diperoleh koefisien korelasi antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme sebesar (r_{xy}) = .485 dengan $p = .000$ ($p < .05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. Nilai positif (r_{xy}) menunjukkan bahwa hipotesis pada hubungan antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme dapat **diterima**.

Hubungan yang positif mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial suami yang dirasakan semakin tinggi *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial suami yang dirasakan semakin rendah *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Koefisien determinasi sebesar 0.236 yang artinya dukungan sosial suami memberikan sumbangan efektif sebesar 23.6% terhadap *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme.

Menurut Olson dan Defrain (2003) mengatakan bahwa tersedianya dukungan sosial bagi individu yang sedang mengalami krisis secara umum akan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas kehidupan keluarga. Selain itu, semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan mampu menurunkan stres bagi ibu yang memiliki anak autis (Rahmawati, Machmuroch dan Nugroho, 2013). Kajian psikologi kesehatan menurut Taylor, Peplau dan Sears (2012) menunjukkan bahwa dukungan sosial efektif mereduksi stres dan membantu mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa sulit dan penuh tekanan.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, dukungan sosial suami merupakan salah satu faktor penentu dari *psychological well-being* pada ibu. Seseorang dengan tingkat kesejahteraan psikologi yang tinggi akan memiliki kepuasan hidup dan lebih sedikit mengalami emosi negatif (Dewi, 2012). Dukungan sosial yang berasal dari suami merupakan salah satu bentuk dukungan dari keluarga karena suami merupakan orang yang keberadaannya sangat penting dalam keluarga. Bentuk dukungan yang diberikan dari suami kepada istri dapat berupa dukungan emosional, informasi dan bantuan nyata (Taylor, 2012).

Dukungan sosial suami memberikan sumbangan efektif sebesar 23,6% terhadap *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme, sedangkan sisanya 76,4% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* menurut Ryff (dalam Wells, 2010) adalah usia, gender, status pernikahan, status sosial-ekonomi dan hubungan sosial.

Rata-rata dukungan sosial suami dalam subjek penelitian berada pada kategori sangat tinggi dengan presentase 48,3%. Pada kategori tinggi sebanyak 40%, rendah 11,7% dan sangat rendah 0%. Pada penelitian ini, sebagian besar subjek mendapatkan dukungan sosial yang sangat tinggi dari suami.

Berdasarkan hasil analisa di atas, dukungan suami dapat diterima ibu dengan sangat baik. Kasmayati (2013) mengatakan bahwa dukungan sosial dalam bentuk motivasi, perhatian dan nasihat dapat membantu individu berfikir positif, sehingga mampu mengubah individu yang pesimis menjadi optimis. Pernyataan diatas didukung dengan hasil penelitian (Yasin dan Dzulkifli, 2010) dimana dukungan sosial merupakan elemen yang dapat membantu individu mengurangi pengalaman penuh stres dan mengatasinya.

Dukungan sosial yang dirasakan oleh ibu dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada ibu. Hasil penelitian Amalia dan Indiaty (2005) mengatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis ibu yang memiliki anak retradasi mental. Orangtua yang saling memberikan dukungan satu sama lain dapat menaggulangi stres dalam mengasuh dan membesarkan anak berkebutuhan khusus (Hidayati, 2011).

Berdasarkan hasil olah data pada variabel *psychological well-being*, rata-rata kategori dalam *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme dalam subjek penelitian berada pada kategori tinggi dengan presentase 71,7%. Pada kategori sangat tinggi sebanyak 28,3%, rendah 0% dan sangat rendah 0%. Hal tersebut menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada subjek penelitian berada pada kategori yang tinggi dan sangat tinggi, sehingga pengasuh yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologi yang tinggi secara umum memasukkan pengasuhan sebagai bagian terpenting dari tujuan hidup, menetapkan kontrol terhadap keterbatasan hidup, melihat tuntutan pengasuhan dalam perspektif yang lebih luas dan mencari pengalaman terbaik yang memungkinkan untuk saat ini (Larson, 2010).

Berdasarkan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ibu yang memiliki anak autisme merasakan dukungan sosial yang tinggi, sehingga semakin tinggi tingkat *psychological well-being* yang dimiliki oleh ibu.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial suami dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa

semakin tinggi dukungan sosial suami yang dirasakan oleh ibu maka semakin tinggi *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak autisme.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, M., & Indati, A. (2005). *Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak retradasi mental*. Diterbitkan online [Skripsi]. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia. Diunduh dari http://psychology.uii.ac.id/images/stories/jadwal_kuliah/naskah-publikasi-01320074.pdf.
- Bulmer, M. (2015). *The social basis of community care (routledge revivals)*. New York: Routledge.
- Davis, N. O., & Carter, A. S. (2008). Parenting stress in mothers and fathers of toddlers with autism spectrum disorders: Associations with child characteristics. *J Autism Dev Disord.* 38, 1278-1291.
- Dewi, K. S. (2012). *Kesehatan mental*. Semarang: UPT UNDIP Press.
- Ekas, N. V., Lickenbrock, D. M., & Whitman, T. L. (2010). Optimism, social support, and well-being in mothers of children with autism spectrum disorder. *J Autism Dev Disord.* 40, 1274-1284.
- Glanz, K., Barbara, K.R., & Viswanath, K. (2008). *Health behaviour and health education*. San Frasco: Jossey Bass.
- Hadis, A. (2006). Pendidikan anak berkebutuhan khusus autistik. Bandung: Alfabeta.
- Hastings, R. P., Kovshoff, H., Ward, N. J., Degli, F., Brown, T., & Remington, B. (2005). Systems analysis of stress and positive perceptions in mothers and fathers of pre-school children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 35(5), 635-644.
- Hidayati, N. (2011). Dukungan sosial bagi keluarga anak berkebutuhan khusus. *INSAN.* 13 (1), 12-20.
- Iftikhar, N., & Butt, A. K. (2013). Psychological well-being and parental concern of children with autism. *JRCRS.* 1 (1), 21-27.
- Kasmayati, K. (2013). Optimisme remaja penyandang cacat akibat kecelakaan. *Jurnal Psikologi.* 2 (1), 1-10.
- Kurnia, E. (2015, 2 April). Autisme di indonesia terus meningkat. Diunduh dari <http://lifestyle.okezone.com/read/2015/04/02/481/1128312/autisme-di-indonesia-terus-meningkat>.

- Kusumastuti, A. N. (2014). Stress ibu tunggal yang memiliki anak autis. *Jurnal psikologi*. 2 (7), 54-60.
- Larson, E. (2010). Psychological well-being and meaning-making when caregiving for children with disabilities: Growth through difficult times or sinking inward. *OTJR: Occupation, Participation and Health*. 30 (2), 78-86.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi keluarga*. Edisi 1. Jakarta: KencanaPrenada Media Group.
- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Depok: LPSP3 UI
- Mayes, L., & Lewis, M (2012). *The Cambridge handbook of environment in human development*. New York: Cambridge University Press.
- Mohammadi, M. R. (2011). *A comprehensive book on autism spectrum disorder*. Croatia: InTech.
- Olson, D. H., & DeFrain, J. (2003). *Marriage and families*. Boston: McGraw-Hill.
- Pinel, J. P. (2009). *Biopsikologi* (7th Ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahmawati, N. A., Machmuroch, & Nugroho, A. A. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dan dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB autis di Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*. 2 (2), 16-29.
- Sa'diyah, S. (2016). Gambaran *psychological well-being* dan stres pengasuhan ibu dengan anak autis. *Psychology Form UMM*. 394-399.
- Safaria, T. (2005). *Autisme: Pemahaman baru untuk hidup bermakna bagi orang tua*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Santrock, J.W. (2007). *Child development*. New York : McGraw-Hill.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychological interactions* (7th ed.). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Susilowati, A. T. (2007). *Hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres orangtua dari anak autis*. Tidak Dipublikasi [Skripsi]. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Taylor, S. E. (2012). *Health psychology* (8th ed.). Singapore: McGraw-hill.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2012). *Psikologi sosial edisi kedua belas*. Jakarta: Kencana.
- Twistiandayani, R., & Handika, S. R. (2015). Hubungan dukungan keluarga dengan penerimaan diri ibu yang mempunyai anak autis. *Journals of Ners Community*. 6 (2), 143-149.
- Wells, I. E. (2010). *Psychological well being*. New York: Nova Science Publishers, Inc.

Yasin, M. A. S. M., & Dzulkifli, M. A. (2010). The relation beteen social support and psychological problems among students. *International Journal of Business and Social Science*.1 (3), 110-116.