

HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK DENGAN GANGGUAN AUTIS

Dhiya Athaya Purwanti ¹, Erin Ratna Kustanti ²

^{1,2} *Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

dhiya.athaya@gmail.com

Abstrak

Kebahagiaan dalam keluarga tidak lengkap apabila tidak adanya kehadiran anak namun, tidak selamanya kebahagiaan akan menetap dikarenakan adanya kendala dalam kehidupan. Salah satu dari kendala tersebut disebabkan terdapat masalah dalam perkembangan anak, salah satunya adalah anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara resiliensi dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis di Jakarta Selatan. Penelitian ini dilakukan di Klinik Tumbuh Kembang Anak Yamet, Candradimuka Special Needs School, Sekolah Purba Adhika, SLB Sarana Terpadu, SLBC Winasis, Sekolah Dasar Pantara, Sekolah Alam Indonesia, dan Sekolah Citra Alam Ciganjur. Populasi penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis di Jakarta Selatan sejumlah 101 ibu. Sampel penelitian berjumlah 48 ibu yang diperoleh dengan teknik *cluster random sampling*. Pengambilan data penelitian menggunakan Skala *Psychological Well-Being* (31 aitem, $\alpha = 0,906$) dan Skala Resiliensi (35 aitem, $\alpha = 0,918$), yang telah diujicobakan pada 39 ibu. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara resiliensi dan *psychological well-being* ($r_{xy} = 0,87$; $p < 0,001$), artinya semakin tinggi kemampuan resiliensi ibu maka semakin tinggi pula *psychological well-being* ibu, dan sebaliknya. Resiliensi memberikan sumbangan sebesar 77% terhadap *psychological well-being*.

Kata kunci: *psychological well-being*; resiliensi; ibu; anak; gangguan autis

Abstract

Happiness in the family is incomplete if there is no presence of children but, not always happiness will settle due to obstacles in life. One of the obstacles is caused because of problems in the children's development, one of them is a child with special needs. This study aims to examine the relationship between resilience with *psychological well-being* in mothers with children with autism disorder in South Jakarta. The research was conducted at Yamet Children Growth Clinic, Candradimuka Special Needs School, Purba Adhika School, SLB Sarana Terpadu, SLBC Winasis, Pantara Elementary School, Alam Indonesia School, and Citra Alam Ciganjur School. The population of this study is mothers who have children with autism disorder in South Jakarta a total of 101 mothers. The sample of this research was 48 mothers and it was obtained by cluster random sampling technique. The data were collected using *Psychological Well-Being* Scale (31 aitem, $\alpha = 0,906$) and Resilience Scale (35 items, $\alpha = 0,918$), which have been tested on 39 mothers. Simple regression analysis was used to be the method of analysis in this research. The results of this study indicate a positive and significant relationship between resilience and *psychological well-being* ($r_{xy} = 0,87$, $p < 0,001$). The higher the ability of mother's resilience, the *psychological well-being* of the mother will be high too, and vice versa. Resilience provides an effective contribution in the amount of 77% on *psychological well-being*.

Keyword: *psychological well-being*; resilience; mother; child; autism

PENDAHULUAN

Orangtua dengan anak penyandang disabilitas merasa tidak mampu dalam menyelesaikan tanggung jawab mereka. Orang tua dengan anak penyandang disabilitas menghadapi tantangan

yang lebih besar dibandingkan dengan orang tua yang memiliki anak normal. Hal tersebut dapat membawa orangtua dengan anak penyandang disabilitas menuju risiko yang lebih tinggi untuk mengalami tekanan psikologis, masalah kesehatan mental, kesehatan yang buruk, masalah penyesuaian dan rendahnya tingkat *psychological well-being* (Hayat & Zafar, 2015).

Menurut Ryff dan Singer (dalam Wells, 2010) *psychological well-being* adalah kondisi dimana seorang individu berfungsi dengan baik yang menggambarkan enam dimensi dalam hidupnya yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan pengembangan diri.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Abbeduto, Seltzer, Shattuck, & Murphy (2004) menunjukkan adanya kesenjangan *psychological well-being* antara ibu yang memiliki anak autisme dengan ibu yang memiliki anak *down syndrome*. Penelitian tersebut melaporkan bahwa ibu yang memiliki anak autisme memiliki *psychological well-being* yang lebih rendah dikarenakan memiliki tingkat stres yang lebih besar yang disebabkan kurangnya dukungan sosial. Diagnosis gangguan autisme yang tertunda cukup lama karena pengakuan orangtua yang baru sadar terdapat beberapa masalah perkembangan yang dihadapi oleh anak serta perilaku-perilaku maladaptif yang ditunjukkan juga menjadi salah satu penyebab.

Penelitian oleh Cox, Eaton, Ekas, & Enkevort (2015) menemukan bahwa ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme memiliki tingkat *psychological well-being* yang rendah. Hal tersebut dikarenakan kecemasan ibu yang bingung jika suatu hari nanti ketika ibu tutup usia, kepada siapa ibu harus menitipkan anaknya yang mengalami gangguan autisme dan apakah orang yang dititipkan akan mengerti keperluan apa saja yang dibutuhkan oleh anaknya yang mengalami gangguan autisme.

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, tekanan-tekanan tersebut dapat menyebabkan *psychological well-being* ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme rendah. Akan tetapi, terdapat faktor-faktor yang mampu mempertahankan atau pun meningkatkan *psychological well-being*, yaitu salah satunya adalah kepribadian individu. Seperti yang ditemukan oleh Campbell-Sills, Cohan, & Stein, (2006), individu dengan kepribadian ekstraversi yang tinggi mampu mengatasi stres dengan baik. Selain itu, karena memiliki kedekatan interpersonal dan kemampuan interaksi sosial yang baik memungkinkan individu untuk membangun adanya dukungan sosial. Individu dengan kemampuan tersebut ketika dihadapkan dengan situasi yang tidak menyenangkan atau traumatis dapat bangkit kembali dari keterpurukan. Kondisi tersebut menandakan bahwa individu tersebut merupakan individu yang resilien. Seperti yang dikatakan oleh Sarubin dkk (2015), bahwa kepribadian ekstraversi dengan tingkat tinggi dan tingkat neurotisisme yang rendah berfungsi sebagai mediator antara pengalaman positif dan resiliensi yang tinggi.

Keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan melalui proses tertentu yang memungkinkan keluarga tersebut dapat bertahan dan beradaptasi hingga dapat menjadi sebuah keluarga yang resilien (Lestari & Mariyati, 2015). Muniroh (2010) dalam hasil penelitiannya mengatakan bahwa dengan adanya resiliensi, maka orangtua yang memiliki anak dengan gangguan autisme akan lebih memandang positif terhadap permasalahan yang terjadi. Tidak hanya itu, orangtua juga lebih bisa menerima dengan lapang dada terhadap permasalahan yang dihadapi sehingga memunculkan motivasi pada orangtua untuk mencari solusi agar anaknya dapat mengalami peningkatan dalam perkembangannya.

Ryff dan Singer (dalam Malkoç & Yalçın, 2015) menyatakan bahwa individu yang resilien mampu mempertahankan kesehatan fisik dan psikologis milik individu tersebut serta memiliki

kemampuan untuk pulih lebih cepat dari stres. Oleh karena itu, studi sebelumnya mengenai resiliensi dan *well-being* menunjukkan bahwa resiliensi memiliki peran mendasar pada *well-being* dan juga dianggap efektif dalam meningkatkan *psychological well-being* (Fredrickson, 2001; Soury & Hasanirad, 2011; Malkoc & Yalcin, 2015).

Diketahui bahwa sudah terdapat beberapa penelitian mengenai hubungan antara resiliensi dengan *psychological well-being* namun peneliti belum menemukan penelitian yang mengamati hubungan tersebut pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme maka dari itu, peneliti ingin melakukan penelitian mengenai hubungan antara resiliensi dengan *psychological well-being* namun dengan subjek yang berbeda yaitu pada ibu yang mempunyai anak dengan gangguan autisme, karena seperti yang dikemukakan oleh Abbeduto, Seltzer, Shattuck, & Murphy (2004), ibu dengan anak gangguan autisme kurang mendapatkan dukungan sosial dan diagnosis penyakit anak yang tertunda menjadikan ibu memiliki tingkat stres yang lebih besar daripada ibu yang memiliki anak dengan gangguan *down syndrome*. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut apakah terdapat hubungan antara resiliensi dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme.

METODE

Penelitian ini dilakukan di Klinik Tumbuh Kembang Anak Yamet, Candradimuka Special Needs School, Sekolah Purba Adhika, SLB Sarana Terpadu, SLBC Winasis, Sekolah Dasar Pantara, Sekolah Alam Indonesia, dan Sekolah Citra Alam Ciganjur. Populasi penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme di Jakarta Selatan sejumlah 101 ibu. Sampel penelitian berjumlah 48 ibu yang diperoleh dengan teknik *cluster random sampling*. Pengambilan data penelitian menggunakan Skala *Psychological Well-Being* (31 aitem, $\alpha = 0,906$) yang disusun berdasarkan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Ryff (dalam Wells, 2010), yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri. Skala Resiliensi (35 aitem, $\alpha = 0,918$) disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (2002) yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis sebab-akibat, empati, efikasi diri, dan menjangkau di luar diri. Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian adalah analisis regresi sederhana dengan menggunakan SPSS versi 20.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum uji hipotesis, dilakukan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi yang harus dipenuhi untuk melakukan analisis regresi sederhana, yaitu uji normalitas dan uji linieritas.

Nilai *Kolmogorov-Smirnov* saat uji normalitas variabel resiliensi sebesar 0,707 dengan signifikansi sebesar 0,700 ($p > 0,05$) dan *psychological well-being* sebesar 0,867 dengan signifikansi sebesar 0,440 ($p > 0,05$), sehingga sebaran data kedua variabel memiliki distribusi normal. Uji linieritas hubungan antara variabel resiliensi dan *psychological well-being* hasil $F = 153,68$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,001$) sehingga hubungan antara kedua variabel linier.

Hasil uji asumsi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa (1) data penelitian ini terdistribusi secara normal dan (2) variabel resiliensi dan *psychological well-being* memiliki hubungan yang linier. Hasil tersebut menggambarkan bahwa kedua uji asumsi tes parametrik dapat terpenuhi. Dengan demikian, metode statistik yang akan digunakan dalam tahap selanjutnya adalah analisis regresi sederhana yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dan memprediksi seberapa besar peran resiliensi pada *psychological well-being*. Selanjutnya, hasil

analisis regresi mengatakan terdapat korelasi antara resiliensi dengan *psychological well-being* melalui nilai koefisien $r = 0,87$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,001$). Menunjukkan bahwa adanya arah hubungan yang positif, sehingga semakin tinggi resiliensi maka akan tinggi pula *psychological well-being* ibu begitu pula sebaliknya. sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dan *psychological well-being* **diterima.**

Resiliensi memberikan sumbangan efektif sebesar 77% pada *psychological well-being* ($R^2 = 0,77$). Hal ini berarti *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme di Jakarta Selatan ditentukan oleh resiliensi sebesar 77%, sedangkan 23% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap di dalam penelitian ini. Persamaan garis regresi dalam penelitian ini adalah $Y = 19,40 + 0,71X$. Arti persamaan di atas adalah variabel *psychological well-being* (Y) akan berubah sebesar 0,71 untuk setiap unit perubahan yang terjadi pada variabel resiliensi (X).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Souri dan Hasanirad (2011) yang mengatakan bahwa resiliensi memainkan peran kunci dalam *psychological well-being*. Resiliensi dalam penelitian tersebut memberikan sumbangan efektif yaitu sebesar 27% terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa kedokteran. Hasil penelitian oleh Malkoç dan Yalçın (2015) juga menunjukkan bahwa resiliensi memberikan sumbangan efektif terhadap *psychological well-being* sebesar 32%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif antara resiliensi dengan *psychological well-being* pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme di Jakarta Selatan. Apabila resiliensi semakin tinggi maka akan semakin tinggi *psychological well-being*. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi maka semakin rendah pula *psychological well-being*. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi maka akan semakin rendah pula *psychological well-being* ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme. Resiliensi memberikan sumbangan efektif sebesar 77% pada *psychological well-being* ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbeduto, L., Seltzer, M. M., Shattuck, P., & Murphy, M. M. (2004). Psychological well-being and coping in mothers of youths with autism, down syndrome, or fragile x syndrome. *American Journal on Mental Retardation*, 109(3), 237–254.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585–599. doi.org/10.1016/j.brat.2005.05.001
- Cox, C. R., Eaton, S., Ekas, N. V, & Enkevort, E. A. Van. (2015). Research in Developmental Disabilities Death concerns and psychological well-being in mothers of children with autism spectrum disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 45–46, 229–238. doi.org/10.1016/j.ridd.2015.07.029
- Hayat, I., & Zafar, M. (2015). Relationship between psychological well-being and coping strategies among parents with down syndrome children. *International Journal of Humanities and Social Science*, 5(71), 109–117. doi.org/2220-8488
- Lestari, F. A., & Mariyati, L. I. (2015). Resiliensi ibu yang memiliki anak down syndrome di Sidoarjo. *Psikologia*, 3(1), 141-155.
- Malkoç, A., & Yalçın, İ. (2015). Relationships among resilience, social support, coping, and psychological well-being among university students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 35–43.
- Muniroh, S. M. (2010). Dinamika resiliensi orang tua anak autis. *Jurnal Penelitian*, 7(9), 1–11.
- Sarubin, N., Wolf, M., Giegling, I., Hilbert, S., Naumann, F., Gutt, D., ... Padberg, F. (2015). Neuroticism and extraversion as mediators between positive/negative life events and resilience. *Personality and Individual Differences*, 82, 193–198. doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.028
- Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Social and relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1–4. doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.299
- Wells, I. E. (Ed.). (2010). *Psychological Well-Being*. New York: Nova Science Publishers, Inc.