

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTISME

Natasya Angelia¹, Diana Rusmawati²

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

natasyaangelia26@gmail.com

Abstrak

Kehadiran anak yang mengalami autisme dapat memunculkan stres pada ibu sebagai figur utama pengasuhan anak. Salah satu kemampuan yang berpengaruh menurunkan stres pengasuhan adalah kecerdasan emosional yang dimiliki ibu. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Stres Pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak autisme di Klinik YAMET Tanjungpinang dan Batam, SLBN 1 Tanjungpinang, SLBN 2 Tanjungpinang dan SLBN Bintan. Subjek penelitian adalah 80 ibu yang memiliki anak autisme. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan dua Skala Psikologi, yaitu Skala Stres Pengasuhan (28 aitem, $\alpha = 0.940$) dan Skala Kecerdasan Emosional (35 aitem $\alpha = 0.954$). Analisis data menggunakan regresi sederhana yang menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara Kecerdasan Emosional dengan Stres Pengasuhan ($r = -0.803$; $p < 0.000$). Artinya semakin tinggi Kecerdasan Emosional yang dimiliki ibu, maka semakin rendah Stres Pengasuhan yang dialami ibu. Kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif terhadap Stres Pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme sebesar 64.5% dan sisanya 35.5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata kunci: ibu yang memiliki anak autisme, kecerdasan emosional, stres pengasuhan

Abstract

The presence of a child with autism can cause stress to the mother as the main figure of parenting. One of the abilities that able to reduce stress is emotional intelligence. This study aimed to examine the correlation between Emotional Intelligence and Parenting Stress to the mother with the autistic child. The population in this study were mothers with the autistic child at YAMET Tanjungpinang Clinic and Batam, SLBN 1 Tanjungpinang, SLBN 2 Tanjungpinang, and SLBN Bintan. This research subject was 80 mothers with the autistic child and was using Purposive sampling technique in order to find the sampling. The data collection technique was using two Psychological Scales such as the Parenting Stress Scale (28 items, $\alpha = 0.940$) and the Emotional Intelligence Scale (35 items $\alpha = 0.954$). The data was analyzed using simple regression to show that there was a negative and significant relationship between Emotional Intelligence and Parenting Stress ($r = -0.803$; $p < 0.000$). which meant that the higher the mother's Emotional Intelligence, the lower the Parenting Stress experienced by the mother. Emotional intelligence provided an effective contribution to parenting Stress for mothers with an autistic child in the amount of 64.5% and the remaining 35.5% was influenced by other factors that were not revealed in this study.

Keywords: mother who have autism children, emotional intelligence, parenting stress

PENDAHULUAN

Salah satu gangguan perkembangan yang terjadi pada anak adalah autisme. Kanner (dalam Atmaja, 2018) mendefinisikan autisme adalah ketidakmampuan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki gangguan dalam berbahasa yang ditunjukkan dengan penguasaan bahasa yang tertunda, ekolalia, pembalikan kalimat, serta keinginan berlebih untuk mempertahankan keteraturan di dalam lingkungannya. Prevalensi gangguan autisme terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, 1 dari 36 anak mengalami autisme dengan anak laki-laki memiliki risiko 4 kali lipat lebih tinggi

dibandingkan anak perempuan (Sharma, Gonda, & Tarazi, 2018). Rudy (2018) memperkirakan terdapat 2,4 juta anak penyandang autisme di Indonesia dengan penambahan 500 individu autisme per tahun.

Anak dengan gangguan autisme tidak hanya mempunyai permasalahan bagi dirinya sendiri, tetapi juga berpengaruh terhadap orang terdekat khususnya orang tua. Mangunsong (2009) mengemukakan bahwa anak autisme mengalami kesulitan dalam berinteraksi, berkomunikasi dan berperilaku. Perilaku yang tampak yaitu sibuk dengan dunianya sendiri sehingga kurang mampu merespon terhadap stimulus dari lingkungannya.

Ibu dengan anak autisme memiliki tingkat stres dan kecemasan yang lebih tinggi dalam menjalankan peran sebagai pengasuh utama anak (Webster, 2017). Moes (dalam Mohammadi, 2011) mengatakan ibu mengalami lebih banyak tekanan pada empat bidang, yaitu: masalah pengasuhan, kemandirian anak, perilaku anak, dan perkembangan fisik anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres pada ibu berkaitan dengan keterampilan sosial anak, sementara hubungan tersebut tidak ditemukan pada ayah.

Tantangan terbesar yang dihadapi ibu dalam merawat anak autisme adalah ketika harus berkomunikasi dengan anak yang memiliki keterbatasan dalam mengolah informasi yang diterima dari orangtua. Hal tersebut membuat ibu mengalami kesulitan memahami apa yang diinginkan oleh anak sehingga mengakibatkan anak menjadi marah dan tantrum (dalam Widiasmara, 2015). Permasalahan perilaku dan perkembangan yang dialami anak autisme akan menimbulkan beban usaha yang lebih sehingga ibu memiliki kecenderungan untuk mengalami stres pengasuhan (McDermott, 2015).

Hasil penelitian Kirk dan Sharma (2017) menemukan ibu yang memiliki anak penyandang autisme menunjukkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang memiliki anak normal. Masalah yang dialami ibu dengan anak autisme antara lain kurangnya kemampuan anak, pendidikan dan tingginya biaya terapi, serta kurangnya dukungan sosial. Wolfe (2014) menambahkan ibu yang memiliki anak autisme mengalami kesulitan dalam mengkomunikasikan kondisi anaknya yang mengalami gangguan autisme kepada anggota keluarga lain, tetangga, guru, ataupun orang tua lain yang tidak pernah mengalami mengasuh anak autisme.

Davis dan Carter (2008) mengatakan bahwa keterlambatan anak dalam hal-hal yang berhubungan dengan interaksi sosial secara keseluruhan diasosiasikan dengan stres pengasuhan. Dampak dari stres pengasuhan membuat pengasuhan ibu menjadi tidak efektif dan akan berdampak pada masalah perilaku anak (Osborne & Reed, 2010). Interaksi dengan para profesional juga dapat menjadi sumber stres pengasuhan bagi ibu. Stres pengasuhan yang dialami dikarenakan ibu menerima informasi yang saling bertentangan tentang cara membantu anak autisme. Masalah tersebut diperburuk oleh keterampilan interpersonal yang kurang baik dari beberapa profesional yang menangani anak autisme dan para profesional yang tidak memiliki kualifikasi dalam hal bekerja dengan anak autisme (Casella & Colella, dalam Mohammadi 2011).

Ibu dengan anak autisme harus mampu mengatasi stres dan segera bangkit untuk melakukan tindakan terbaik bagi anaknya (Davis & Carter, 2008). Ibu yang tidak dapat menerima kenyataan atas kondisi anaknya, mengakibatkan kondisi anak autisme semakin parah. Hal tersebut dikarenakan jika ibu mengalami stres maka stres tersebut akan mendorong kearah tidak berfungsinya pengasuhan ibu terhadap anak (Ahern, 2004).

Menurut Goleman (2018) individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik memiliki pengalaman dan pengetahuan yang lebih luas daripada individu dengan kecerdasan emosional

yang lebih rendah. Individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik akan mampu mengenali dan mengelola emosi dengan baik pula, sehingga lebih mampu memecahkan masalah. Hasil penelitian Fauziah dan Yunita (2018) ibu yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik, dapat mampu mengatasi permasalahan yang timbul. Hal tersebut dikarenakan ibu mampu mengelola dan mengontrol emosi. Sebaliknya ibu yang memiliki kecerdasan emosional rendah akan mengalami kesulitan dalam mengatasi konflik yang terjadi dikarenakan terbatasnya kemampuan untuk memotivasi, mengelola dan mengontrol emosi. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres pengasuhan pada ibu yang mempunyai anak dengan gangguan autisme.

METODE

Penelitian ini dilakukan pada 80 ibu yang memiliki anak autisme di Klinik YAMET Tanjungpinang dan Batam, SLBN 1 Tanjungpinang, SLBN 2 Tanjungpinang dan SLBN Bintan. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Karakteristik dalam penelitian yaitu ibu yang memiliki anak autisme berusia 5-12 tahun dan hidup bersama dengan anak autisme. Metode pengumpulan data menggunakan dua Skala Psikologi, yaitu Skala Stres Pengasuhan (28 aitem valid, $\alpha = 0.940$) dan Skala Kecerdasan Emosional (35 aitem valid, $\alpha = 0.954$). Analisis data dalam penelitian ini yaitu analisis regresi sederhana dengan menggunakan SPSS 22.0

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji coba hipotesis menunjukkan skor koefisien korelasi yaitu sebesar -0.803 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Koefisien korelasi tersebut menunjukkan hubungan negatif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme. Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah stres pengasuhan ibu yang memiliki anak autisme, begitupula sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional ibu yang memiliki anak autisme maka semakin tinggi pula stres pengasuhan yang dialami ibu. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang peneliti ajukan yaitu adanya hubungan kecerdasan emosional dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme dapat diterima.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar ibu yang memiliki anak autisme memiliki kecerdasan emosional pada kategori tinggi (74%) dan stres pengasuhan pada kategori rendah (76%). Hal tersebut menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak autisme memiliki kecerdasan emosional yang tinggi diikuti dengan rendahnya stres pengasuhan yang dialami oleh ibu.

Hasil kategorisasi pada variabel kecerdasan emosional yaitu sebanyak 74% atau 37 subjek penelitian berada pada kategori tinggi, diikuti dengan 16% atau 8 subjek penelitian berada pada kategori sangat tinggi. Subjek penelitian pada kategori rendah sebesar 10% dan tidak ada subjek pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan saat penelitian dilakukan kecerdasan emosional yang dimiliki ibu dengan anak autisme berada pada kategori tinggi.. Tingginya skor kecerdasan emosional yang dimiliki oleh ibu dengan anak autisme dimungkinkan anak-anak sudah bersekolah dan menjalankan terapi atau anak autisme tersebut pernah menjalani terapi sebelum akhirnya di masukkan Sekolah Luar Biasa. Sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap kecerdasan emosional yang dimiliki ibu. Penelitian Chodidjah dan Kusumasari (2018) menunjukkan adanya perubahan perilaku pada anak autisme yang bersekolah. Hal tersebut dikarenakan sekolah memberikan kesempatan bagi anak autisme untuk belajar berkomunikasi dan bersosialisasi dengan orang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Sim, dkk. (2017) terapi memiliki manfaat bagi ibu karena membantu mengatasi tantangan dalam membesarkan anak autisme. Dengan terapi, memungkinkan ibu menceritakan kisahnya dengan ibu anak berkebutuhan khusus lainnya, memahami situasi, mengidentifikasi kemampuan diri, dan menetapkan tujuan untuk perkembangan anak.

Hasil penelitian menggambarkan bahwa tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autisme berada pada kategori rendah, ditunjukkan dari sebagian besar subjek penelitian berada kategori rendah yaitu sebesar 76%, diikuti subjek penelitian yang berada pada kategori sangat rendah yaitu sebesar 14%. Subjek penelitian yang berada pada kategori tinggi sebesar 10%, dan tidak ada subjek penelitian yang berada kategori sangat tinggi. Rendahnya stres pengasuhan pada ibu dengan anak autisme disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kecerdasan emosional yang dimiliki oleh ibu anak autisme. Hal tersebut ditunjukkan dari koefisien determinasi pada penelitian ini yaitu R^2 pada variabel stres pengasuhan sebesar 0.645. Artinya variabel kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 64.5% terhadap variabel stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme.

Hasil penelitian menggambarkan bahwa tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autisme berada pada kategori rendah, ditunjukkan dari sebagian besar subjek penelitian berada kategori rendah yaitu sebesar 76%, diikuti subjek penelitian yang berada pada kategori sangat rendah yaitu sebesar 14%. Subjek penelitian yang berada pada kategori tinggi sebesar 10%, dan tidak ada subjek penelitian yang berada kategori sangat tinggi.

Faktor lain yang mempengaruhi rendahnya stres pengasuhan ibu pada penelitian ini adalah dalam pengasuhan anak autisme ibu mendapatkan dukungan suami yang dapat mengurangi stres pengasuhan pada ibu dengan anak autisme. Ilias dkk. (2018) mengatakan ibu yang menerima dukungan dari suami akan mengurangi stres ibu yang berkaitan dengan pengasuhan anak. Hal tersebut dikarenakan suami sebagai kepala keluarga yang berperan sebagai sumber penghasilan dan pembentukan karakter pada keluarga. Selain itu, ayah merupakan pelindung anggota keluarga sehingga tercipta suasana nyaman dan aman baik bagi pasangan maupun anak autisme (Febrianto & Darmawanti, 2016). Subjek penelitian juga berada pada lingkungan yang mengerti dan memahami kondisi anak berkebutuhan khusus. Kesulitan-kesulitan yang dihadapi ibu dalam pengasuhan anak autisme dibantu oleh guru SLB dan terapis anak berkebutuhan khusus di YAMET. Subjek berada pada lingkungan dan memiliki masalah yang sama dengan ibu anak autisme lainnya sehingga tidak merasa sendiri dalam menghadapi pengasuhan anak autisme. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jeniu, Widodo, dan Widiani (2017) kondisi lingkungan yang ada disekitar individu akan mempengaruhi perkembangan dan perilaku individu. Individu yang mendapatkan dukungan moral dan dukungan psikologis dari anggota keluarga dan lingkungan sekitar akan membantu individu dalam mengatasi kecemasannya. Pada penelitian yang telah dilakukan, ibu sudah mulai paham dan memperoleh pengetahuan bahwa banyak makanan yang tidak boleh dikonsumsi oleh anak autisme. Informasi tersebut diperoleh ibu dari internet, guru, dokter yang mendiagnosa anak, dan dari informasi ibu yang sudah berhasil dan memperoleh manfaat dari menerapkan diet makanan tertentu bagi anak autisme. Sudarmintawan dan Suarya (2018) efek dari diet bebas gluten dan kasein akan menjadikan anak lebih tenang dan mudah diatur. Diet ini memperbaiki masalah perilaku yang hiperaktif. Hal tersebut dilihat langsung oleh peneliti ketika penelitian, ketika jam istirahat berlangsung, ibu membawa bekal dan memasak sendiri untuk anaknya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviana, Amir, dan Indriati (2018) pengetahuan yang baik dari ibu membantu ibu menghadapi anak autisme, sehingga ibu lebih menerima kondisi anak dan dapat memberikan kasih sayang, perhatian, dan memahami setiap perkembangan anak autisme.

Sumbangan efektif kecerdasan emosional terhadap stres pengasuhan yaitu sebesar 64.5% dan sisanya sebesar 35.5% disebabkan oleh faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh terhadap stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme, semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki semakin rendah pula stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme, begitupula sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional semakin tinggi stres pengasuhan yang dialami oleh ibu yang memiliki anak autisme.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahern, S. L. (2004). *Psychometric properties of the parenting stress index-short form* [Tesis tidak dipublikasikan]. North Carolina State University.
- Atmaja, J.R. (2018). *Pendidikan dan bimbingan anak berkebutuhan khusus*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Chodidjah, S., & Kusumasari, A.P. (2018). Pengalaman ibu merawat anak usia sekolah dengan autis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 94-100. doi: 10.7454/jki.v21i2.545
- Davis, N. O., & Carter, A. S. (2008). Parenting stress in mothers and fathers of toddlers with autism spectrum disorders: Associations with child characteristics. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38(7), 1278-1291. doi: 10.1007/s10803-007-0512-z.
- Fauziah, N., & Yunita, S.N. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan konflik peran ganda pada ibu yang bekerja. *Jurnal Empati*, 7(1), 34-43.
- Febrianto, A., & Darmawanti, I. (2016). Studi kasus penerimaan seorang ayah terhadap anak autis. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(1), 50-61.
- Goleman, D. (2018). *Kecerdasan emosional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Illias, K., dkk. (2018). Parenting stress and resilience in parents of children with autism spectrum disorder in Southeast Asia. *A Systematic Review*, 9, 1-14. Doi: 10.3389/fpsyg.2018.00280.
- Jeniu, E., Widodo, D., & Widiani, E. (2017). Hubungan pengetahuan tentang autisme dengan tingkat kecemasan orangtua yang memiliki anak autisme di sekolah luar biasa bhakti luhur malang. *Nursing News*, 2(2), 32-42.
- Kirk, E., & Sharma, S. (2017). Mind-mindedness in mothers of children with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*. 43(44), 18-26. doi: 10.1016/j.rasd.2017.08.005.
- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Depok: LPSP3.
- McDermott, V. M., Lawson, K., Hottinger, K., Seijo, R., Schechtman, M., Shulman, L & Shinnar, S. (2015). Parental stress in families of children with autism and other developmental disabilities. *Journal of Child Neurology*, 30(13), 1728-1735. doi: 10.1177/0883073815579705.
- Mohammadi, M. R. (2011). *A comprehensive book on autism spectrum disorder*. Rijeka: InTech.
- Octaviana, W., Amir, Y., & Indriati, G. (2018). Identifikasi tingkat pengetahuan ibu tentang diet *casein free* dan *gluten free* pada anak autis. *Jom FKP*, 5(12), 677-682.
- Osborne, L. A., & Reed, P. (2010). Stress and self-perceived parenting behaviors of parents of children with autistic spectrum conditions. *Research in Autism Spectrum Disorders*. 4(3), 405-414. Doi: 10.1016/j.rasd.2009.10.011.
- Rudy. (2018, April 2). Hari peduli autisme sedunia: kenali gejalanya, pahami keadaannya.

- Kemenpppa*. <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/31/1682/hari-peduli-autisme-sedunia-kenali-gejalanya-pahami-keadaannya>
- Sharma, S. R., Gonda, X., & Tarazi, F.I. (2018). Autism spectrum disorder classification, diagnosis, and therapy. *Pharmacology & Therapeutics*. 190, 91-104. doi: 10.1016/j.pharmthera.2018.05.007.
- Sim, dkk. (2017). Factors associated with stress in families of children with autism spectrum disorder. *Developmental Neurorehabilitation*, 21(3), 3-11. doi: 10.1080/17518423.2017.1326185.
- Sudarmintawan, P. S. I., & Suarya, L. K. S. (2018). Gambaran penerimaan ibu dengan anak autisme serta penerapan terhadap diet bebas gluten dan kasein. *Jurnal Psikologi Udayana*. 5(2). 297-310
- Webster, A., Cumming, J., & Rowland, S. (2017). *Empowering parents of children with autism spectrum disorder*. Singapore: Springer.
- Widyasmara, R. (2015). *Gambaran relasi ibu dengan anak yang mengalami gangguan autis* [Skripsi tidak dipublikasikan]. Universitas Kristen Satya Wacana.
- Wolfe, J.D. (2014). *Parent of children with autism*. New York, NY: Palgrave Macmillan