

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

oleh:

Natasya Angelia

15010115120028

Fakultas Psikologi  
Universitas Diponegoro

## 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** : kecerdasan emosional, stres pengasuhan, ibu yang memiliki anak autisme.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Keluarga adalah tempat yang penting bagi individu untuk berkembang baik secara fisik, emosi, spiritual, sosial dan sumber individu dalam memperoleh kasih sayang, perlindungan, dan identitas bagi para anggotanya (Lestari, 2012). Kehadiran anak dalam sebuah keluarga merupakan harapan bagi setiap orangtua. Kebahagiaan keluarga akan terasa lengkap dengan adanya kehadiran anak. Memiliki anak yang normal baik secara fisik maupun mental adalah harapan bagi setiap orang tua terutama bagi seorang ibu. Ibu sebagai figur terdekat dalam mengasuh anak menginginkan anaknya dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan perkembangan. Namun terdapat situasi ibu harus menerima kenyataan bahwa perkembangan anaknya tidak sesuai dengan harapan.

Menurut Desiningrum (2016) anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan secara khusus dikarenakan adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami oleh anak. Hallahan dan Kauffman (dalam Kristiana & Widayanti, 2016) menjelaskan anak-anak yang dinyatakan berkebutuhan khusus adalah anak yang berbeda dari rata-rata anak normal, baik dari segi fisik, psikologis, kognitif dan sosial. Dari latar belakang pendidikan, individu berkebutuhan khusus memerlukan penanganan yang terlatih dari tenaga profesional untuk dapat mengembangkan potensinya secara maksimal.

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). Berdasarkan data statistik yang diperoleh CDC's *Autism and Developmental Disabilities Monitoring (ADDM) Network* menunjukkan bahwa pada tahun 2014 satu dari 68 anak di dunia menyandang autisme (dalam *Center for Disease Control and Prevention*, 2015). Penyandang autisme di seluruh dunia pada tahun 2011 mencapai 35 juta, atau dapat dikatakan bahwa 6 di antara 1000 orang mengalami autisme. Rudy (2018) memperkirakan terdapat 2,4 juta anak penyandang autisme di Indonesia dengan penambahan 500 individu autisme per tahun.

Autisme secara umum dapat diketahui pada awal masa kanak-kanak dan minggu pertama kehidupan anak (Desiningrum, 2016). 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.

Penelitian yang dilakukan Noor, Indriati, & Elita (2014) ketika ibu mendengar diagnosis dokter bahwa anaknya mengalami gangguan autisme, perasaan ibu menjadi bingung, cemas, panik, sedih, dan merasa bersalah. Perasaan tersebut dikarenakan ibu

memikirkan masa depan anak, pandangan keluarga, dan lingkungan sekitar karena kondisi yang dialami anak seperti autisme masih jarang terjadi dimasyarakat. Perkembangan anak autisme yang berbeda dengan perkembangan anak pada umumnya menjadi permasalahan yang dihadapi ibu.

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) 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. Tingkat stres pada ibu dikaitkan dengan masalah perilaku anak dan kesehatan mental ayah, sedangkan stres pada ayah tidak terkait dengan perilaku anak atau kesehatan mental ibu. Ayah sebagian besar tertekan dikarenakan masalah eksternalisasi anak, sedangkan ibu lebih dipengaruhi oleh masalah peraturan anak (Davis & Carter, 2008).

Permasalahan perilaku dan perkembangan yang dialami anak autisme akan menimbulkan beban usaha yang lebih sehingga memiliki kecenderungan mengalami stres pengasuhan (McDermott, 2015). Perilaku anak autisme yang dapat memunculkan stres pengasuhan pada ibu yaitu hiperaktif, kesulitan berbicara, dan perilaku yang tidak lazim. 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 Widyasmara, 2015).

Menurut penelitian Kirk dan Sharma (2017) 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 kemampuan anak, pendidikan dan biaya terapi, serta kurangnya dukungan sosial (dalam Ginanjar, 2002). 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.

Anak yang telah didiagnosis memiliki masalah perkembangan perlu mendapatkan perhatian lebih dari setiap anggota keluarga. Davis & Carter (2008) mengatakan bahwa keterlambatan anak dalam hal-hal yang berhubungan dengan interaksi sosial secara keseluruhan diasosiasikan dengan stres pengasuhan. Hal ini dikarenakan adanya permasalahan antara hubungan anak dengan orangtua yang berakibat negatif baik pada ibu maupun ayah.

Kehadiran anak autisme didalam keluarga tidak hanya memengaruhi ibu, tetapi juga memengaruhi kehidupan seluruh anggota keluarga termasuk saudara kandung dari anak autisme tersebut. Saudara kandung dari anak autisme mengalami beberapa dampak negatif, antara lain kurangnya perhatian dari orangtua, adanya perasaan malu dan tidak adil, dan persahabatan yang terbatas dengan saudaranya (Tsai, 2018). Oleh karena itu, penting untuk ibu untuk memperhatikan pengasuhan terhadap anaknya yang lain tidak hanya kepada anaknya yang mengalami gangguan autisme.

Mengasuh anak dengan karakteristik autisme merupakan suatu hal yang tidak mudah. Hal tersebut memungkinkan munculnya stres pengasuhan atau sampai ketinggian gejala depresi. Gejala depresi yang dialami disebabkan ibu kurang mampu dalam menyeimbangkan tuntutan perbedaan kebutuhan perkembangan anak-anaknya

serta dalam menyediakan dukungan emosional yang diperlukan (Meyer, Ingersoll, & Hambrick, 2011).

Menurut Lestari (2012) salah satu sumber stres dalam keluarga yaitu memiliki anggota keluarga yang berkebutuhan khusus atau keabnormalitas secara fisik. Stres memiliki dua dampak, yaitu stres secara fisik dan stres secara psikis. Stres secara fisik yaitu individu mengalami penurunan sistem kekebalan tubuh yang membuat individu mudah terserang penyakit. Sedangkan stres secara psikis yaitu adanya perasaan negatif pada diri, seperti semua orang memusuhi dan membenci dirinya. Perasaan negatif tersebut akan memiliki dampak buruk bagi individu, yaitu mudah murung, kesepian, kesedihan, dan merasa hidup tidak berguna dan tidak bahagia (dalam Goleman, 2018).

Monty (2006) menjelaskan bahwa dalam kehidupan sehari-hari stres dapat dialami oleh setiap individu. Namun, pengasuhan anak autisme memiliki kekhasan tersendiri yang tidak pada umumnya. Kekhasan tersebut meliputi: kondisi anak, kondisi kehidupan menyeluruh yang menimbulkan stres, kurangnya dukungan sosial, fungsi keluarga, dan sumber material mencakup fasilitas hidup, termasuk sandang, pangan, dan papan. Sejalan dengan penelitian Aydin (2015) apabila dibandingkan dengan orangtua yang memiliki anak dengan masalah perkembangan lainnya, orangtua dengan anak penyandang autisme memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dan kualitas hidup yang rendah (Jose Dkk, 2017).

Keterampilan yang dicapai anak setelah mengikuti terapi tidak selalu sesuai dengan harapan ibu. Kemajuan atau perkembangan terjadi secara lambat atau bahkan menurun. Efek negatif yang muncul akan sangat berpengaruh bagi psikologis maupun fisik. Penelitian Tomeny (2016) mengenai stres pengasuhan menunjukkan bahwa gejala psikopatologi yang berkembang pada ibu dengan anak autisme dikarenakan

orang tua yang pesimis terhadap masa depan anak dan merasa masalah ada pada diri sendiri atau keluarganya.

Memiliki anak autisme dalam sebuah perkawinan dapat menimbulkan konflik dan penurunan kepuasan perkawinan (Birditt, 2010). Penelitian yang dilakukan Solomon & Chung (2012) menunjukkan orangtua anak autisme memiliki resiko perceraian lebih tinggi dibandingkan perceraian orangtua dengan anak normal. Dikutip dari Surabaya.tribunnews.com (2015) kasus perceraian terjadi akibat orangtua tidak dapat menjaga kekompakan dalam merawat anak autisme.

Lestari (2012) mengemukakan stres pengasuhan dapat dipahami sebagai stres atau situasi penuh tekanan yang terjadi pada pelaksanaan pengasuhan. Kondisi stres ibu yang memiliki anak autisme akan menyebabkan ibu mengalami gangguan dalam proses pengasuhan. Stres pengasuhan yang dialami membuat ibu berperilaku tidak positif, seperti menelantarkan anak autisme, melakukan tindakan kasar, dan kurang memberikan kasih sayang kepada anak autisme. Selain itu, ibu yang mengalami stres pengasuhan akan menyebabkan munculnya perasaan gagal dan ketidakpuasan dalam menjalankan tugas sebagai orang tua.

Dampak dari stres pengasuhan membuat pengasuhan ibu menjadi tidak efektif dan akan berdampak pada masalah perilaku anak (Osborne dan Reed (2010). Apabila kondisi stres tersebut tidak ditangani akan memunculkan gejala depresi. Dimana menurut penelitian yang dilakukan oleh Meyer, Ingersoll, dan Hambrick (2011) tingkat gejala depresi pada ibu dengan anak autisme memberikan efek yang merugikan pada anak.

Ibu yang memiliki anak autisme mengalami tantangan yang harus dihadapi. Pertama, adanya penolakan baik dari ibu, keluarga besar, maupun lingkungan. Kedua, besarnya biaya yang dikeluarkan dalam merawat anak autisme dan kompleksnya

masalah yang dihadapi anak autisme. Ketiga, terbatasnya akses terhadap klinik terapi atau lembaga pendidikan (Merianto, 2016).

Ibu membutuhkan motivasi serta kemampuan untuk pengambilan keputusan terbaik bagi anaknya. Salah satu penyebab stres pengasuhan yang dialami oleh ibu dengan anak autisme yaitu kurangnya dukungan profesional yang memadai. Hal tersebut dikarenakan masih sedikit lembaga diagnostik dan perawatan yang menawarkan layanan khusus untuk autisme. Selain itu, interaksi dengan para profesional 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).

Provinsi Kepulauan Riau merupakan salah satu provinsi di Pulau Sumatera. Provinsi Kepulauan Riau terdiri atas Kabupaten Bintan, Kabupaten Karimun, Kabupaten Anambas, Kabupaten Lingga, Kabupaten Natuna, Kota Batam, dan Kota Tanjungpinang. Minimnya perhatian pemerintah Kepulauan Riau mengakibatkan sebagian Anak Berkebutuhan Khusus di Kepulauan Riau tidak mendapatkan pendidikan yang layak (Simanjuntak, 2018). Selain hal tersebut, belum semua kabupaten atau kota di Kepulauan Riau terdapat klinik terapi atau lembaga pendidikan yang mampu menerima anak dengan gangguan autisme. Sekolah Luar Biasa yang berada di Tanjungpinang, Batam, dan Bintan merupakan lembaga pendidikan yang berada di Kepulauan Riau yang memiliki jumlah anak autisme yang tidak sedikit apabila dibandingkan dengan Kabupaten Kepulauan Riau lainnya. Sekolah Luar Biasa yang berada di Tanjungpinang, Batam, dan Bintan sudah memiliki fasilitas yang

memadai bagi anak autisme serta para pendidik memenuhi kualifikasi dalam pengajaran anak berkebutuhan khusus.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada empat responden yang mempunyai anak autisme. Wawancara dilakukan pada tanggal 08 Januari 2018 hingga 22 Januari 2018. Peneliti melakukan wawancara kepada empat ibu yang memiliki anak autisme. Secara keseluruhan responden mengatakan untuk merawat anak autisme diperlukan kesabaran, tidak menghukum dan berusaha memahami keinginan anaknya. Pada awalnya, 75% responden merasa kecewa dan tidak menerima mempunyai anak yang berbeda dari orang lain serta adanya perasaan takut jika sudah tua nanti siapa yang mampu merawat anaknya dengan baik. Dua dari empat ibu yang diwawancarai memutuskan untuk berhenti bekerja agar dapat merawat anaknya secara maksimal. Sedangkan responden yang lain mengatakan ketika mengetahui anaknya penyandang autisme, ibu memutuskan tetap bekerja karena mengetahui dalam merawat anak autisme memerlukan biaya yang besar. Empat responden mengatakan rasa penat dan lelah tidak dapat dipungkiri dalam membesarkan anak autisme. Berdasarkan studi pendahuluan, 50% mengakui pernah melakukan hal negatif terhadap anaknya, seperti mengunci anak di dalam ruangan saat anak sedang tantrum. Responden lainnya memilih untuk bersabar, menyadari bahwa anaknya adalah titipan yang harus dijaga dan terus mencari pengobatan dan pendidikan yang terbaik bagi anaknya agar perkembangan anak dapat berkembang secara optimal.

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). Namun, apabila ibu mampu memaknai kondisi anaknya, ibu menjadi lebih optimis untuk berusaha mencari penanganan yang terbaik untuk masa depan anaknya (Edyta dan Damayanti, 2016).

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.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka pertanyaan penelitian yang diajukan adalah “Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme .

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah dalam pengembangan ilmu di bidang Psikologi Klinis, khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan autisme.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Ibu**

Penelitian ini secara praktis diharapkan mampu memberikan informasi kepada para ibu mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme.

##### **b. Bagi Pihak Peneliti lain**

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan informasi dasar terkait gambaran kecerdasan emosional dan stres pengasuhan orang tua yang mempunyai anak autisme sehingga dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

