

Peran *Perceived Social Support* Terhadap *Parenting Stress* pada Ibu yang Memiliki Anak ASD di Sekolah ‘X’ Bandung

Aprilia Liestiany Kuswandy¹, Priska Analya²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Indonesia

e-mail: priska.analya@psy.maranatha.edu

Abstract

This study aims to determine the role of perceived social support in relation to parenting stress among mothers of children with autism spectrum disorder (ASD) at School “X” in Bandung. This study employed a quantitative correlational design with purposive sampling, resulting in 24 mothers of children with ASD at School “X” in Bandung as participants. The perceived social support measurement tool based on Sarafino theory, consistingg of 28 items. The Parenting Stress measurement tool using the Parenting Stress Index–Short Form (PSI-SF), which consists of 36 items. The results of the research using a simple linear regression test showed a simultaneous significance value of 0.00, which means that perceived social support plays a significant role in parenting stress. Perceived social support contributes 13.6% to the variance in parenting stress, while 86.4% is influenced by other factors. For other researchers, they can consider or increase the sample size in order to conduct an analysis by type (partial) to complete the data on the contributions of each type and to investigate other factors, such as resilience, that can reduce parenting stress.

Keywords: Autism spectrum disorder, Perceived social support, Parenting stress

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *perceived social support* dalam kaitannya dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak dengan autism spectrum disorder (ASD) di Sekolah “X” di Bandung. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan teknik purposive sampling, sehingga melibatkan 24 ibu yang memiliki anak dengan ASD di Sekolah “X” di Bandung sebagai partisipan. Instrumen pengukuran *perceived social support* didasarkan pada teori Sarafino yang terdiri dari 28 butir. Instrumen pengukuran Parenting Stress menggunakan *Parenting Stress Index–Short Form* (PSI-SF) yang terdiri dari 36 butir. Hasil penelitian dengan menggunakan uji regresi linear sederhana menunjukkan secara simultan memiliki nilai signifikansi 0.00, yang artinya *perceived social support* memiliki peran yang signifikan terhadap *parenting stress*. *Perceived social support* berkontribusi sebesar 13.6% terhadap varians *parenting stress*, sedangkan 86.4% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Bagi peneliti lain, diharapkan dapat mempertimbangkan atau menambahkan jumlah sampel agar dapat dilakukan analisis per bentuk (parsial) untuk melengkapi data sumbang dari masing-masing bentuk dan meneliti faktor-faktor lainnya, seperti *resilience* yang dapat menurunkan *parenting stress*.

Kata Kunci: Autism spectrum disorder, Perceived social support, Parenting stress

I. Pendahuluan

Tanggung jawab orang tua adalah memberikan pengasuhan yang tepat untuk menunjang dan memenuhi setiap aspek pertumbuhan dan perkembangan anak (Elan & Handayani, 2023). Ketika seluruh aspek tumbuh kembang anak terpenuhi yang salah satunya merupakan sosio-emosional, maka dapat mendorong perkembangan interaksi sosial anak sehingga anak bisa diterima di lingkungan bermasyarakat dengan baik (Papalia & Martorell, 2021). Peran ibu lebih mendominasi pengasuhan dibandingkan ayah. Pada umumnya, ibu menjadi pengasuh utama yang memberikan stimulasi, bahasa, pendampingan harian, serta respons emosional yang stabil. Berdasarkan konsep Santrock (2019), kualitas interaksi dan responsivitas pengasuh utama yakni

ibu sangat menentukan perkembangan sosial-emosional anak, sehingga peran ibu menjadi krusial bagi tumbuh kembang anak dengan ASD.

Anak berkebutuhan khusus pun memiliki kesempatan untuk bersekolah seperti anak pada umumnya. Salah satu sekolah inklusi di Kota Bandung yang menyediakan layanan pendidikan akademik dan terapi, yaitu Sekolah ‘X’ dengan jumlah siswa yang berdiagnosa *autism spectrum disorder* adalah 24 anak.

Autism spectrum disorder (ASD) merupakan gangguan yang berhubungan dengan saraf dan perkembangan (Azis, 2024). Gangguan ini seringkali ditandai dalam perilaku, minat atau aktivitas yang berulang, serta dalam komunikasi sosial, seperti kesulitan melakukan timbal balik sosial-emosional (*American Psychiatric Association, 2015*). Mereka mengalami kesulitan dalam memahami dan mengekspresikan emosi, kesulitan melakukan kontak mata, dan beradaptasi dengan lingkungan yang berubah. Selain itu, anak ASD juga mengalami kesulitan dalam menerima rangsangan berlebih yang pada umumnya berasal dari cahaya dan suara (*overstimulated*), sehingga anak merasa cemas, marah, atau yang biasa dikenal dengan tantrum, dan menyebabkan anak menarik diri dari situasi lingkungan sosial (David et al., 2024). Maka dapat disimpulkan bahwa kekhususan karakteristik yang dimiliki anak *autism spectrum disorder* adalah terkait kesulitan interaksi sosial dengan lingkungannya. Salah satunya ketika berinteraksi dengan orangtua.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, frekuensi terbanyak usia ibu yang memiliki anak *autism spectrum disorder* di Sekolah ‘X’ Kota Bandung adalah 40-51 tahun (Kuesioner Awal Peneliti, 2024) Pada usia tersebut ibu termasuk dalam tahap perkembangan *middle adulthood*. Santrock (2012) menegaskan bahwa pada tahap perkembangan *middle adulthood* akan adanya penurunan secara fisik dan kognitif, namun terdapat peningkatan tanggung jawab terhadap perkembangan anak. Banyak penelitian yang memfokuskan *middle adulthood* dengan perannya sebagai orangtua (*parents*) dan pengaruhnya terhadap perkembangan anak karena ketika ibu sudah berada di tahap tersebut, ibu akan lebih mempersiapkan anaknya meninggalkan rumah untuk hidup mandiri (Santrock, 2012). Hal tersebut selaras dengan penelitian Hartley et al (2011) yang menunjukkan bahwa ibu *middle adulthood* dengan anak ASD memiliki tingkat *parenting stress* yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang lebih muda karena menghadapi kombinasi tuntutan perkembangan anak dan tekanan usia dewasa madya, ditambah beriringan dengan penurunan secara fisik yang dialami.

Berdasarkan hasil observasi dengan menggunakan metode naturalistik terhadap 24 ibu yang memiliki ASD dengan menggunakan *direct observation* ketika peneliti terlibat sebagai shadow *teacher & therapist* di sekolah di Sekolah ‘X’ Kota Bandung, ibu lebih mendominasi dalam peran pengasuhan dibandingkan dengan ayah. Hal tersebut terlihat dari ibu yang lebih

seringkali hadir dalam kegiatan sekolah atau ketika orangtua diminta hadir oleh pihak sekolah. Selain itu, ibu-ibu dengan anak ASD di Sekolah ‘X’ Kota Bandung, cenderung memiliki frekuensi yang lebih sering melakukan konsultasi dibandingkan ibu-ibu dengan anak diagnosa lainnya.

Dalam melakukan pengasuhan anak berkebutuhan khusus memiliki tantangan maupun kesulitan tersendiri yang berpotensi menimbulkan *stress* (Astutik, 2014). Akan tetapi, *parenting stress* orang tua dengan anak ASD lebih rentan mengalami *stress* yang lebih tinggi dibandingkan dengan orangtua yang perkembangan anaknya normal, serta ibu memiliki tingkat *parenting stress* yang lebih tinggi dibandingkan dengan ayah karena pada umumnya ibu lebih mendominasi dalam tugas pengasuhan pada anak (Ilias et al., 2018).

Parenting stress merupakan tekanan psikologis berupa gangguan emosi dan perilaku yang dialami oleh orangtua sebagai peran dan interaksi antara orangtua dan anaknya (Abidin, 1996). *Parenting stress* terbagi menjadi tiga area, yaitu *the parental distress* merupakan tekanan yang dirasakan ibu dalam menjalani perannya sebagai orangtua dalam mengasuh anak, seperti penghayatan ibu bahwa dirinya tidak kompeten dalam mengasuh anak, adanya perasaan bersalah terhadap diagnosa anak, dan sering menyalahkan diri sendiri yang membuat ibu tidak percaya diri dalam melakukan pengasuhan. *The difficult child* yaitu karakteristik atau kekhususan dari perilaku anak yang ibu rasa sulit untuk dihadapi. Selain itu, terdapat *the parent-child dysfunctional interaction* yaitu persepsi orangtua bahwa anaknya tidak sesuai dengan harapan mereka dan tidak menunjukkan interaksi yang positif, seperti ketidaktahuan ibu mengenai apa yang diinginkan oleh anak, tidak memahami bagaimana cara menangani tantrum anak, dan menghayati bahwa anaknya menghindari interaksi dengan ibu. Semakin ibu menghayati dirinya merasa ketiga area tersebut, maka *parenting stress* semakin tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2021), menunjukkan dampak dari *parenting stress*, yaitu ibu mudah merasa lelah, menunjukkan rasa cemas karena ketidakmampuan mengasuh anak dan khawatir yang berlebih akan masa depan anak, kecewa karena memiliki anak yang perkembangannya tidak sesuai dengan anak seusianya, serta seringkali tidak mampu mengontrol emosinya. Hasil survei awal peneliti dengan menggunakan kuesioner pada 11 ibu dengan anak ASD, sebanyak 90% (10) ibu mengatakan bahwa pada awalnya reaksi yang dirasakan setelah mendapatkan diagnosa anak adalah *shock*, merasa sedih dan bingung harus berbuat apa, bahkan ada yang tidak menerima anaknya mendapatkan diagnosa tersebut. Ibu merasa khawatir dengan masa depan anak, tumbuh kembang anak, takut tidak bisa menjalani sebagai ibu yang baik bagi anak, dan takut anaknya dirundung juga dikucilkan oleh masyarakat sekitar, namun sebagai orangtua tetap memiliki tugas dalam memberikan pengasuhan kepada anak tanpa melihat latar belakang kesehatan anak mereka.

Hasil survei awal menunjukkan sebanyak 72% (delapan) ibu menyatakan bahwa dalam

sehari, ia dapat melakukan pengasuhan kepada anak selama 20-24 jam yang artinya hanya sedikit waktu mereka untuk dapat beristirahat atau mengerjakan pekerjaan lain. Adapun kesulitan yang dihadapi ibu dalam mengasuh anak ASD terkait karakteristik atau perilaku anak seperti ketika anak tantrum, memerlukan pembelajaran yang *repetitive*, dan anak melakukan *self-injuring* karena tidak diperhatikan sebanyak 82% dan 18% lainnya adalah terkait hubungan emosional antara ibu dengan anak yang dicerminkan melalui kesulitan ibu memahami apa yang diinginkan oleh anak dan interaksi komunikasi yang tidak terjalin dengan baik. Tantangan dan kesulitan yang mereka hadapi dengan waktu mereka untuk beristirahat atau melakukan pekerjaan lain menjadi salah satu *stressor* yang dapat mengakibatkan *parenting stress* pada ibu.

Salah satu faktor yang memengaruhi *parenting stress* adalah *social support* (Abidin, 1996). Beberapa penelitian mendukung akan hal tersebut, seperti temuan penelitian Puri & Pranungsari (2022) yang menyatakan terdapat hubungan negatif antara *social support* dengan *parenting stress* pada ibu dengan anak perkembangan normal usia 4-6 tahun. Selain itu, penelitian yang dilakukan Kartiko et al (2022) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak sekolah dasar perkembangan normal. Dalam *social support* sendiri terbagi menjadi dua, yaitu *received* yang mengacu pada tindakan yang dilakukan orang lain dan *perceived social support* yang mengacu pada persepsi seseorang tentang bantuan yang diberikan sesuai dengan yang dibutuhkan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *perceived social support* juga memiliki hubungan dengan *parenting stress*.

Perceived social support adalah persepsi orang yang menerima dukungan sosial. Menurut Sarafino (2017) dukungan yang diberikan dapat berbeda dengan apa yang diperlukan oleh penerima dukungan, sehingga pemenuhan kebutuhan tersebut tidak terpenuhi. Persepsi yang dimiliki individu penerima bantuan menjadi lebih penting untuk menemukan apakah individu tersebut merasa dirinya mendapat dukungan dari lingkungan sekitar atau tidak. *Perceived social support* terbagi menjadi empat bentuk. Bentuk yang pertama yaitu *emotional support support* adalah dukungan yang diberikan melalui empati yang dapat meningkatkan ketenangan dan kepercayaan diri ibu dalam menghadapi situasi yang dirasa sulit. Bentuk yang kedua, *instrumental support* merupakan bantuan nyata, seperti finansial atau bantuan praktis yang dapat meringankan beban ibu dalam pengasuhan. Bentuk ketiga, *informational support* terdiri dari memberikan saran, bimbingan, atau *feedback* agar ibu dapat mengevaluasi pengasuhan yang sebelumnya diberikan. Bentuk keempat, *companionship support* mengacu pada kesediaan individu atau komunitas untuk meluangkan waktu bersama sehingga ibu merasa terhubung dan tidak sendirian (Sarafino, 2017). Setiap ibu dapat menghayati keempat bentuk tersebut, namun tingkatnya berbeda-beda. Apabila ibu mempersepsikan dirinya mendapat bantuan dari salah satu bentuk yang tinggi maka dapat dikatakan ibu memiliki tingkat *perceived social support* yang tinggi juga, dan begitupun

sebaliknya.

Melalui *perceived social support* dapat mencegah orangtua terutama ibu agar tidak terkena dampak negatif dari peristiwa yang membuat *stress* salah satunya dapat mempertahankan rutinitas sebagai individu yang memberikan pengasuhan pada anak yang memuaskan, meskipun dihadapi dengan masa-masa sulit (Cochran, 2005). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya masih jarang ditemukan penelitian yang menunjukkan peran *perceived social support* dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak *autism spectrum disorder* (ASD). Sebagian besar penelitian terkait peran *parenting stress* dengan *perceived social support* lebih banyak menunjukkan pada ibu yang mengasuh anak perkembangan normal, yaitu pada tahap perkembangan *toddler* hingga *middle childhood*. Hal tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya, yaitu Puri & Pranungsari (2022) kepada ibu dengan anak perkembangan normal usia 2 - 4 tahun, Kartiko et al (2022) pada ibu yang memiliki anak sekolah dasar perkembangan normal, dan Hutabarat & Sulastra (2023) pada ibu yang memiliki anak *toddler* perkembangan normal. Selain itu, dengan adanya karakteristik perilaku dan kekhususan yang dimiliki anak *autism spectrum disorder* seperti tantrum akibat *overstimulated*, pembelajaran yang repetitif, kurangnya perkembangan interaksi sosial, dan sebagainya dapat menjadi kesulitan yang lebih menantang jika dibandingkan dengan ibu yang mengasuh anak perkembangan normal (Abidin, 1996). Oleh karena itu peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam terkait peran *perceived support* dengan *parenting stress* namun dikhususkan pada ibu yang memiliki anak ASD. Adapun hipotesis yang diajukan adalah “*Perceived social support* secara simultan memiliki peran yang signifikan terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak ASD di Sekolah ‘X’ Kota Bandung.”

II. Metode Penelitian

Metode Penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk mengetahui peran *perceived social support* sebagai *independent variable* dengan *parenting stress* sebagai *dependent variable*. Metode kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang menguji hubungan antar dua variabel atau lebih menggunakan data angka dari populasi/sampel. Metode tersebut dipilih karena memungkinkan peneliti menguji sejauh mana hubungan antara kedua variabel tersebut melalui analisis data numerik.

Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki anak *autism spectrum disorder* di Sekolah ‘X’ Kota Bandung. Adapun sampel yang dipilih dari populasi tersebut dengan karakteristik ibu yang bersedia berpartisipasi dan memenuhi kriteria, seperti memiliki peran dalam melakukan pengasuhan. Teknik sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dari peneliti. Dalam kata lain, peneliti bisa memberikan penilaian terhadap siapa saja yang sebaiknya berpartisipasi dalam penelitian ini. Oleh karena itu,

seluruh ibu yang memiliki karakteristik sampel menjadi total partisipan yang dituju, yaitu sebanyak 24 ibu.

Pengumpulan data menggunakan *google form* kepada responden yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Dalam kuesioner tersebut, berisikan modifikasi dari instrumen adaptasi alat ukur sesuai teori yang sudah ada. Setelah data diperoleh, maka dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas terlebih dahulu sebagai dasar pengujian untuk memperkuat bahwa alat ukur yang digunakan sudah valid dan reliabel untuk responden yang dituju. Hasil uji coba alat ukur *perceived social support* menunjukkan nilai validitas tertinggi 0.818 dan terendah 0.441, serta reliabilitas sebesar 0.878 yang artinya alat ukur tersebut valid dan reliabel. Selain itu, alat ukur *parenting stress* menunjukkan nilai validitas tertinggi 0.840 dan terendah 0.453, serta reliabilitas sebesar 0.90 yang artinya alat ukur tersebut valid dan reliabel.

Tahap berikutnya adalah dengan melakukan uji asumsi klasik untuk memastikan bahwa data berdistribusi normal dan memiliki hubungan linear (uji normalitas, uji linearitas, dan uji heteroskedastisitas). Selanjutnya uji regresi sederhana untuk menguji hipotesis, pengujian tersebut digunakan karena peneliti ingin melihat peran dari keseluruhan bentuk *perceived social support*.

III. Hasil Penelitian dan Pembahasan

3.1 Hasil Penelitian

Tabel I. Gambaran Sampel Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Percentase
30 – 40	9	37,5%
41 – 51	15	62,5%
Total	24	100%

Tingkat ASD	Frekuensi	Presentase
Ringan	9	37,50%
Sedang	4	16,67%
Tidak bersedia diberitahukan	11	45,83%
Total	24	100%

Kriteria (Skor Median)	Frekuensi	Presentase
PS Tinggi (≥ 73)	13	54,17%
PS Rendah (< 73)	11	45,83%
Total	24	100%

Berdasarkan Tabel I. dapat disimpulkan bahwa 62,5% (15) ibu berada pada rentang usia 41-51 tahun, dan 37,5% (sembilan) ibu berada pada rentang usia 30-40 tahun memiliki anak dengan tingkat ASD, mayoritas 45,83% (11) orang memilih untuk tidak bersedia memberitahukan tingkat ASD anak, 37,50% (sembilan) orang memiliki tingkat ASD anak yang ringan dan 16,67% (empat) berada di tingkat ASD yang sedang. Selain itu, kriteria tinggi rendah *parenting stress* dilakukan dengan cara melihat skor median empiris berdasarkan data, bila skor *parenting stress* \geq

skor median maka *parenting stress* yang dialami ibu dikatakan tinggi, begitupun sebaliknya. Berdasarkan tabel 3. dapat disimpulkan bahwa 54,17% (13) ibu cenderung mengalami *parenting stress* yang tinggi, dan 45,83% (11) ibu memiliki *parenting stress* rendah.

Tabel II. Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas	Sig	Makna
Unstandardized Residual	0.856	Data Berdistribusi Normal
Uji Linearitas	Sig	Makna
Deviation from Linearity	0.629	Hubungan Linear
Uji Heteroskedasitas	Sig	Makna
Total	1.000	Tidak terjadi Heteroskedastisitas

Berdasarkan tabel II telah dilakukan uji asumsi klasik (uji normalitas, uji linearitas, dan uji heteroskedasitas). Uji normalitas menggunakan shapiro wilk karena responden di bawah 30, dari hasil menunjukkan bahwa $0.856 \geq 0.05$ yang artinya data berdistribusi normal. Uji linearitas menunjukkan bahwa $0.629 \geq 0.05$ yang artinya hubungan tersebut linear. Uji heteroskedasitas memiliki nilai sig. $1.000 \geq 0.05$ artinya tidak terjadi heteroskedasitas.

Tabel III. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Hasil Peran Antara	B	β	T	R²	Sig	Simpulan
<i>Perceived Social Support</i> terhadap <i>Parenting Stress</i>	-0,438	-0.369	-1.863	0.136	0.000	Signifikan

Berdasarkan tabel III. dapat disimpulkan bahwa $0.00 \leq 0.05$ artinya *Perceived Social Support* memiliki peran yang signifikan terhadap *Parenting Stress*. Nilai koefisien regresi $B = -0,438$ dan koefisien $\beta = -0,369$ menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan *perceived social support* akan diikuti oleh penurunan *parenting stress* sebesar 0,438 satuan. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang dirasakan oleh ibu, maka semakin rendah tingkat *parenting stress* yang dialami. Nilai R^2 sebesar 0,136, yang menunjukkan bahwa *perceived social support* hanya berkontribusi sebesar 13,6% variasi parenting stress. Hal ini mengindikasikan bahwa secara statistik *perceived social support* memang merupakan prediktor yang bermakna, namun bukan prediktor utama parenting stress pada ibu dengan anak ASD. Dengan kata lain, kekuatan pengaruh *perceived social support* terhadap parenting stress tergolong lemah hingga sedang, sehingga masih terdapat proporsi varians yang lebih besar yang dijelaskan oleh faktor lain di luar model.

3.2 Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan, yaitu mengetahui peran *perceived social support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki *autism spectrum disorder* di Sekolah ‘X’ Kota Bandung. Hasil penelitian (tabel III) dengan menggunakan uji regresi linear sederhana menunjukkan secara simultan mendapatkan nilai signifikansi sebesar $0.00 \leq 0.05$ dan nilai $\beta -0,369$ yang artinya

perceived social support memiliki peran yang signifikan dengan *parenting stress*, namun arah *Perceived Social Support* terhadap *Parenting Stress* negatif. Ketika ibu yang mengasuh anak ASD di Sekolah ‘X’ Kota Bandung ini menghayati dirinya mendapat dukungan perhatian dan empati saat menghadapi kesulitan, mendapatkan informasi dan *feedback* yang dibutuhkan, menghayati bahwa orang lain bersedia meluangkan waktunya untuk menemani ibu, dan turut serta dalam melakukan pengasuhan maka ibu akan memiliki *perceived social support* yang tinggi dan *parenting stress* yang dirasakan akan menurun. Hasil tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Abidin (1995), bahwa salah satu yang dapat menurunkan *parenting stress* adalah dukungan sosial yang salah satu di dalamnya terdiri *perceived social support*. Selain itu, penelitian dari Putri (2025) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *perceived social support* dan *parenting stress* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sehingga sangat diperlukan *perceived social support* bagi orang tua atau ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Total sumbangan peran yang diberikan oleh *perceived social support* terhadap *parenting stress* adalah sebesar 13.6% dan 86.4% merupakan dari faktor-faktor lainnya. Dalam hal ini, *perceived social support* bukanlah variabel utama yang berperan terhadap *parenting stress*, melainkan sebagai faktor protektif pendukung. Artinya, dukungan sosial yang dirasakan mampu menurunkan tingkat stres pengasuhan, tetapi efeknya bersifat terbatas apabila tidak diiringi oleh sumber daya psikologis dan kontekstual lainnya.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Riany dan Ihsana (2021) pada ibu anak ASD di Indonesia yang menunjukkan bahwa walaupun *perceived social support* memiliki hubungan negatif dengan *parenting stress*, kontribusinya relatif kecil ketika dianalisis bersama variabel lain. Penelitian tersebut menegaskan bahwa dukungan sosial tidak bekerja secara independen, melainkan seringkali berinteraksi dengan faktor internal ibu, seperti *self-compassion*, serta faktor relasional, seperti kualitas dukungan pasangan. Penelitian yang telah dilakukan oleh Ali & Ariana (2022) pada ibu yang memiliki anak ASD, mendapatkan hasil bahwa resiliensi memiliki hubungan terhadap stres yang dialami oleh ibu. Ketika ibu memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, maka tingkat *parenting stress* yang dialami akan semakin rendah. Hal tersebut mendukung penelitian yang telah dilakukan Habibullah & Halimah (2024) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara resiliensi terhadap *parenting stress* pada orang tua yang memiliki anak *autism spectrum disorder*. Oleh karena itu, faktor lain yang dapat mempengaruhi peranan *parenting stress* salah satunya adalah *self compassion*, *resilience* dan dukungan pasangan.

Hasil analisis deskriptif (tabel III) menunjukkan bahwa ibu yang mengasuh anak *autism spectrum disorder* di Sekolah ‘X’ Kota Bandung mengalami *parenting stress* yang tinggi sebanyak 54,17% (13) orang. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Hafidz, et al (2024), menghasilkan

bahwa orangtua yang memiliki anak *autis* di Kota Bandung mengalami *parenting stress*. Selain itu, penelitian Ilias et al (2018) menyatakan bahwa ibu yang memiliki anak ASD akan lebih mengalami stres dan tantangan yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak perkembangan normal.

IV. Simpulan dan Saran

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan *perceived social support* memiliki peran yang signifikan terhadap *parenting stress*. Oleh karena itu, ketika ibu menghayati dirinya mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar, maka dapat mencegah atau menurunkan *parenting stress* yang dimiliki Ibu akibat dari perannya dalam mengasuh anak ASD. Tidak hanya sekedar mendapatkan bantuan, akan tetapi ibu perlu menghayati bahwa dirinya telah dibantu sesuai dengan kebutuhan.

Keluarga, komunitas, maupun orang lain disekitar ibu yang mengasuh anak ASD diharapkan dapat lebih memberikan perhatian dan motivasi terhadap kesulitan atau ketika ibu tidak percaya diri dalam pengasuhan, memberikan informasi dan *feedback* agar ibu dapat mengevaluasi diri, melakukan aktivitas bersama sehingga ibu tidak merasa sendirian, serta memberikan bantuan pengasuhan saat diperlukan.

Daftar Pustaka

- Abidin, R. (1996). *Parenting Stress Index* (Third). Psychological Assessment Resources.
- Ali, N., & Ariana, A. (2022). Hubungan Antara Resiliensi Dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Gangguan Spektrum Autisme di UPTD Anak Berkebutuhan Khusus Sidoarjo. *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga*.
- American Psychological Association. (2023). Autism Spectrum Disorder (ASD). *APA Dictionary of Psychology*. <https://dictionary.apa.org/autism-spectrum-disorder>
- Cochran, S. (2005). *Researching teacher education in changing times: Politics and paradigms*.
- David, F., Kalibala, G., Pichon, B., & Treur, J. (2024). A Network Model for Modulating Sensory Processing Sensitivity in Autism Spectrum Disorder: Epigenetics, Adaptivity, and Other Factors. *Cognitive Systems Research*, 87. <https://doi.org/10.1016/j.cogsys.2024.101240>
- Elan, E., & Handayani, S. (2023). Pentingnya Peran Pola Asuh Orang Tua untuk Membentuk Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2951–2960. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.2968>
- Fitriani, Y. (2021). *Gambaran Parenting Stress Pada Ibu Ditinjau Dari Status Pekerjaan dan*

Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan.

- Habibullah, M., & Halimah, L. (2024). *Pengaruh Resiliensi Terhadap Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Dengan Anak ASD.*
https://www.researchgate.net/publication/379066103_Pengaruh_Resiliensi_terhadap_Stress_Pengasuhan_pada_Orang_Tua_dengan_Anak_ASD
- Hafidz Z. (2024). *Gambaran Resiliensi dan Stres Pengasuhan Orang Tua dengan Anak Autis.*
- Hutabarat, H. W., & Sulastra, M. C. (2023). Kontribusi Bentuk Perceived Social Support terhadap Parenting Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Batita di Kota Bandung. *Humanitas*, 7(3), 285–304.
- Ilias, K., Cornish, K., Kummar, A. S., Park, M. S. A., & Golden, K. J. (2018). Parenting stress and resilience in parents of children with autism spectrum disorder (ASD) in Southeast Asia: A systematic review. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 9, Issue APR). Frontiers Media S.A.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00280>
- Kartiko, L., Tihardimanto, A., Haruna, N., & Luthfi, M. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stres Pengasuhan Ibu Dengan Anak Usia Sekolah Dasar Pada Masa Pandemi Covid-19. *Sulistiyani Kartiko Alami Journal*, 6(2).
<https://doi.org/10.24252/almi.v6i2.35233>
- Muhamad Azis. (2024). *Pengantar Psikologi Abnormal.* Anak Hebat Indonesia.
- Papalia, D. E. ., & Martorell, Gabriela. (2021). *Experience Human Development 14e.* McGraw-Hill Education.
- Puri, G., & Pranungsari, D. (2022). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu.*
- Putri, S. (2025). Dukungan Sosial dan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). *Dspace UII.*
<https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/58896>
- Riany, Y. E., & Ihsana, A. (2021). Parenting stress, social support, self-compassion, and parenting practices among mothers of children with ASD and ADHD. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 47–62. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i1.6681>
- Santrcock, J. (2012). *Life Span Development.* McGraw Hill Education.
- Sarafino. (2017). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions (9th Ed).*