

“Kenapa Duniaku Begitu Melelahkan?”: Mengungkap *Parental Burnout* Ibu Rumah Tangga Dengan Anak *Autism Spectrum Disorder*

Raychana¹, Vyra Putri Ayunda², Aprillia Dyah Ayu Pramesti³, Putri Nurwahyudi⁴, Ellyana Dwi Farisandy⁵

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya

¹ellyana.dwi@upj.ac.id

ABSTRACT

This research was conducted to reveal in depth the dynamics of parental burnout in housewives with children with Autism Spectrum Disorder (ASD). This research uses a qualitative approach with a phenomenology and interpretive paradigm. Participants in the research study were determined using purposive sampling techniques. There were two housewives with children with ASD and living in a nuclear family as research participants. The data collection method was carried out by means of through interviews using moderately scheduled and in-depth interviews, non-participant observation with narrative types, and documentation. The measuring tool in this research uses parental burnout theory according to Roskam et al. Then, researchers used thematic analysis techniques (Thematic Analysis) to identify, study, and report themes in the data. The research results showed that the two informants experienced parental burnout at different levels so the dynamics differed. Y with higher parental burnout showed pinching and hitting behavior towards children and clearly stated aspects of parental burnout, whereas YS only got angry and raised his voice and did not highlight aspects of parental burnout much.

Keywords: *Adolescent; Autism spectrum disorder; Housewife*

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengungkap secara mendalam dinamika *parental burnout* pada ibu rumah tangga yang memiliki anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan paradigma fenomenologi dan interpretatif. Partisipan penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Terdapat dua orang ibu rumah tangga yang mempunyai anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dan tinggal dalam keluarga inti sebagai partisipan penelitian. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dengan menggunakan wawancara cukup terjadwal dan mendalam, observasi non partisipan dengan tipe naratif, dan dokumentasi. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan teori *parental burnout* menurut Roskam dkk (2018). Kemudian, peneliti menggunakan teknik analisis tematik (*Thematic Analysis*) untuk mengidentifikasi, mempelajari dan melaporkan tema-tema dalam data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua informan mengalami *parental burnout* dengan tingkat yang berbeda sehingga dinamikanya pun berbeda. Y dengan *parental burnout* yang lebih tinggi menunjukkan perilaku mencubit dan memukul terhadap anak

dan menyatakan dengan jelas aspek *parental burnout*, sedangkan YS hanya marah-marah dan meninggikan suara serta tidak banyak menonjolkan aspek *parental burnout*.

Kata kunci: Remaja; Autism Spectrum Disorder; Ibu Rumah Tangga

ARTICLE INFO

Article history

Received : 2023-12-28

Revised : 2024-08-15

Accepted : 2024-09-09

Pendahuluan

Kelahiran anak menjadi sebuah penantian berharga serta pelengkap kesempurnaan dalam keluarga bagi orang tua. Anak menjadi sebuah anugerah terindah dalam kehidupan sehingga para orang tua berusaha memberikan yang terbaik untuk buah hatinya sejak berada di dalam kandungan. Kesehatan serta kesempurnaan, baik secara fisik maupun psikologis anak menjadi suatu hal yang tidak dapat dipungkiri menjadi harapan para orang tua ketika anak terlahir ke dunia (Islami & Ansyah, 2020). Kenyataannya tidak semua anak terlahir dengan normal dan sempurna. Anak yang terlahir tidak sempurna dapat disebabkan oleh berbagai faktor sejak masa awal perkembangan bayi hingga masa perkembangannya, seperti faktor genetik, kendala yang terjadi saat proses kehamilan, proses persalinan yang tidak lancar, dan sebagainya. Hal ini membuat beberapa anak terlahir dengan ketidaksempurnaan entah itu fisik maupun psikologisnya yang kemudian dikatakan sebagai anak berkebutuhan khusus (ABK) sehingga sebagai orang tua memerlukan kesabaran dan perhatian penuh dalam merawatnya (Islami & Ansyah, 2020).

Salah satu contoh anak berkebutuhan khusus (ABK) yang paling umum terjadi adalah gangguan *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Pada data terbaru pada tahun 2022 yang diungkapkan oleh Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan RI (2022) menyatakan bahwa di Indonesia memiliki 3,3% dengan kisaran 269.398 anak terlahir dengan kebutuhan khusus atau sebagai penyandang disabilitas. Salah satu keterbatasan khusus yang paling tinggi di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik (BPS) tahun 2020 yang dikutip dalam Herna (2022), yaitu anak yang menderita gangguan *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Menurut Kementerian PPPA (2018) diperkirakan jumlah penderita ASD di Indonesia mencapai 2,4 juta orang dengan peningkatan setiap tahunnya sebanyak 500 orang. Dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5-TR*, *Autism Spectrum Disorder* (ASD) merupakan suatu gangguan dari pertumbuhan *neurodevelopmental* yang dikatakan sangat kompleks di dalam hidup yang berkepanjangan dikarenakan adanya kaitan dari beberapa aspek, yaitu interaksi sosial, perilaku, gangguan emosi dan persepsi secara sensorik ataupun motorik, serta

komunikasi dan Bahasa (APA, 2022). Hal ini menunjukkan bahwasanya anak ASD masih memerlukan bantuan dalam menjalani aktivitas sehari-hari dan belum sepenuhnya melakukan aktivitas secara mandiri (Savitri, Rakhmawati, & Sari, 2021). Oleh karenanya, memerlukan berbagai kebutuhan dari pendidikan khusus, terapi, dan lain sebagainya dibandingkan dengan anak normal yang seusia dengannya sehingga orang tua dengan anak penyandang *Autism Spectrum Disorder* (ASD) memerlukan banyak energi dan finansial yang stabil untuk memberikan perawatan terbaik kepada anak. Orang tua dengan anak ASD dituntut harus dapat konsisten menyediakan waktu serta memiliki dorongan positif yang besar agar dapat mengurangi perilaku agresif serta meningkatkan kemampuan komunikasi anak sehingga mereka dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya (Albintary, Rahmawati, & Tantiani, 2018).

“Pasti karena lebih banyak makan energi, waktu, kesempatan istirahat berkurang, beda dengan mengurus anak normal, karena ngurus anak normal ada batas umur tertentu anak sudah bisa mandiri. Walaupun anak abk bisa mandiri tapi pelatihannya lebih lama, tergantung tingkat kepekaannya, tapi kan memang lambat dewasanya. Jadi otomatis mendidiknya harus lebih lama.”

(YS, 14 Okt 2023)

“Karena kakaknya belum kuliah ya biaya pasti banyak itu berapa juga kita pasti bayar. mau terapi berapa kali selama kita masih punya uang gapapa. Nah berjalannya waktu kan banyak kebutuhan sih si kakak udah kuliah dan pesantren jadi dikurangi itunya harusnya gak boleh sih katanya. harus terapi terus gitu tapi percuma gak ada peningkatan gitu. Tapi karena finansial yang gak memadai ya orang kan terapi ini mahal per jamnya itu lumayan sih kalo kita gak pake BPJS”

(Y, 26 Okt 2023)

Dalam keluarga inti (*nuclear family*) orang tua, baik ayah maupun ibu memiliki perannya masing-masing terhadap anak. Sosok ayah berperan dalam kehidupan anak secara emosional dan ekonomi, sedangkan ibu berperan dalam pengasuhan anak secara langsung semenjak dalam kandungan hingga anak dilahirkan, dan dalam tahap tumbuh kembang anak hingga dewasa (Santrock, 2019). Peran sosok ibu dalam kehidupan anak pun sangat penting secara kognitif dan psikososial sehingga ibu sangat berperan besar dalam perkembangan anak. Terlebih lagi untuk ibu rumah tangga yang lebih banyak menghabiskan waktu di rumah sehingga paling banyak melakukan komunikasi dan kontak fisik secara langsung dengan sang anak.

Peran ibu rumah tangga yang memiliki tanggung jawab menangani berbagai urusan rumah termasuk dalam hal merawat dan mendidik anak-anak membuat para ibu rumah tangga mengalami kesulitan dalam menemukan waktu untuk dirinya sendiri, terutama apabila

memiliki anak berkebutuhan khusus (Meeussen & VanLaar, 2018). Hal tersebut membuat ibu perlu menghadapi berbagai tantangan yang muncul sehubungan dengan kebutuhan khusus sang anak (Papadopoulos, 2021). Tantangan yang muncul dapat berupa kebutuhan lain yang berbeda dari kebutuhan anak pada umumnya seperti pendidikan, terapi, hingga makanan untuk anaknya tersebut. Pada penelitian Astria dan Setyawan (2020) terkait dengan ibu yang memiliki anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) menemukan bahwa ibu dengan anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) tersebut memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi dibandingkan dengan memiliki anak pada umumnya. Penelitian tersebut dilakukan karena beban membesarkan anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) lebih berat dibandingkan membesarkan anak pada umumnya sehingga perlu dilihat resiliensinya dalam bertahan serta beradaptasi dengan pengalamannya. Dilihat dari hal tersebut, banyak hal yang perlu dilakukan dalam membesarkan anak dengan autism. Oleh karena hal tersebut, maka ibu perlu menyiapkan tenaga, waktu, usaha, dan perhatian yang lebih banyak dibanding dengan ibu dengan anak normal pada umumnya (Miranda, 2013). Menjadi orang tua dikaitkan dengan tekanan secara mental dan fisik, terutama untuk banyaknya usaha, waktu, dan perhatian yang selalu dicurahkan untuk anak tanpa berhenti akhirnya menjadi sumber stres yang dapat menyebabkan *parental burnout* (Papadopoulos, 2021; Sadziak, Wiliński, & Wiczorek, 2019).

Pada penelitian terdahulu ditemukan bahwa ternyata orang tua yang memiliki anak dengan disabilitas atau penyakit kronis lebih rentan terkena *parental burnout*. Hal ini terjadi karena kebutuhan anak dengan disabilitas atau penyakit kronis akan mengalami peningkatan kebutuhan seiring dengan pertambahan usianya, sehingga orang tua harus berusaha lebih keras untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Tuntutan yang terus meningkat itu menyebabkan kelelahan yang bertumpuk menjadi stres yang kemudian menjadi *parental burnout* (Ardic, 2020). *Parental Burnout* ini dapat menyebabkan hilangnya energi dan motivasi yang dibutuhkan dalam mengasuh anak dan menjadi orang tua. Turunnya energi dan motivasi untuk menjadi orang tua dapat kembali berdampak pada peningkatan *Parental Burnout*, yang kemudian hal ini dapat terus berlanjut (Ardic, 2020). Terdapat 4 Aspek dari *parental burnout*, yang pertama *Exhaustion in one's parental role* yaitu merupakan aspek paling utama dan menjadi dasar dari *parental burnout* karena mengasuh anak merupakan sesuatu yang kompleks sehingga dapat memunculkan rasa lelah, kedua ada *Contrast with previous parental self* yaitu perbedaan antara peran orang tua yang sekarang dengan persepsi diri sebelum mengasuh anak, ketiga ada *Feelings of being fed up with parenting* yaitu munculnya perasaan muak dalam menjadi orang tua dan merasa tidak lagi mampu menjalankan perannya sebagai orang tua, dan

terakhir *Emotional distancing from one's children* yaitu dengan memberikan jarak secara emosional kepada anaknya (Roskam, Brianda, & Mikolajczak, 2018).

Sekułowicz dan rekan-rekannya (2022) menyatakan bahwa penelitian terkait dengan *parental burnout* belum banyak dilakukan, namun menurut data yang diperoleh ditemukan bahwa setidaknya 3,5 juta orang tua di Amerika mengalami *parental burnout* dan 2-12% orang tua di Eropa mungkin pernah mengalami *parental burnout* pada hidup mereka. Orang tua dengan anak berkebutuhan khusus juga perlu melakukan adaptasi dan perlakuan yang lebih seperti tanggung jawab yang lebih besar sehingga upaya yang diperlukan juga lebih besar dan dapat berdampak pada *parental burnout*. Ada pula penelitian terdahulu oleh Aunola dan rekan-rekannya (2020) yang menemukan bahwa terdapat hubungan atau keterkaitan antara gejala *parental burnout* dengan gejala depresi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Mikolajczak dan rekan-rekannya (2018) yang menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *parental burnout* dengan depresi dan ide bunuh diri. Ide bunuh diri ini merupakan salah satu cara untuk melarikan diri dari keadaan secara fisik, dan ada pula perilaku lain yang dipilih untuk melarikan diri dalam pikiran dan mental seperti memainkan sosial media, makan terus menerus, mengkonsumsi alkohol, merokok, minum obat-obatan.

Selain pada diri sendiri ada juga dampak kepada anak, yaitu meningkatnya kekerasan serta penelantaran kepada anak. Sejalan dengan penelitian oleh Meeussen dan VanLaar (2018), ibu yang mengalami *parental burnout* mampu melakukan hal-hal yang tidak diinginkan seperti menyakiti atau bahkan menelantarkan anak yang ia lahirkan sendiri. Di Indonesia berdasarkan data dari Simfoni-PPA (2023) terdapat 2.356 kasus kekerasan yang pelakunya merupakan orang tua dari korban. Terdapat kasus dimana seorang ibu membunuh kedua anaknya kemudian mengakhiri hidupnya sendiri. Menurut ahli psikologi, sang ibu melakukan hal tersebut karena kelelahan psikologis yang berat sehingga kesulitan untuk melihat jalan keluar dari permasalahannya (Nugraha, 2022). Berdasarkan data Simfoni-PPA (2023), per 2021 tercatat ada 110 kasus kekerasan pada anak penyandang disabilitas dari total 1.355 kasus anak yang dilaporkan (Nilawaty, 2021). Selain itu, ada pula kasus ibu yang mengakhiri hidup anaknya yang menyandang *Autism Spectrum Disorder (ASD)* dengan alasan kelelahan dalam mengurus anaknya (Agustina, 2023). Melihat berbagai dampak fatal yang terjadi akibat kurangnya cara untuk mengatasi stres yang muncul akibat penat mengurus anak, maka penting untuk menghilangkan penat serta menjaga kesehatan mental dan fisik. Upaya untuk mengatasinya dengan cara memiliki waktu istirahat dan melakukan *coping* yang efektif (Miranda, 2013).

Pembeda dalam penelitian kami adalah titik fokusnya hanya pada *parental burnout* yang dialami oleh ibu rumah tangga dengan anak ASD. Hal ini berbeda dari beberapa penelitian

sebelumnya yang tidak fokus hanya pada *parental burnout* saja, namun fokus terhadap hubungannya dengan aspek lain seperti dukungan sosial (Ardic, 2020), fungsi keluarga dan kepribadian (Sekułowicz et al., 2022), kesehatan ibu (Sadziak et al., 2019). Selain itu pada penelitian sebelumnya juga belum banyak yang membahas terkait dengan *parental burnout* pada ibu rumah tangga saja namun pada ibu karir (Meeussen & VanLaar, 2018) dan pada kedua orang tua (Ardic, 2020; Mikolajczak et al., 2018; Mikolajczak & Roskam, 2020). Selain itu, fokus pada anak ASD juga belum banyak dan beberapa yang membahasnya seperti Ardic (2020) dan Sekułowicz dan rekan-rekannya (2022), sedangkan dalam penelitian oleh Sadziak dan rekan-rekannya (2019) yang digali hanya pada anak *disable* dan tidak spesifik pada ASD. Penelitian oleh Sekułowicz dan rekan-rekannya (2022) mengatakan bahwa sebelum ini belum banyak yang membahas terkait dengan *parental burnout* dan lebih banyak membahas *parenting stress*, seperti pada penelitian oleh Fitriani & Ambarini, (2016); Hardi & Sari, (2019); dan Phetrasuwan & Shandor Miles (2009) yang walaupun berfokus pada ibu dengan anak ASD, namun tidak membahas *parental burnout* dan hanya membahas *parenting stress*. Berbeda dengan *parental burnout* yang merupakan kondisi kelelahan berlebih berkaitan dengan pengasuhan anak sehingga menjaga jarak dengan anak secara emosional serta kurangnya rasa puas dalam menjadi orang tua, sedangkan *parental stress* merupakan persepsi orang tua tentang ketidakseimbangan antara tuntutan pengasuhan anak dan sumber daya yang tersedia (Hsiao, 2017).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dilihat bahwa ibu rumah tangga sebagai sosok yang selalu mengurus keperluan rumah, serta mengurus anak secara terus-menerus akan merasa kelelahan. Terlebih bagi ibu rumah tangga yang memiliki anak dengan ASD yang mengharuskan mampu mencurahkan waktu, perhatian, dan usaha ekstra untuk anaknya sehingga sulit baginya untuk menemukan waktu istirahat dan mengatasi stres yang dirasakannya. Stres berkepanjangan akibat mengurus anak yang menumpuk tersebut dapat menjadi *parental burnout* yang berdampak buruk pada ibu juga kepada anak yang diasuh. Maka dari itu, perlu diketahui bagaimana dinamika *parental burnout* pada ibu rumah tangga yang memiliki anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) sehingga dapat diketahui pula cara untuk *coping* yang sesuai dengan kondisi dan situasi yang ada.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dilihat bahwa ibu rumah tangga sebagai sosok yang selalu mengurus keperluan rumah, serta mengurus anak secara terus-menerus akan merasa kelelahan. Terlebih bagi ibu rumah tangga yang memiliki anak dengan ASD yang mengharuskan mampu mencurahkan waktu, perhatian, dan usaha ekstra untuk anaknya sehingga sulit baginya untuk menemukan waktu istirahat dan mengatasi stres yang

dirasakannya. Stres berkepanjangan akibat mengurus anak yang menumpuk tersebut dapat menjadi *parental burnout* yang berdampak buruk pada ibu juga kepada anak yang diasuh. Maka dari itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengungkap lebih mendalam tentang dinamika *parental burnout* pada ibu rumah tangga dengan anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) sehingga dapat menjadi sumber informasi yang dapat menambah wawasan pembaca dari sudut pandang psikologi klinis terkait dinamika *parental burnout* dan tantangan yang dialami oleh ibu rumah tangga yang memiliki anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dan dapat menjadi sumber informasi yang dapat menambah wawasan pembaca dari sudut pandang psikologi klinis terkait dinamika *parental burnout* dan tantangan yang dialami oleh ibu rumah tangga yang memiliki anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) serta dapat membantu ibu rumah tangga terutama dengan anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) agar dapat lebih memahami mengenai *parental burnout* dan bagaimana cara untuk mengatasinya, sehingga mampu mempersiapkan diri lebih baik merespon kebutuhan anak secara efektif.

Metode Penelitian

Pendekatan Penelitian

Peneliti akan menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Menurut Creswell dan Poth (2018), pendekatan fenomenologi adalah pendekatan untuk menjelaskan pemahaman dari suatu pengalaman individu/kelompok. Penelitian ini juga menggunakan paradigma interpretatif dimana peneliti hanya memberikan satu set fakta dan pembaca juga dapat menginterpretasikan hasil datanya sendiri (Creswell & Poth, 2018). Hal tersebut dilakukan karena peneliti ingin berfokus dalam memahami secara mendalam tentang gambaran penuh bagaimana dinamika *parental burnout* dari pengalaman hidup ibu dengan anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) sesuai dengan tujuan dalam penelitian (Creswell & Poth, 2018).

Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan wawancara dengan metode *moderately scheduled* dimana wawancara bersifat semi terstruktur dan dapat dilakukan *probing* (Magaldi & Berler, 2020) dan teknik wawancara mendalam (*in-depth interview*) (Creswell & Poth, 2018) dengan tiga tahapan antara lain *getting in*, *getting along*, dan *getting out*. Selama proses wawancara penelitian dibantu dengan perekam audio sebagai bahan tambahan analisis untuk digunakan dalam bentuk penulisan verbatim.

Selain wawancara, juga dilakukan observasi secara non-partisipan dengan waktu pencatatan menggunakan *immediate recording* (Creswell & Poth, 2018). Pencatatan observasi

terhadap subjek menggunakan *narrative types* yaitu metode pencatatan dengan mendeskripsikan tingkah laku yang objektif seperti bentuk narasi/cerita (Kusdiyati & Fahmi, 2020). Selain itu, subjek juga akan diberikan kuesioner mengenai skala *Parental Burnout* (Roskam et al., 2018) yang digunakan sebagai data pendukung dalam melihat *parental burnout* yang dialami oleh partisipan.

Informan Penelitian

Peneliti menggunakan teknik *snowball sampling* sebagai proses pengambilan informan sebagai sampel dalam penelitian yang kriterianya sudah disesuaikan dan partisipan akan memberikan informasi kepada kenalannya yang sesuai kriteria. Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- a) Ibu rumah tangga *middle age* (usia 40-60 tahun) (Santrock, 2019). Pemilihan kriteria tersebut dikarenakan pada usia tersebut cenderung lebih mudah lelah sehingga lebih beresiko terkena *parental burnout* (Santrock, 2019).
- b) Memiliki anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) usia remaja (12-18 tahun) (Santrock, 2019). Pemilihan kriteria ini dikarenakan usia anak yang bertambah kebutuhan yang diperlukan pun meningkat sehingga lebih meningkatkan resiko *parental burnout* (Ardic, 2020).
- c) Tinggal dalam keluarga inti (*nuclear family*)

Teknik Analisis Data

Peneliti menggunakan teknik analisis tematik (*Thematic Analysis*), yaitu untuk mengidentifikasi, mengkaji, dan melaporkan mengenai tema dalam data tersebut (Braun & Clarke, 2006). Hal tersebut dikarenakan teknik analisis tematik seringkali digunakan dalam penelitian kualitatif yang bertujuan untuk menganalisa hasil data pada wawancara untuk dapat menggali lebih dalam keadaan yang sesungguhnya pada suatu fenomena (Braun & Clarke, 2006). Adapun terdapat enam tahapan dalam melakukan teknik analisis tematik (*Thematic Analysis*), seperti membiasakan diri dengan data yang diperoleh, membuat kode awal, mencari tema, meninjau tema, mendefinisikan serta memberi nama tema, dan membuat laporan (Braun & Clarke, 2006).

Hasil

Dari hasil wawancara diperoleh dinamika perjalanan dalam mengurus anak dengan ASD. Dinamika ini dimulai dari saat kehamilan dan tumbuh kembang sang anak hingga saat ini. Penjelasan tersebut akan mencakup aspek *parental burnout*, faktor *parental burnout*,

dampak dari *parental burnout* yang dialami, serta cara *coping* untuk mencegah dan mengatasi *parental burnout*.

Kehidupan seorang ibu yang mengalami *parental burnout* yang memiliki anak dengan ASD dapat terjadi karena beberapa faktor penyebab. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada ibu YS dan Y diperoleh data terkait faktor *parental burnout* yang terjadi pada partisipan yang memiliki anak dengan ASD. Penjabaran tersebut yaitu sebagai berikut:

Kehidupan Pra Kehamilan

Pada saat kehamilan anak dengan ASD, YS dan Y mulai mengandung di usia lebih dari 35 tahun. YS juga ternyata memiliki keturunan anak dengan Autis, serta ibu Y mengkonsumsi obat beberapa hari sebelum melahirkan agar anaknya dapat cepat terlahir. Meskipun begitu kedua informan melahirkan anak dengan lancar dan normal, namun seiring bertambahnya usia anak, YS bahwa menyadari adanya tahapan yang terlewat dari tahapan perkembangan yang seharusnya dan Y melihat adanya penurunan tahapan perkembangan pada sang anak.

“nih anak eee ini ga berangkang, jadi langsung berdiri”

(YS, 24 Okt 2023, 73)

”Tantrum ya tantrum terus anu apa bicaranya itu yang tadinya udah dua kata gak nambah tapi malah tadinya hujan jadi ijah gitu”

(Y, 26 Okt 2023, 49)

Melihat hal tersebut, akhirnya informan membawa anak mereka menuju dokter tumbuh kembang untuk memeriksakan sang anak. YS membawa anaknya di usia 4 tahun, sedangkan Y di usia 2 tahun. Hasil dari pemeriksaan didiagnosa bahwa anak mereka mengalami *Autisme Spectrum Syndrome* (ASD). Setelah mendapatkan diagnosa tersebut keduanya pun segera memberikan terapi untuk sang anak. Pemberian terapi tersebut memberikan dampak dan memperlihatkan perubahan yang cukup baik menurut ibu YS:

“Terapi itu bisa di 4 tahun ee terus cuma sampe situ terus tapi e perkembangannya anggap saya normal kayak anak-anak ABK lainnya...”

“...Sebenarnya ya kalo orang anak ABK itu yang harus diliat tantrum. Tantrum itu standar paling rendah, yang suka ngamuk itu. Kalo dia sudah bisa mengatasi itu yang dia semakin bagus, semakin bagus, semakin bagus gitu karena tapi kalo anak saya ini gak pernah tantrum maksudnya yang sampe ngeganggu orang...”

(YS, 24 Okt 2023, 129 & 145)

Berbeda dengan pendapat yang disampaikan, ibu Y merasa anaknya tidak mengalami perubahan yang baik semenjak diberikan terapi dan justru sang anak bertingkah semakin parah.

“diliat perbedaan itu tuh gak keliatan, masalahnya gak ada perubahan yang keliatan banget...”

“Bedanya malah bikin hal aneh-aneh mba, yang gak dilakuin sekarang dilakuin mungkin bertambahnya usia ya...”

(Y, 26 Okt 2023, 137 & 223)

Berdasarkan hasil pemaparan yang menyatakan hal berlawanan, terlihat bahwa mengurus anak dengan kebutuhan khusus diperlukan kesabaran dan tanggung jawab yang tinggi. Pernyataan dari YS menunjukkan meski seringkali bertanya tanya dan menyalahkan dirinya, namun YS selalu melihat sisi positifnya dan berusaha bersyukur dengan keadaan:

“...Tuhan kok dikasihnya kayak gini.. inii orang kok enak aja lancang gitu yaa kan? ya itu belajar sabar juga...”

“...Tapi kalo anak yang kayak gini? ngga.. yaudah pinter-pinter ini aja, bersyukurlah. ternyata Allah itu adil! pas punya anak kayak gini, pas dapet tiket kelebihan rezekinya kayak apa, gitu aja.”

“...saya itu tumbuh bener sama anak, gitu loh. nah itu tuh, itu rasa bersyukurya deh, artinya rasa bersyukurya lebih tinggi, ya...”

(YS, 24 Okt 2023, 167, 179, & 209)

Berbeda dengan Y yang seringkali menyatakan bagaimana ia menyalahkan dirinya sendiri serta belum banyak melihat sisi positif dari keadaannya tersebut:

“... Siapa yang mau punya anak begitu. kalau doa ku begitu karena dia udah saking mentoknya gitu ya kok ga ada perubahan gitu, entah itu kesalahan siapa gitu ya...”

“ ya ini aja pertama tuh nyalahin diri sendiri gitu kenapa anak ini bisa begini gitu awalnya...”

“...Itu saya nyalahin diri sendiri aja sih, jadi gak kemana-mana nyalahinnya, nyalahin kesana kesini itu sih yang bikin aku kesalahan sendiri yang aku bikin sendiri...”

“...Saya kalau inget itu kaya nangis banget loh kaya dosa banget aku udah nyakitin bayi dari kandungan, kan saya nangis tuh. istighfar ya, jadinya ya aduh ya Allah saya dosa banget ini gimana gitu. Tapi allahualam ya itu cuman saya aja...”

“ini anak alhamdulillah ini yang ngasih Allah jadi di titipin gapapa kan kita gatau maksudnya kan. gak tau maksudnya gitu aja kan karena kita ikhlas aja sih. Jadi belajar ikhlas aja.”

“...Kita udah berusaha berbuat baik sama orang, kita jaga perasaan orang tapi kok kita yang dikasih kaya gini. tapi jalannya insyaAllah lah ya”

(Y, 26 Okt 2023, 107, 145-151, 237 & 241)

Dalam mengurus anak dengan ASD, YS dan Y memiliki pola pengasuhan yang berbeda. Pola pengasuhan YS lebih konsisten dalam pemberian aturan dengan batasan yang masuk akal kepada anak disertai adanya dukungan emosional dari orang tua untuk anak, sehingga anak merasa lebih dihargai dan mendukung kemandiriannya. Y lebih membatasi dan memaksa anaknya untuk mengikuti arahan dan lebih mengendalikan perilaku anaknya.

Kedua informan juga memberikan fasilitas untuk anaknya agar dapat berkembang dengan baik. Sebagaimana yang sempat disinggung sebelumnya, kedua informan membawa sang anak ke terapi segera setelah didiagnosis yang tujuannya untuk memperbaiki perkembangan dan pertumbuhan sang anak. Selain terapi, kedua informan juga menyekolahkan

anaknyanya. YS menyekolahkan sang anak secara *homeschooling* hingga kelas 3 SMP dan kemudian masuk ke sekolah umum di SMA. Berbeda dengan Y yang menyekolahkan anaknya ke sekolah khusus dari awal hingga saat ini.

Menjalankan peran ibu rumah tangga dengan anak ASD seperti yang dipaparkan sebelumnya tidak mudah. Tentunya akan muncul rasa lelah ketika harus mengurus dan menjalani keseharian:

“sebenarnya gini ya, kalo capek itu kan bukan artinya gak capek. capek juga...”
 “...selama ada anak ini di sisi saya, saya bukan lagi tidur nyenyak, hehe.. nah itu. ibu udah sering, capek gitu jadi yaudah sekalian pagi aja...”
 “...ada waktunya juga tertekan. tapi biasanya kalo saya udah “*hue blablabla*” gitu ya, bener-bener udah capek”
 “... karna saya kurang tidur, ama semalaman kan diganggu sama dia...”
 (YS, 24 Okt 2023, 169, 175, & 179)

“...Saking ini udah di titik jenuh ya, kaya apa ya capek ngurusin yang ketiga ini. Kalau yang nomor 1 dan 2 mah ga masalah mba, seneng aja sih seneng. Banyak sedihnya sih yang nomor 3 ini”
 “iya cape terus”
 “bisa dibilang makin cape.”
 “iya karena kan dia kan makin tambah gede kan mba jadi remaja jadi makin banyak tingkahnya mba...”
 (Y, 26 Okt 2023, 175, & 227-231)

Dari pernyataan kedua informan terlihat bahwa, Y lebih merasakan kelelahan hingga berada di titik jenuh dalam mengurus sayang anak dengan ASD. Hal tersebut menunjukkan bahwa Y lebih memenuhi aspek *exhaustion in one's parental role* (Roskam et al., 2018) dibandingkan YS. Sedangkan, dalam aspek *contrast with previous parental self* (Roskam et al., 2018), YS dan Y sama sama menyatakan bahwa mereka tidak memiliki gambaran ideal tentang menjadi ibu di awal pernikahan sehingga kehidupan mereka hanya mengalir saja. Namun, keduanya memiliki rasa malu ketika menjadi ibu dengan anak ASD:

“bukannya malu ya ee itu kan karna.. bukan malu ya istilahnya, karna- karna kita terlalu melindungi, bukan malu artinya...”
 “kadang-kadang emang ada yang malu yah, karna tu saya ni, yaa nikmatinnya...”
 (YS, 24 Okt 2023, 205 & 217)

“pasti ada, ya pasti ada”

(Y, 26 Okt 2023, 235)

Dalam aspek *Feelings of being fed up* (Roskam et al., 2018), YS menyatakan bahwa ia tak pernah memiliki perasaan muak dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Berbeda dengan Y yang menyatakan bahwa ia memiliki perasaan muak menjadi orang tua dengan anak ASD:

“enggak lah...”

(YS, 24 Okt 2023, 223)

“Iya. pernah”

“pasti ADA itu pasti. Perasaan muak itu pasti ada.”

(Y, 26 Okt 2023, 259 - 261)

Perasaan muak ini juga terlihat dari bagaimana kedua informan menghabiskan waktu bersama dengan anaknya. YS senang sekali menghabiskan waktu dengan sang anak dimana Y lebih merasa biasa karena memang selalu berdua dan juga hanya merasakan senang bepergian dengan anak karena akhirnya bisa keluar rumah meski hanya sebentar:

“...alif mah setiap bersuara bagi kita lucu aja.. gitu yaa ehehheh”

“iyaa, selalu begitu”

(YS, 24 Okt 2023, 257-259)

“Ini cuma berdua terus”

“Seneng, akhirnya keluar rumah gitu”

(Y, 26 Okt 2023, 302 & 306)

Oleh karena itu, pemberian jarak secara emosional oleh informan Y dilakukan dengan membuat jarak untuk mengurangi keterlibatan emosional di waktu-waktu tertentu. Hal tersebut masuk dalam aspek *emotional distancing from one's children* menjadi salah satu upaya yang dilakukan oleh ibu kepada sang anak. Meskipun begitu, ibu YS tidak pernah terlintas di pikiran untuk memberi jarak terhadap sang anak:

“nggak sih, aku gak ada, gak ada punya pikiran jaga jarak...”

(YS, 24 Okt 2023, 247)

“...terserah deh lu mau buat apa.”

“udah ditinggalin aja, wes terserah apa.. situ mau buat apa. nanti ujung ujungnya kita lagi yang beresin”

(Y, 26 Okt 2023, 275-277)

Tentu dalam mengurus anak perlu mengeluarkan biaya yang tidak sedikit, seperti untuk sekolah dan terapi. Selain biaya sekolah dan terapi, ibu juga perlu mengeluarkan uang untuk kebutuhan anaknya yang lain serta kebutuhan sang ibu agar tidak memunculkan stres. Kebutuhan anaknya yang lain seperti makanan dan hiburan anak yang lain, hal ini karena sang anak sulit makan dan tidak mengerti nilai uang sehingga sang ibu mau tak mau mengeluarkan uang yang tidak sedikit. Bagi ibu Y, biaya anaknya dengan ASD bukanlah satu-satunya pengeluaran utama, tetapi juga ada biaya lain yang memerlukan perhatian demi kebutuhan anggota keluarga lainnya.

Kesediaan suami pun anak-anak mereka lainnya untuk turut bertanggung jawab dan berperan aktif dalam membantu tugas sehari-hari menciptakan lingkungan keluarga yang sehat. Sehingga mengurangi beban tugas ibu rumah tangga dan menjaga kesejahteraan keluarga. Namun sayangnya, tidak semua keluarga mendapatkan dukungan utuh dari keluarga. Seperti pada informan penelitian kami, YS mendapatkan dukungan dari keluarganya secara menyeluruh dan tidak seperti Y yang kurang mendapat dukungan dari keluarga inti:

“...biasanya ada yang maju, bantuin. kalo nggak kakaknya, biasanya kakaknya yang cowok, nih...”

(YS, 24 Okt 2023, 179)

“iya ikut jaga, tapi karena cowok ya diem juga”

“yang satu itu pesantren ya kan jarang sekarang, jadi yang sering jagain itu yang nomor 1 yang sekarang itu udah kuliah itu yang suka jagain tapi yang namanya anak cowok ya cuman dijaga-jagain aja gitu”

“kalau papa nya gak ada di rumah kan dia kerja ya diluar kota jarang pulang lah selalu...”

(Y, 26 Okt 2023, 99-101, & 117)

Selain dari keluarga inti, Y juga merasa tidak mendapatkan *support* dari keluarga besar, terutama keluarga suaminya yang memperlakukannya dengan sangat berbeda:

“...Keluarga nggak mbak udah gak keluarga lainnya, udah gak mendukung malahan. malah nyalah nyalahin ke saya gitu...”

“...iya berat banget malah justru dijauhi loh karena punya anak kecil yang yang baik gitu ya, justru di wanti-wanti itu jangan sampai deket-deket itu sama si jaka...”

“...Gak usah lah kesana bukannya mereka senang sama kita tapi malah takut sama kita hahaha. beda lah pokoknya beda lah 180 derajat. yang tadinya dulu sering kesini sekarang malah gamau gitu.”

“Iya, kalau saudara aku di Kalimantan, kalau saudara bapaknya kan di Jawa masih deket lah yaa. dari pihak suami.”

(Y, 26 Okt 2023, 187-193, & 505-508)

Perasaan lelah yang menumpuk akibat mengurus anak ini apabila berlebihan dapat memunculkan stres. YS mengungkapkan saat sudah terlalu lelah ia meluapkan emosinya dengan memarahi sang anak dan meninggikan suara kepada sang anak:

“sering, sering, otomatis...”

“ada lah marah karna gak sabar itu loh...”

“lebih sering sih marah duluan, marah duluan... emosinya naik, walaupun ngasih tau, tapi bukan arti “huh anak ini, ini!” gitu, nggak. “Kalau begini, gini”. Tapi kondisinya, suaranya lebih kenceng.”

(YS, 24 Okt 2023, 241 & 247)

Sedangkan pada Ibu Y, meluapkan emosinya di saat kelelahan dengan memarahi serta membalas perbuatan sang anak dengan main tangan seperti mencubit hingga balasan memukul

kembali sang anak. Hal tersebut dilakukan dengan pemikiran sang anak akan tahu rasanya, serta Y merasa sang anak tak kunjung paham hanya dengan kata-kata saja:

“...Sudah ibu cubit, sudah. Sudah diapain sudah KAN. kalau sekarang karena dia itu dipukul ga mempan, jadi saya itu aja sekarang. Saya tarik ajah. ga boleh, gitu. karena dipukul pun.. besok diulangi lagi, kan kasian juga. kadang tembok aja yang saya pukul, buat nakutin dia. mending tembok aja yang saya pukul, dari pada dia. kan kesian, biru biru juga iya yah. ini mah kdrt kalau ku bilang”
“...Kalau udah marah banget tetep mba, ini tangannya tetep ini. kalau udah kebangeten di cubitlah”
“klo udh gemes banget udah, ampe udah plong kalau udah nyubit udah”
“paling pernah cubit cubit cakar cakar kalau sekarang tantrumnya cubit. kalau kamu cubit ibu, ibu cubit. ga berani sudah gituu”
“he’eh paham sih. kalau berani– kalau dia pukul muka saya, saya pukul balik muka diaa”
“Baru dia paham ‘*sakit gaa*’ kalau cuma kita tahanin aja dia ga ngerti kalau dia pukul plakk OOH saya bales mba biar biar itu ajaa ngajarin diaa tuh gitu ternyata”

(Y, 26 Okt 2023, 217, 248 - 250, & 417-421)

Berdasarkan pernyataan yang diberikan oleh Y menunjukkan bahwa untuk meluapkan emosi yang dirasakannya maka Y akan melakukan kontak fisik seperti mencubit dan memukul sang anak. Y seringkali membalas perlakuan yang sama kepada sang anaknya ketika sedang tantrum. Bahkan, Y sendiri mengakui bahwa anaknya menjadi terluka dan memar akibat peluapan emosinya tersebut.

Dalam menghadapi rasa lelah yang dialami dapat dilakukan *coping*. *Coping* yang dilakukan oleh YS seperti berolahraga, menyanyi, berpergian, dan bercerita kepada teman, sedangkan Y lebih sering bercerita kepada teman, tidur, dan berpergian dengan teman sebanyak 1 tahun sekali. YS juga melakukan memberikan pendidikan dan terapi dalam mengatasi kekhawatiran terkait keberlangsungan hidup anaknya di masa mendatang agar dapat mandiri, Sedangkan Y tidak mampu melakukan hal tersebut karena keadaan finansial yang tidak memadai.

Dengan segala perjuangan yang dilakukan ibu untuk mengurus anak dengan ASD tentu muncul kekhawatiran dan harapan untuk anaknya. Kekhawatiran yang disampaikan oleh YS dan Y sama - sama terkait dengan masa depan anaknya, terkait dengan siapa yang akan mengurus anak mereka kelak, dan apakah nantinya anak mereka mampu bertahan hidup secara mandiri tanpa bantuan dari sang ibu. Kekhawatiran tersebut memunculkan harapan seperti YS yang berharap adanya pelatihan kerja untuk masa depan sang anak, serta Y yang mengharapkan adanya tempat kursus non-akademik khusus untuk anaknya dengan kebutuhan khusus.

Pembahasan

Berdasarkan wawancara diperoleh dinamika perjalanan dalam mengurus anak dengan ASD, diperoleh dinamika *parental burnout* pada kedua informan. Dinamika diawali dengan kelahiran anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) dapat terjadi akibat *risk factor* seperti usia, konsumsi obat-obatan, serta faktor keturunan (APA, 2022). Setelah terlahir, kedua informan juga mengaku melihat adanya keterlambatan pada anaknya yang menurut APA (2022), merupakan salah satu ciri *Autism Spectrum Disorder* (ASD) seperti keterlambatan perkembangan, kehilangan keterampilan sosial dan bahasa. Deskripsi onset mengenai hal tersebut relatif terjadi ketika anak berusia antara 12 hingga 24 bulan (APA, 2022). Melihat adanya keterlambatan tersebut, kedua informan langsung membawa anaknya untuk di diagnosa.

Setelah didiagnosa, kedua informan juga langsung memberikan terapi untuk anaknya. Terapi yang diberikan memiliki dampak berbeda pada kedua anak, pada infroman YS yang dirasa semakin membaik memperlihatkan *feedback* positif yang berkebalikan dari ibu Y yang merasa anaknya semakin memburuk. Pada penelitian (Astria & Setyawan, 2020) terkait dengan ibu yang memiliki anak ASD menemukan bahwa ibu dengan anak tersebut memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi dibandingkan dengan memiliki anak normal pada umumnya. Itu karena ibu dengan ASD perlu menyiapkan tenaga, waktu, usaha, dan perhatian yang lebih banyak dibanding dengan ibu dengan anak normal pada umumnya (Miranda, 2013).

Dalam mengurus anak dengan ASD, kedua informan memiliki pola pengasuhan yang berbeda. Pola pengasuhan YS sesuai dengan *authoritative parenting* yaitu pola pengasuhan yang melibatkan pemberian aturan yang konsisten dengan batasan yang masuk akal kepada anak, serta adanya dukungan emosional dari orang tua untuk anak mengeksplorasi keinginannya (Santrock, 2019). Sehingga anak merasa lebih dihargai dan mendukung kemandiriannya. Hal ini tampak dari ibu YS memberikan keseimbangan yang baik antara memberikan izin disertai batasan yang jelas dan mendorong anak menjadi mandiri. Sedangkan, Y sesuai dengan pola *authoritarian parenting* yaitu pola pengasuhan yang membatasi dan memaksa anaknya untuk mengikuti arahan orang tua sehingga tidak menutup kemungkinan untuk memberikan hukuman fisik pada anak sebagai upaya mengendalikan perilaku anak (Santrock, 2019).

Perilaku sang anak yang dirasa tidak kunjung membaik setelah diberikan terapi membuat ibu Y merasa kelelahan dan jenuh dalam mengurus anaknya. Rasa lelah tersebut memperlihatkan aspek *exhaustion in one's parental role* (Roskam et al., 2018). Berbeda dengan Ibu YS yang merasa pemberian terapi memberikan dampak positif pada sang anak,

serta YS yang menerima kondisi dan juga tingkah laku anaknya sehingga tidak mencapai rasa jenuh dalam mengurus sang anak.

Dalam aspek *contrast with previous parental self* (Roskam et al., 2018), YS dan Y sama-sama menyatakan bahwa mereka tidak memiliki gambaran ideal tentang menjadi ibu di awal pernikahan sehingga kehidupan mereka hanya mengalir saja. Namun, keduanya memiliki rasa malu ketika menjadi ibu dengan anak ASD.

Dalam aspek *Feelings of being fed up* (Roskam et al., 2018), YS menyatakan bahwa ia tak pernah memiliki perasaan muak dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Berbeda dengan Y yang menyatakan bahwa ia memiliki perasaan muak menjadi orang tua dengan anak ASD. Perasaan muak ini juga dapat terjadi karena jumlah waktu yang dihabiskan bersama-sama dengan sang anak, dimana YS merasa selalu senang menghabiskan waktu bersama anaknya sedangkan Y merasa biasa karena memang selalu menghabiskan waktu berdua dengan sang anak.

Aspek *emotional distancing from one's children* menjadi salah satu upaya yang dilakukan oleh ibu Y kepada sang anak, sedangkan ibu YS tidak pernah melakukan hal tersebut. Y merasa perlu memberi jarak pada anaknya disaat Y merasa lelah ataupun ketika anaknya melakukan hal yang tidak dapat diatur oleh Y.

Dalam mengurus anak dengan ASD juga selain membutuhkan energi dan perhatian lebih, tapi juga membutuhkan biaya yang besar. Hal tersebut sejalan dengan penelitian oleh Swandari dan Mumpuniarti (2019) yang menyatakan bahwa ibu dengan anak disabilitas atau penyakit kronis lebih rentan terkena *parental burnout*, hal tersebut karena seiring bertambahnya usia kebutuhan sang anak pun akan terus meningkat. Pada hasil wawancara terlihat bahwa biaya yang dikeluarkan tidak hanya untuk kebutuhan pokok namun juga untuk hiburan agar anak ataupun ibu tidak mengalami stres.

Dalam wawancara memperlihatkan bahwa dukungan dari keluarga juga dapat memengaruhi *parental burnout* pada sang ibu. Pada ibu YS merasa tidak terlalu lelah karena dibantu oleh pihak keluarga lainnya, berbeda dengan ibu Y yang merasa kelelahan karena tidak mendapat bantuan maupun *support* baik dari keluarga inti maupun keluarga besar. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Ardic (2020) yang menjelaskan mengenai korelasi antara dukungan sosial dengan *parental burnout*. Ardic (2020) mengatakan bahwa ibu dengan anak berkebutuhan khusus memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan ibu lain pada umumnya, sehingga dibutuhkan dukungan sosial yang lebih tinggi agar sang ibu tidak mengalami *parental burnout*.

Stres yang berlebihan akibat mengurus anak ini dapat disebut dengan *parental burnout* (Roskam et al., 2018). *Parental burnout* ini apabila tidak ditangani dengan baik maka dapat memunculkan dampak seperti marah kepada anak hingga melakukan kekerasan pada anaknya (Meeussen & VanLaar 2018). Hasil wawancara memperlihatkan pada YS apabila merasa lelah hanya akan memarahi sang anak dan meninggikan suaranya, sedangkan ibu Y ketika lelah akan memarahi dan meninggikan suara serta memukul atau mencubit. Pernyataan Y sejalan dengan hasil penelitian oleh Meeussen dan VanLaar (2018), yang menemukan hasil bahwa orang tua yang memiliki *parental burnout* yang tidak ditangani dengan baik dapat mengakibatkan kekerasan pada anak.

Stres yang berlebihan akibat mengurus anak ini dapat disebut dengan *parental burnout* (Roskam et al., 2018), begitu juga dengan banyaknya usaha, waktu, dan perhatian yang selalu dicurahkan untuk anak tanpa berhenti (Papadopoulos, 2021; Sadziak et al., 2019). *Parental burnout* yang terjadi dapat di hindari ataupun dikurangi dengan melakukan *coping*. *Coping* dapat dilakukan dengan beberapa strategi seperti *problem focused coping strategies* adalah sebuah usaha dari individu dalam mengendalikan masalah yang ada dengan mengeliminasi sumber masalahnya atau dengan *emotional focused coping strategies* adalah sebuah usaha dari individu dalam mengendalikan respon emosional terhadap kondisi yang bersifat sangat menekan (Biggs, Brough, & Drummond, 2017). Kedua informan lebih cenderung melakukan *emotional coping strategies* seperti berolahraga, menyanyi, bercerita kepada teman, tidur, dan berpergian dengan teman meskipun YS juga melakukan *problem focused strategies* memberikan pendidikan serta memberikan terapi agar dapat mandiri dalam menjalani hari.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan kepada kedua informan yang merupakan ibu rumah tangga dengan anak ASD, dapat dilihat dari dinamika yang dialami oleh masing-masing informan, bahwa pada ibu YS lebih menerima dirinya yang dikaruniai anak dengan ASD serta menganggap anaknya sebagai anugerah dan sangat senang dengan kehadiran anaknya, dukungan dari keluarga juga sangat baik begitu juga lingkungan sekitarnya, YS juga tidak sering mengungkapkan rasa lelahnya dalam mengurus sang anak, meskipun dari segi finansial tetap dianggap banyak sekali pengeluaran namun YS masih sanggup dalam memenuhi seluruh kebutuhan anaknya, YS juga mampu melakukan *coping* untuk menghilangkan rasa lelahnya, sehingga tidak menunjukkan dampak yang cukup umum seperti marah dan meninggikan suara saja. Berbeda dari ibu Y yang memperlihatkan rasa lelah dan muak yang lebih jelas dan sering dibandingkan dengan YS, Y juga seringkali memperlihatkan bagaimana ia menyalahkan

dirinya karena melahirkan anak dengan ASD, Y juga tidak terlalu mendapat dukungan dari keluarganya terutama keluarga besar dari pihak suami yang justru menjauhinya, Y juga kurang bisa melakukan coping sehingga berdampak pada perlakuannya kepada sang anak dengan mencubit hingga memukul sang anak.

Berkaitan dengan pengalaman informan ketika menghadapi situasi *parental burnout*, dari hasil tersebut didapatkan temuan bahwa penerimaan diri dan menerima keadaan anak memiliki dampak pada *parental burnout*. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa memiliki anak dengan kebutuhan khusus dapat menyebabkan kelelahan yang serius hingga *parental burnout*. Hal tersebut dapat terjadi karena anak dengan kebutuhan khusus seringkali menunjukkan keunikannya sendiri, serta kemampuan atau kecerdasan mereka yang tidak seperti anak pada umumnya yang membuat ibu perlu lebih bersabar menghadapi sang anak. Perasaan lelah perlu diatasi agar tidak menimbulkan *parental burnout* yang bisa berdampak serius pada ibu maupun anaknya, tidak hanya itu ibu dengan anak ASD membutuhkan dukungan lebih besar karena sangat membantu ibu untuk menghindari atau mengatasi *parental burnout*. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat membantu orang tua dengan anak berkebutuhan khusus untuk memahami bagaimana pengalaman orang tua dalam mengurus anak dengan kebutuhan khusus seperti ASD, sehingga dapat terhindari dan mengatasi *parental burnout*.

Referensi

- Agustina, D. (2023). Tega! ibu lempar anak autis dari balkon 2 kali, ini sebabnya.
- Albintary, R., Rahmawati, H., & Tantiani, F. F. (2018). Dukungan sosial dan parenting self-efficacy pada orang tua anak autism spectrum disorder di Kota Blitar. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 7(1), 46–52. <https://doi.org/10.21009/jppp.071.06>
- APA. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders fifth edition text revision (DSM-5-TR)*.
- Ardic, A. (2020). Relationship between parental burnout level and perceived social support levels of parents of children with autism spectrum disorder. *International Journal of Educational Methodology*, 6(3), 533–543. <https://doi.org/10.12973/ijem.6.3.533>
- Astria, N., & Setyawan, I. (2020). Studi fenomenologi resiliensi ibu yang memiliki anak dengan autisme. *Jurnal EMPATI*, 9(1), 27–46. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.26918>
- Aunola, K., Sorkkila, M., & Tolvanen, A. (2020). Validity of the finnish version of the parental burnout assessment (PBA). *Scandinavian Journal of Psychology*, 61(5), 714–722. <https://doi.org/10.1111/sjop.12654>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). *The handbook of stress and health: A guide to research and practice*. (C. L. C. and J. C. Quick, Ed.), *The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice*. John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Qualitative research in psychology using thematic analysis in psychology Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among*

- five approaches* (4th ed.). SAGE Publications, Inc.
- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2016). Hubungan antara hardiness dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 02(2), 34–40.
- Hardi, N. F., & Sari, F. P. (2019). Parenting Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 16(1), 21–36. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2019.161-02>
- Herna. (2022). Pemanfaatan komunitas virtual dalam komunikasi pembangunan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(1). <https://doi.org/10.47492/jip.v3i1.1640>
- Hsiao, Y. J. (2017). Parental stress in families of children with disabilities. *Intervention in School and Clinic*, 1–5. <https://doi.org/10.1177/1053451217712956>
- Islami, E. D. P., & Ansyah, E. H. (2020). Self-acceptance of mothers who have children with special needs. *Indonesian Journal of Cultural and Community Development*, 7, 1–11. <https://doi.org/10.21070/ijccd2020688>
- KemenPPPA. (2018). Hari peduli autisme sedunia: kenali gejalanya pahami keadaannya.
- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan RI. (2022). Bidang pembangunan manusia dan kebudayaan republik Indonesia. *Siaran Pers Nomor: 16/HUMAS PMK/I/2022*, (2021).
- Kusdiyati, S., & Fahmi, I. (2020). *Observasi psikologi*. (N. N. Muliawati, Ed.). Bandung: PT. Remaja Rosadakarya Offset.
- Magaldi, D., & Berler, M. (2020). Semi-structured interviews. In *encyclopedia of personality and individual differences* (p. pp 4825–4830). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_857
- Meeussen, L., & VanLaar, C. (2018). Feeling pressure to be a perfect mother relates to parental burnout and career ambitions. *Frontiers in Psychology*, 9(NOV). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02113>
- Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse and Neglect*, 80, 134–145. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025>
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2020). Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New directions for child and adolescent development*, 2020(174), 7–13. <https://doi.org/10.1002/cad.20376>
- Miranda, D. (2013). Strategi coping dan kelelahan emosional (emotional exhaustion) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 64–71. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i2.3283>
- Nilawaty, C. (2021). Lebih dari 100 anak berkebutuhan khusus mengalami kekerasan selama Pandemi. *Difabel.Tempo.Co*, 1. <https://difabel.tempo.co/read/1497233/lebih-dari-100-anak-berkebutuhan-khusus-mengalami-kekerasan-selama-pandemi>
- Nugraha, A. K. E. (2022, September). Psikolog nilai ibu bunuh 2 anak di Pinrang alami kelelahan psikis berat. *Detik.Com*, p. 1.
- Papadopoulos, D. (2021). Mothers' experiences and challenges raising a child with autism spectrum disorder: A qualitative study. *Brain Sciences*, 11(3), 1–16. <https://doi.org/10.3390/brainsci11030309>
- Phetrasuwan, S., & Shandor Miles, M. (2009). Parenting Stress in mothers of children with autism spectrum disorders. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 14(3), 157–165. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2009.00188.x>
- Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The parental burnout assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9(758), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>
- Sadziak, A., Wiliński, W., & Wiczorek, M. (2019). Parental burnout as a health determinant

- in mothers raising disabled children. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 11(3), 77–89. <https://doi.org/10.29359/BJHPA.11.3.08>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development. Life-span development, 7th ed.* (17th ed.). McGraw-Hill Higher Education.
- Savitri, L. N., Rakhmawati, W., & Sari, C. W. M. (2021). Gambaran perawatan diri anak remaja penyandang autism spectrum disorder di asrama. *Jurnal Surya Muda*, 3(2), 102–120. <https://doi.org/10.38102/jsm.v3i2.85>
- Sekułowicz, M., Kwiatkowski, P., Manor-Binyamini, I., Boroń-Krupińska, K., & Cieślik, B. (2022). The effect of personality, disability, and family functioning on burnout among mothers of children with autism: A path analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph19031187>
- SIMFONI-PPA. (2023). Ringkasan data kekerasan.
- Swandari, D. N., & Mumpuniarti, M. (2019). Pembelajaran keterampilan sosial bagi remaja autis. *Pembelajar: Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, Dan Pembelajaran*, 3(1). <https://doi.org/10.26858/pembelajar.v3i1.6066>