

Hubungan antara Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Autis di SLB Autis di Surakarta

The Correlation between Self Acceptance and Social Support toward Stress in Mothers with Autism Children in SLB Autism in Surakarta

Nurul 'Azizah Rahmawati, Machmuroch , Arista Adi Nugroho

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret

ABSTRAK

Autis adalah gangguan perkembangan yang sifatnya kompleks, mencakup aspek interaksi sosial, komunikasi, dan aktivitas serta minat yang terbatas yang sulit untuk dipahami oleh ibu yang memiliki anak autis, sehingga dapat menyebabkan stres. Penerimaan diri dan dukungan sosial diharapkan dapat membantu ibu yang memiliki anak autis untuk menghindari stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1. Hubungan antara penerimaan diri dan dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta, 2. Hubungan antara penerimaan diri dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta, dan 3. Hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta, yaitu SLB Autis AGCA Center, SLB Autis Alamanda, dan SLB Autis Harmony sebanyak 81 orang. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan sampel sebanyak 68 orang. Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala stres pada ibu yang memiliki anak autis, skala penerimaan diri, dan skala dukungan sosial. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis pertama adalah analisis regresi dua prediktor, selanjutnya untuk menguji hipotesis kedua dan ketiga menggunakan analisis korelasi parsial.

Dari hasil analisis regresi dua prediktor, diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,678; $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan F hitung 14,916 > F tabel 3,267. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta. Secara parsial menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis dengan koefisien korelasi (r) sebesar -0,338; serta terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis yang ditunjukkan oleh koefisien korelasi (r) sebesar -0,354. Nilai R^2 dalam penelitian ini sebesar 0,460 atau 46%; terdiri atas kontribusi penerimaan diri terhadap stres pada ibu yang memiliki anak autis sebesar 22,27% dan dukungan sosial terhadap stres pada ibu yang memiliki anak autis sebesar 23,73%. Ini berarti masih terdapat 54% faktor lain yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak autis.

Kata kunci: stres pada ibu yang memiliki anak autis, penerimaan diri, dukungan sosial

PENDAHULUAN

Setiap orang tua khususnya ibu menginginkan anaknya berkembang sempurna, namun sering terjadi harapan itu tidak sesuai dengan kenyataan yang ada dimana anak memperlihatkan masalah dalam perkembangan sejak usia dini. Salah satu gangguan

perkembangan yang dapat terjadi pada anak adalah autis.

Autis secara harfiah berasal dari bahasa Yunani, *auto*, yang artinya sendiri. Hal ini dilatarbelakangi oleh kenyataan bahwa anak autis pada umumnya hidup dengan dunianya sendiri, menikmati kesendirian dan tidak

Rahmawati et,al/ HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL respon dengan orang-orang sekitar (Geniofam, 2010).

Indonesia dengan jumlah penduduk 200 juta orang, hingga saat ini belum diketahui jumlah pasti penyandang namun diperkirakan jumlah anak autis dapat mencapai 150.000-200.000 orang. Perbandingan antara laki dan perempuan adalah 4:1, namun anak perempuan yang terkena akan menunjukkan gejala yang lebih berat (Huzaemah, 2010).

Berdasarkan data di Sekolah Luar Biasa (SLB) Autis Surakarta, antara lain SLB Autis Alamanda, SLB Autis AGCA Center, dan SLB Autis Harmony, telah terjadi peningkatan jumlah anak autis. Hal ini dapat dilihat dari jumlah anak autis dari yang awalnya hanya menangani 3-5 anak per hari, sekarang menangani 10-20 anak per hari bahkan lebih. Selain itu, walaupun SLB tersebut juga menangani anak berkebutuhan khusus yang lain, jumlah anak autis lebih besar dibandingkan dengan jumlah anak berkebutuhan khusus lain.

Orang tua memiliki peran penting dalam perkembangan anak autis. Marijani (2003) menyatakan bahwa peran serta orang tua dalam memberikan penanganan kepada anak autis secara tepat, terarah, dan sedini mungkin dapat memberikan kesempatan yang besar kepada anak agar dapat hidup mandiri. Menurut Cohen & Volkmar (dalam Sembiring, 2010), ibu merupakan sosok yang banyak terlibat sehari-hari dalam pengasuhan anak dibandingkan ayah, karena ayah berperan sebagai pencari nafkah utama sehingga mereka

tidak terlalu terlibat dalam pengasuhan anak sehari-hari maka ibu dipandang sebagai sosok yang paling dekat dengan anak.

Menurut Handoyo (2003), anak autis memiliki kecenderungan untuk berperilaku berlebihan ataupun berkekurangan, berbeda untuk masing-masing anak. Perilaku berlebihan antara lain perilaku melukai diri sendiri (*self abuse*), seperti memukul, menggigit, dan mencakar diri sendiri; agresif, seperti perilaku menendang, memukul, menggigit, dan mencubit; dan tantrum, seperti perilaku menjerit, menangis, dan melompat-lompat. Perilaku berkekurangan ditandai dengan gangguan bicara, perilaku sosial kurang sesuai, defisit sensoris sehingga terkadang anak dianggap tuli, bermain tidak benar dan emosi yang tidak tepat misalnya tertawa tanpa sebab, menangis tanpa sebab, dan melamun. Perilaku ini menyebabkan ibu yang memiliki anak autis harus ekstra 24 jam mengawasi anaknya. Hambatan komunikasi yang dialami anak mengakibatkan ibu semakin frustrasi karena tidak dapat memahami keinginan anak. Boyd, dkk., (dalam Burrows, 2010) menyebutkan bahwa ibu yang memiliki anak autis membutuhkan usaha untuk mengatasi permasalahan yang sering muncul ketika menghadapi perilaku anaknya jika ingin terhindar dari stres.

Bristol & Schopler, Holroyd & McArthur, dan Dumas, dkk., (dalam Davis, dkk., 2008; Plumb, 2011) mengemukakan bahwa tingkat resiko depresi, stres, dan kecemasan ibu yang memiliki anak autis lebih tinggi dibandingkan

dengan ibu yang memiliki anak dengan gangguan perkembangan yang lainnya seperti *down syndrome* dan retardasi mental.

Menurut Monat & Lazarus (dalam Safaria, 2005), stres adalah segala peristiwa atau kejadian baik berupa tuntutan-tuntutan lingkungan maupun tuntutan-tuntutan internal (fisiologis atau psikologis) yang menuntut, membebani, atau melebihi kapasitas sumber daya adaptif individu.

Menurut hasil penelitian Sabih dan Sajid (2006), dengan sampel 60 orang tua (30 ayah, 30 ibu), dari 30 anak-anak dengan diagnosis autisme yang diperoleh dari rumah sakit dan lembaga keterbelakangan mental di Islamabad, Rawalpindi dan Wah Cantt, Pakistan, diketahui bahwa muncul stres yang signifikan pada orangtua yang memiliki anak-anak yang mengalami gangguan autisme. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres pada ibu lebih tinggi daripada tingkat stres pada ayah.

Hjelle dan Ziegler (dalam Ellyya dan Rachmahana, 2008) menyatakan bahwa toleransi terhadap stres yang tinggi merupakan salah satu ciri dari individu yang mampu menerima dirinya. Penerimaan diri ini terbentuk karena individu yang bersangkutan dapat mengenal dirinya dengan baik.

Schultz (1991) berpendapat bahwa orang yang menerima diri dapat menerima kelemahan-kelemahan dan kekuatan-kekuatan mereka tanpa keluhan atau kesusahan dan terlampau banyak memikirkannya. Meskipun mereka memiliki kelemahan-kelemahan, mereka tidak

merasa malu atau merasa bersalah dengan hal-hal tersebut dan menerima apa adanya.

Ibu yang memiliki anak autisme dapat dikatakan memiliki penerimaan diri yang tinggi bila mampu memahami kelebihan dan kekurangan dirinya. Ibu yang memiliki anak autisme tidak membandingkan kehidupannya dengan kehidupan ibu dengan anak normal lainnya dan dapat menyesuaikan harapannya sesuai dengan kenyataan yang ada.

Selain penerimaan diri, dukungan sosial merupakan komponen penting dalam kehidupan orang tua yang memiliki anak autisme untuk menghindari stres. Dukungan sosial merupakan suatu bentuk kenyamanan, pengertian, penghargaan atau bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok. Sumber utama dukungan sosial adalah dukungan yang berasal dari anggota keluarga, teman dekat, rekan kerja, saudara dan tetangga (Cobb, dkk., dalam Sarafino, 1994).

Lieberman (dalam Lubis, 2006) mengemukakan bahwa secara teoritis dukungan sosial dapat menurunkan kecenderungan munculnya kejadian yang dapat mengakibatkan stres. Apabila kejadian tersebut muncul, interaksi dengan orang lain dapat memodifikasi atau mengubah persepsi individu pada kejadian tersebut sehingga akan mengurangi potensi munculnya stres. Dukungan sosial juga dapat mengubah hubungan antara respon individu pada kejadian yang dapat menimbulkan stres dan stres itu sendiri, mempengaruhi strategi untuk

mengatasi stres dan dengan begitu memodifikasi hubungan antara kejadian yang menimbulkan stres dan efeknya.

Penelitian Dunn, dkk., (2001) yang berjudul *Moderators of Stress in Parents of Children with Autism* menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu mekanisme untuk mengurangi stres pada orang tua yang memiliki anak autis. Lebih lanjut, dalam penelitian yang sama Gill & Harris (1991) menjelaskan bahwa tingkatan stres pada orang tua anak autis dapat dibedakan dari dukungan sosial yang diperoleh. Orang tua yang memiliki anak autis yang mendapatkan dukungan sosial memiliki tingkatan stres yang lebih rendah terkait dengan masalah somatik dan gejala depresi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Autis di SLB Autis di Surakarta”.

DASAR TEORI

1. Autisme pada Anak

Autisme adalah gangguan perkembangan yang mencakup aspek interaksi sosial, komunikasi, dan aktifitas dan minat yang terbatas, yang gejalanya biasanya muncul usia 1-3 tahun.

2. Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Autis

Menurut Crider, dkk., (1983), stres dapat diartikan sebagai gangguan reaksi fisiologis dan psikologis yang muncul ketika kejadian

lingkungan mengancam dan memaksa kemampuan individu untuk menghadapi masalah.

Rice (1999) mengemukakan bahwa stres memiliki tiga pengertian yang berbeda, definisi pertama stres dikatakan sebagai stimulus yang berasal dari situasi atau lingkungan yang menyebabkan individu merasa tertekan pada situasi tersebut, dalam pengertian ini stres dianggap sebagai sesuatu yang eksternal. Definisi kedua, stres dianggap sebagai respons subjektif, dalam pengertian ini stres dianggap sebagai sesuatu yang internal yaitu keadaan psikologis individu atau ketegangan yang dirasakan oleh individu dan definisi yang ketiga, stres dianggap sebagai reaksi fisik tubuh untuk menuntut dan merusak sehingga menyebabkan gangguan-gangguan pada individu.

Taylor (2009) mendeskripsikan stres sebagai pengalaman emosional negatif disertai perubahan reaksi biokimiawi, fisiologis, kognitif, dan perilaku yang bertujuan untuk mengubah atau menyesuaikan diri terhadap situasi yang menyebabkan stres.

Sarafino (1994) berpendapat bahwa stres adalah kondisi yang disebabkan ketika ada perbedaan antara seseorang atau lingkungan yang berhubungan dengan individu, yaitu situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis, atau sistem sosial individu tersebut.

Stres pada ibu yang memiliki anak autis dalam penelitian ini dimaknakan sebagai kondisi

atau keadaan tidak menyenangkan yang dialami ibu yang disebabkan oleh adanya tuntutan, baik tuntutan internal maupun eksternal yang dapat membahayakan individu sehingga individu bereaksi secara fisiologis maupun psikologis.

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada ibu yang memiliki anak autisme meliputi faktor lingkungan, faktor psikologis (terkait cara *coping stres*, harapan akan *self efficacy*, ketahanan psikologis, optimisme, dan *locus of control*), faktor kepribadian, faktor kognitif, dan faktor usia.

3. Penerimaan Diri

Menurut Supratiknya (1995), penerimaan diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Penerimaan diri berkaitan dengan kerelaan membuka diri atau mengungkapkan pikiran, perasaan dan reaksi kepada orang lain, kesehatan psikologis individu, serta penerimaan terhadap orang lain.

Sheerer (Cronbach, 1954) mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah sikap untuk menilai diri dan keadaannya secara objektif, menerima segala yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan dan kelemahan-kelemahannya. Penerimaan diri menurut Hurlock (1974) adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak

memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan dan merasa bahagia.

Berdasarkan pengertian ahli-ahli di atas dapat diperoleh pengertian bahwa penerimaan diri adalah kemampuan menerima kondisi diri sendiri secara jujur dan terbuka, baik kelebihan maupun kelemahan, pada diri sendiri dan di hadapan orang lain, serta mampu memaksimalkan potensi yang ada pada dirinya.

Aspek-aspek penerimaan diri menurut Supratiknya (1995) dan Sheerer (dalam Cronbach, 1954), meliputi pembukaan diri, percaya kemampuan diri, kesehatan psikologis, orientasi keluar, bertanggung jawab, berpendirian, dan menyadari keterbatasan.

4. Dukungan Sosial

Menurut House (dalam Sarason, 1990), dukungan sosial adalah hubungan interpersonal yang melibatkan dua orang atau lebih untuk memenuhi kebutuhan dasar individu dalam mendapatkan rasa aman, hubungan sosial, persetujuan dan kasih sayang. Menurut Sarafino (1994) sesuatu dikatakan sebagai dukungan sosial ketika seseorang memiliki persepsi yang positif atas dukungan itu dan merasa nyaman atas segala bentuk perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diterimanya.

Taylor (2009) mendefinisikan dukungan sosial sebagai adanya informasi dari orang lain, bahwa seseorang dicintai, dijaga, dan dihargai,

serta merupakan bagian dari suatu jaringan sosial tertentu yang ia terlibat di dalamnya. Sarason, dkk. (dalam Baron & Byrne, 2005) mendefinisikan dukungan sosial sebagai kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain.

Berdasarkan pengertian ahli-ahli di atas dapat diperoleh pengertian bahwa dukungan sosial adalah dukungan dari orang lain (suami, keluarga, dan rekan) yang memberikan kenyamanan baik fisik maupun psikologis sebagai bukti bahwa individu diperhatikan dan dicintai sehingga dapat membantu individu mengatasi permasalahannya.

Aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino (1994) dan House (dalam Smet, 1994), meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok sosial.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta, yaitu SLB Autis AGCA Center, SLB Autis Alamanda, dan SLB Autis Harmony yang berjumlah 81 orang.

Adapun sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta yang memenuhi karakteristik sebagai berikut:

- a. Memiliki anak autis.
- b. Berusia 20-45 tahun.

Hal tersebut dijadikan pertimbangan karena Menurut Hurlock (2002), stres dipengaruhi oleh usia. Oleh karena itu, penulis memilih orang tua yang berusia 20-45 tahun karena menurut Feldman (dalam Desmita, 2007) pada usia tersebut seseorang berada pada tahapan dewasa, sehingga orang tua pada penelitian ini berada pada tahapan umur yang sama.

- c. Bukan *single parent*.

Hal tersebut dijadikan pertimbangan karena menurut penelitian yang dilakukan Bronniman (2010), wanita *single parent* memiliki tingkat stres yang tinggi dibandingkan dengan wanita yang memiliki suami karena *single parent* membutuhkan kemampuan untuk memenuhi *financial* keluarga sekaligus kemampuan untuk mengurus rumah tangga dan membesarkan anak.

Jadi, sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta yang memenuhi karakteristik yang sudah ditetapkan peneliti, yaitu berumur 20-45 tahun dan bukan *single parent*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 68 orang berdasarkan kriteria pada *purposive sampling*, dengan 30 responden untuk *try out* dan sisanya 38 responden untuk penelitian.

Penentuan ukuran sampel yang sejumlah 68 orang adalah didasarkan pada pendapat Roscoe (dalam Sugiyono, 2011) tentang

Rahmawati et,al/ HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
penentuan ukuran sampel dalam suatu penelitian, yaitu :

- a. Ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500 responden.
- b. Bila dalam suatu penelitian akan melakukan analisis dengan multivariate (misalnya : analisis korelasi atau regresi ganda), maka jumlah anggota sampel minimal adalah 10 kali dari jumlah variabel yang diteliti. Misal variabel penelitian berjumlah 5 (independen+dependen), maka jumlah anggota sampel adalah $10 \times 5 = 50$.

Berdasarkan pendapat Roscoe di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa ukuran sampel penelitian yang berjumlah 68 telah sesuai dengan jumlah minimal sampel, yaitu 30 ($10 \times 3 = 30$).

Sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*.

Metode pengumpulan data menggunakan alat ukur berupa skala psikologi dengan jenis skala Likert. Ada tiga skala psikologi yang digunakan, yaitu:

1. Skala Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Autis

Skala stres yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan pada teori Crider, dkk. (1983), Taylor (2009), dan Rice (1999) yaitu emosi, kognitif, fisiologis, dan tingkah laku

2. Skala Penerimaan Diri

Skala penerimaan diri yang digunakan dalam

penelitian ini berdasarkan aspek penerimaan diri menurut Supratiknya (1995) dan Shereer (dalam Cronbach, 1954), yang meliputi pembukaan diri, percaya kemampuan diri, kesehatan psikologis, orientasi keluar, bertanggungjawab, berpendirian, dan menyadari keterbatasan

3. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino (2004) dan House (dalam Smet, 1994), yang meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok sosial.

HASIL- HASIL

Penghitungan dalam analisis penelitian ini dilakukan dengan bantuan komputer program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 17.0.

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test* dengan taraf signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil penghitungan, didapatkan nilai signifikansi stres pada ibu yang memiliki anak autisme 0,071; penerimaan diri 0,200; serta dukungan sosial 0,060. Oleh karena nilai signifikansi untuk seluruh variabel lebih besar dari 0,05; dapat disimpulkan bahwa

data pada variabel stres pada ibu yang memiliki anak autisme, penerimaan diri, dan dukungan sosial berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan *Test for Linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan penerimaan diri dengan stres pada ibu yang memiliki anak autisme menghasilkan nilai signifikansi pada *linearity* sebesar 0,001. Sedangkan hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autisme menghasilkan nilai signifikansi pada *linearity* sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut kurang dari 0,05; maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel prediktor dengan variabel kriterium terdapat hubungan yang linear.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Multikolinearitas

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas dapat diketahui bahwa nilai VIF kedua variabel prediktor, yaitu penerimaan diri dan dukungan sosial adalah 1,860. Nilai *tolerance* yang dihasilkan adalah 0,538. Hal tersebut menunjukkan bahwa antarvariabel prediktor tidak terdapat persoalan multikolinearitas karena nilai VIF yang didapat kurang dari 5 dan nilai *tolerance* lebih dari 0,1.

b. Uji Heteroskedastisitas

Metode pengujian untuk uji heteroskedastisitas pada penelitian ini menggunakan uji *Park*. Priyatno (2008) menjelaskan bahwa uji *Park* yaitu meregresikan nilai residual ($Lnei^2$) dengan masing-masing variabel prediktor (LnX_1 dan LnX_2). Dari hasil penghitungan, didapatkan nilai t hitung adalah -1,367 dan -0,467. Karena $-t_{tabel} < t_{hitung} < t_{tabel}$, nilai t_{tabel} adalah 2,028, maka H_0 diterima, artinya pengujian antara $Lnei^2$ dengan LnX_1 dan $Lnei^2$ dengan LnX_2 tidak ada gejala heteroskedastisitas.

c. Uji Otokorelasi

Pengujian otokorelasi dalam penelitian ini menggunakan uji DW (*Durbin-Watson*). Nilai D-W yang diperoleh sebesar 1,681; berada di antara -2 sampai +2 sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat otokorelasi.

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis menghasilkan *p-value* $0,000 < 0,05$; sedangkan $F_{hitung} 14,916 > F_{tabel} 3,267$. Artinya, bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autisme.

Nilai koefisien korelasi ganda (R) yang dihasilkan adalah 0,678 dan nilai koefisien determinasi R^2 (*R Square*) adalah 0,460 atau 46%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa variabel prediktor memberikan kontribusi

sebanyak 46% terhadap variabel kriterium, sisanya 54% dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Nilai korelasi parsial antara penerimaan diri dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis (r_{x1y}), variabel dukungan sosial dikendalikan, adalah sebesar -0,338. Arah hubungan yang terjadi adalah negatif, karena nilai r negatif, artinya semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin rendah stres pada ibu yang memiliki anak autis. Nilai korelasi parsial antara dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis (r_{x2y}), variabel penerimaan diri dikendalikan, adalah sebesar -0,354. Arah hubungan yang terjadi adalah negatif, karena nilai r negatif, artinya semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah stres pada ibu yang memiliki anak autis.

4. Kontribusi Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Autis

Kontribusi penerimaan diri dan dukungan sosial terhadap stres pada ibu yang memiliki anak autis sebesar 46%, terdiri atas kontribusi penerimaan diri sebesar 22,27% dan dukungan sosial sebesar 23,73%.

5. Analisis Deskriptif

Hasil kategorisasi pada skala stres pada ibu yang memiliki anak autis dapat diketahui bahwa responden secara umum memiliki tingkat stres yang rendah dengan rerata empirik 87,45; pada skala penerimaan diri

secara umum responden berada pada tingkatan sedang dengan rerata empirik 148,24; dan pada skala dukungan sosial secara umum responden berada pada tingkatan tinggi dengan rerata empirik 157,13.

PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis pertama yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dan dukungan sosial dengan ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta diterima. Kekuatan hubungan antara ketiga variabel penelitian ditunjukkan oleh koefisien korelasi sebesar $R = 0,678$ dengan $F_{hitung} = 14,916$ dan $F_{tabel} = 3,267$ ($F_{hitung} > F_{tabel}$), serta $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Berdasarkan pada pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi oleh Sugiyono (dalam Priyatno, 2008), kekuatan hubungan antara ketiga variabel dalam penelitian ini termasuk kuat. Variabel penerimaan diri dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki hubungan signifikan dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis. Hal ini menunjukkan bahwa penerimaan diri dan dukungan sosial dapat dijadikan prediktor untuk memprediksi stres pada ibu yang memiliki anak autis.

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel stres pada ibu yang memiliki anak autis diketahui bahwa skor stres pada ibu yang memiliki anak autis berada pada kategori rendah sebanyak 21 responden (55,26%), dan kategori sedang sebanyak 17 responden (44,74%). Dengan

demikian dapat diketahui bahwa tingkat stres pada ibu yang memiliki anak autis berada pada kategori rendah. Menurut Rutter, dkk., (1993), lingkungan yang mendukung akan dapat mengurangi stres. SLB Autis di Surakarta selain menangani anak autis sebagai siswa juga memiliki program khusus untuk orang tua yaitu konsultasi dengan terapis atau guru yang bersangkutan. Dengan demikian, ibu yang memiliki anak autis dapat berkonsultasi mengenai perkembangan anak atau cara menangani perilaku anak yang sulit dipahami dengan para terapis. Hal ini akan membantu individu untuk menghindari stres akibat perilaku anak autis.

Adapun berdasarkan hasil analisis dan kategorisasi variabel penerimaan diri dapat diketahui bahwa skor penerimaan diri berada pada kategorisasi sedang sebanyak 20 responden (52,63%), dan kategori tinggi sebanyak 18 responden (47,37%). Dengan demikian dapat diketahui bahwa tingkat penerimaan diri berada pada kategori sedang. Hal ini kemungkinan disebabkan karena responden mengalami kesulitan dalam menerima kelebihan dan kekurangannya sebagai ibu yang memiliki anak autis. Menurut Safaria (2005), autis merupakan gangguan *spectrum*, yang berarti pengaruh terhadap setiap anak berbeda. Beberapa anak mungkin mampu berkomunikasi sementara yang lain kurang mampu atau bahkan tidak sama sekali. Anak autis memiliki kecenderungan untuk berperilaku berlebihan maupun berkekurangan. Kondisi anak yang terkadang menyulitkan

individu membuat ibu yang memiliki anak autis menjadi sulit menerima dirinya.

Hasil analisis dan kategorisasi variabel dukungan sosial dapat diketahui bahwa skor dukungan sosial berada pada kategorisasi sedang sebanyak 15 responden (39,47%), dan kategori tinggi sebanyak 23 responden (60,53). Dengan demikian dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial berada pada kategori tinggi. Menurut Rodin dan Salovey (dalam Smet, 1994) perkawinan dan keluarga merupakan sumber dukungan sosial yang paling penting. Responden dalam penelitian ini memiliki karakteristik bukan *single parent* sehingga dukungan sosial berada kategori tinggi kemungkinan disebabkan karena ibu yang memiliki anak autis merasakan dukungan yang terbesar yang berasal dari suami. Selain itu menurut pengamatan peneliti selama melaksanakan penelitian, guru dan terapis di ketiga SLB Autis Surakarta juga memberikan dukungan yang besar terhadap individu. Setelah sesi terapis banyak ibu yang memiliki anak autis yang berkonsultasi dengan guru dan terapis mengenai perkembangan anaknya dan hubungan antara pihak orang tua dan guru terlihat harmonis. Menurut penelitian Duchovic, dkk., (2009), dukungan sosial dari pihak sekolah dapat meringankan stres pada ibu yang memiliki anak autis. Konseling dari pihak sekolah dapat membantu individu untuk memecahkan masalah yang berkaitan dengan perilaku anak dan cara menangani anak autis.

Hasil pengujian secara parsial dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara penerimaan diri dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua penelitian diterima. Nilai korelasi parsial antara penerimaan diri dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis (rx1y) adalah sebesar -0,338 dengan $p\text{-value} < 0,05$ menunjukkan hubungan yang rendah antara penerimaan diri dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis. Arah hubungan yang terjadi adalah negatif karena r negatif, artinya semakin tinggi penerimaan diri maka akan semakin rendah stres pada ibu yang memiliki anak autis. Sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka akan semakin tinggi stres pada ibu yang memiliki anak autis. Hurlock (1974) menyatakan bahwa semakin baik seseorang dalam menerima dirinya maka akan semakin baik penyesuaian diri dan penyesuaian sosialnya. Menurut Maslow (1994), penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap diri sendiri, dapat menerima keadaan diri dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Sikap positif pada ibu yang memiliki anak autis akan membuat ibu merasa percaya diri sehingga tidak merasa malu dan bersalah memiliki anak yang berbeda dengan anak yang normal sehingga terhindar dari stres.

Dari hasil pengujian secara parsial juga dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga penelitian diterima.

Nilai korelasi parsial antara dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis (rx2y) adalah sebesar -0,354 dengan $p\text{-value} < 0,05$ menunjukkan hubungan yang rendah antara dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis. Arah hubungan yang terjadi adalah negatif karena r negatif, artinya semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin rendah stres pada ibu yang memiliki anak autis. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi stres pada ibu yang memiliki anak autis. Kondisi yang dialami anak autis akan menyebabkan ibu membutuhkan usaha ekstra dalam merawat dan mengasuh anak dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Smet (1994) dukungan emosional akan membuat seseorang lebih merasa percaya diri, dukungan penghargaan akan menambah penghargaan terhadap dirinya sendiri, dukungan instrumental akan membantu memenuhi kesulitan yang dialami, dukungan informatif akan memberikan informasi yang dibutuhkan, dan dukungan kelompok sosial akan dapat membantu seseorang untuk berbagi kesenangan ataupun permasalahan. Dukungan sosial dalam lima bentuk tersebut akan dapat membantu ibu yang memiliki anak autis saat mengalami kesulitan sehingga dapat terhindar dari stres.

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan signifikan yang kuat antara penerimaan diri dan dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta.
2. Terdapat hubungan negatif signifikan yang rendah antara penerimaan diri dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta.
3. Terdapat hubungan negatif signifikan yang rendah antara dukungan sosial dengan stres pada ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis di Surakarta.

B. Saran

1. Untuk ibu yang memiliki anak autis

Untuk ibu dengan penerimaan diri dan dukungan sosial sedang diharapkan dapat meningkatkan penerimaan dirinya dan membuka diri untuk menerima dukungan sosial dari lingkungan sekitar dalam rangka menghindari stres. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memandang bahwa memiliki anak autis bukan sebagai suatu kekurangan, menerima kondisi anak, dan berusaha menyesuaikan harapan dengan keadaan anak. Sedangkan bagi ibu dengan penerimaan diri tinggi dan dukungan sosial tinggi diharapkan dapat mempertahankannya.

Ibu yang memiliki anak autis juga dapat membuat suatu kelompok orang tua (*parent group*) sehingga ibu dapat berbagi informasi mengenai autis dan mendapatkan dukungan dari sesama orang tua yang memiliki anak autis. Dukungan dari sesama orang tua akan saling menguntungkan karena merasa ada kesamaan keadaan, ada perbandingan situasi yang dialami tiap anggota untuk belajar keterampilan yang relevan dan mengumpulkan informasi yang berguna, saling mendukung satu sama lain, dan adanya saling pengertian dalam setiap dukungan karena sama-sama memahami apa yang dialami.

2. Untuk pihak keluarga responden dan lingkungan sosial.

Diharapkan dapat memberikan dukungan sosial untuk mengurangi stres pada ibu yang memiliki anak autis dengan cara bersikap lebih empati dan peduli, memberikan dorongan untuk maju, memberikan masukan kepada individu, menolong individu saat membutuhkan bantuan dan melakukan kegiatan bersama. Dukungan dari lingkungan akan membantu individu untuk menghadapi perilaku anak autis sehingga dapat menghindari stres.

3. Untuk pihak sekolah

Diharapkan pihak sekolah menambah praktisi psikolog untuk menangani

Rahmawati et,al/ HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL masalah orang tua murid. Psikolog dapat memberikan pengarahan bagi orangtua untuk dapat menetapkan penanganan terbaik apa yang sebaiknya diberikan kepada anak-anak mereka serta dapat membantu individu untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami dalam menangani anak autis.

4. Untuk masyarakat

Diharapkan meningkatkan sosialisasi mengenai gejala autis baik melalui media massa maupun media elektronik sehingga masyarakat dapat mendeteksi gejala autis yang terjadi pada anak lebih awal sehingga anak dapat ditangani dengan lebih baik. Selain itu juga perlu adanya sosialisasi mengenai deteksi dini perkembangan anak sehingga masyarakat dapat mengetahui gejala yang terjadi pada anak apabila anak menunjukkan gejala perkembangan yang tidak normal.

5. Untuk peneliti lain

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menemukan hasil yang lebih baik dengan perubahan dan penyempurnaan dalam teknik, pemakaian alat ukur, prosedur, serta menambahkan ruang lingkup penelitian menjadi lebih luas agar bisa digeneralisasikan dalam konteks yang lebih luas. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode kualitatif untuk memperdalam

pemahaman tentang stres pada ibu yang memiliki anak autis.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, Robert A., & Byrne, Donn E. 2005. *Psikologi Sosial*. Edisi 10. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Bronniman, Salome. 2010. The Stress of Single Mothers and its Effect on Quality Child Care. *Undergraduate Research Journal for the Human Sciences*, Vol,7.
- Burrows, Rosie. 2010. Is Anyone Listening?. A report on stress, trauma and resilience and the supports needed by parents of children and individuals with ASD and professionals in the field of Autism in Northern Ireland. *Internet*. <http://bild.org.uk/pdfs/01headlines/>. Diakses 19 Februari 2012.
- Crider, Andrew B., Goethals, George R., Kavanaugh, Robert D., & Solomon, Paul R. 1983. *Psychology*. USA: Scott, Foresman and Company.
- Cronbach. 1954. *Educational Psychology*. USA: Harcourt, Brace and Company, Inc.
- Davis, Naomi O., & Carter, Alice S. 2008. Parenting Stress in Mothers and Fathers of Toddlers with Autism Spectrum Disorders: Association with Child Characteristic. *Journal of Autism Development Disorders*, Vol. 38, 1278-1291.
- Desmita. 2007. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Duchovic, Catherine A., Gerkenmeyer, Janis A., & Wu, Jingwei. 2009. Factors Associated With Parental Distress. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, Vol.22, No.1, 40-48.
- Dunn, Michael E., Burbine, Tracy., Bowers, Clint A., & Dunn, Stacey T. 2001. Moderators of Stress in Parents of Children with Autism. *Community Health Journal*, Vol.37, No.1, 39-49.

- Ellyya, Eko., dan Rachmahana, Ratna Syifa'a. 2008. Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Stres pada Penderita Kanker Payudara. *Naskah Publikasi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Geniofam. 2010. *Mengasuh dan Mensukseskan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Gara Ilmu.
- Handoyo, Y. 2003. *Autisme: Petunjuk Praktis dan Pedoman Materi untuk Mengajar Anak Normal, Autis, dan Perilaku Lain*. Jakarta: PT. Buana Ilmu Populer
- Hurlock, Elizabeth B. 2002. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi 5. Alih Bahasa: Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- _____. 1974. *Personality Development*. New Delhi: Mc Graw Hill Publishing Company Ltd.
- Huzaemah. 2010. *Kenali Autisme Sejak Dini*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Lubis, Arliza Juairiani. 2006. Dukungan Sosial pada Pasien Gagal Ginjal Terminal yang Melakukan Terapi Hemodialisa. *Makalah (Tidak Diterbitkan)*. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Marijani, Leni. (2003). Bunga Rampai I Seputar Autisme dan Permasalahannya. Internet. http://puterakembara.org/archives10/bunga_rampai.pdf. Diakses 15 Maret 2012.
- Maslow, Abraham H. 1994. *Motivasi dan Kepribadian*. Jilid 2. Jakarta: PT Pustaka Binaman Pressindo.
- Plumb, Jennifer C. 2011. The impact of Social Support and Family Resilience on Parental Stress in Families with a Child Diagnosed with an Autism Spectrum Disorder. *Disertasi*. University of Pennsylvania. http://repository.upenn.edu/edissertations_sp2/14. Diakses 8 Juli 2012.
- Priyatno, Dwi. 2008. *Mandiri Belajar SPSS: Untuk Analisis Data dan Uji Statistik*. Yogyakarta: MediaKom.
- Rice, Phillip L. 1999. *Stress and Health*. Edisi 3. USA: Brook/Cole Publishing Company.
- Rutter, Derek R., Quine, Lyn., & Chesham, David J. 1993. *Social Psychological Approaches to Health*. Great Britain: Biddles Ltd, Gulford and King's Lynn.
- Sabih, Fazaila., dan Sajid, Wakhid Bakhsh. (2008). There is Significant Stress Among Parents Having Children With Autism. Internet. http://www.rmj.org.pk/ram_juki_dec_08/.../there_is_significant/pdf.pdf. Diakses 19 Februari 2012.
- Safaria, Triantoro. 2005. *Autisme. Pemahaman Baru untuk Hidup Bermakna bagi Orang Tua*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sarafino, Edward P. 1994. *Health Psychology. Biopsychosocial Interactions*. Edisi 2. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, Barbara R. 1990. *Social Support : An Interactional View*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Schultz, Duane. 1991. *Psikologi Pertumbuhan. Model-model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sembiring, Marisha. 2010. Gambaran Kebahagiaan pada Ibu yang Memiliki Anak Autisme. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Sumatera Utara: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara
- Smet, Bart. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. 2011. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Supratiknya. 1995. *Tinjauan Psikologis Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Suryabrata, Sumadi. 2006. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Taylor, Shelley E. 2009. *Health Psychology*. Edisi 5. Singapura: Mc Graw Hill.